

Rendez-vous à l'EXPO!



VOLUME 69 NUMÉRO 9 | 4 MARS, 2024

JOURNAL - NOUVELLES MORAL ET BIEN-ÊTRE | BFC ESQUIMALT, C.-B.

the LOOKOUT

JOURNAUX ET ÉDITION

LOOKOUT
MARPAQ
sur la santé
et le bien-être
EXPO

CE JEUDI!
7 MARS | 10h00 - 14h00



LES GUERRIERS BLESSÉS GARDENT LE RYTHME

Le sergent-chef Daryl Baswick, du service de police de Victoria, fait un signe de la main lors de l'étape Woss-Sayward de la Wounded Warrior Run BC, le deuxième jour de la course.
Voir d'autres photos aux pages 8-9.
Photo : John Penner Photography



Your Relocation Specialists

Mike Hartshorne Personal Real Estate Corporation, Jenn Raappana Personal Real Estate Corporation, Sarah Williamson, Rhys Duch & Kerry Marshall of Royal LePage Coast Capital Realty

250-474-4800
SouthIslandHomeTeam.com
Ask about our Military Client Cash Bonus.

CANEX
A division of CFMWS
Une division des SBMFC

CANEX

CANEX.CA

1343 Woodway Rd., Esquimalt 250.388.6428

COUNTRY GROCER

ISLAND OWNED AND OPERATED SINCE 1984.

VIEW OUR FLYER IN THIS PAPER WEEKLY!

EMPLOYEE PRICING FOR ALL MILITARY

SHOW YOUR MILITARY CARD PRIOR TO DISCOUNT FOR ALL NEW SALES

MARCH 7, 2024

TIME: 10:00 AM – 2:00 PM
LOCATION: NADEN ATHLETIC CENTRE
UPPER AND LOWER BASE GYMS, CFB ESQUIMALT

HARRIS

HARRISDODGE.COM
1-778-561-4664

\$500*

COUPON FOR ALL
USED VEHICLES!

*SEE DEALER FOR ALL DETAILS, NOT EXACTLY AS SHOWN



2023 RAM 1500
STK#: 3RA32506

DISCOUNTS UP TO

\$12,693*

SALE PRICE \$47,777* COB \$13,981.14*
DOC FEE OF \$997

\$152*

WEEKLY

6.49%* FOR 96 MONTHS OAC



2023 WRANGLER SPORT S
STK#: 3WR44259

DISCOUNTS UP TO

\$3,407*

SALE PRICE \$59,998* COB \$15,991.50*
DOC FEE OF \$997

\$183*

WEEKLY

5.99%* FOR 96 MONTHS OAC

See you
at the
EXPO!

BUILD A Life Well-Lived AFTER TRAUMA

GENDER-SPECIFIC OCCUPATIONAL TRAUMA TREATMENT

Powell River-based Sunshine Coast Health Centre and the Georgia Strait Womens Clinic provide highly personalized addiction, mental health and trauma treatment for male and female clients respectively. Get daily 1-on-1 inpatient or outpatient treatment tailored to your unique needs.

Services include 24 hour-medical service, psychiatric assessment, EMDR, rTMS, psychotherapy, a dedicated group for military clients and much more.

Serving the Department of National Defence and Veterans Affairs Canada since 2009.

Certified



This company meets the highest standards of social and environmental impact



ACCREDITATION CANADA
AGRÈMENT CANADA

Driving Quality Health Services
Force motrice de la qualité des services de santé

Sunshine Coast
Health Centre

SCHC.CA
1.866.487.9010

Georgia Strait
WOMENS CLINIC

GSWC.CA
1.866.487.9040

L'administration de la base célèbre le Mois de l'histoire des Noirs



Le soldat Assietou Diaw, de l'administration de la base, s'adresse à la foule lors d'une présentation sur le Mois de l'histoire des Noirs dans la salle à manger du bloc Nelles, le 22 février. Photo : Peter Mallett/Lookout

Peter Mallett
Staff Writer

Environ 150 militaires et employés civils de l'administration de la base (BAdm) se sont réunis au réfectoire du bloc Nelles dans l'après-midi du 22 février pour une célébration du Mois de l'histoire des Noirs dirigée par le commandant de l'unité.

Dans son discours d'ouverture, le commandant (Cdr) Nicolas Bruzzone a encouragé toutes les personnes présentes à comprendre que nous sommes tous des soldats dans une lutte permanente contre la discrimination et le racisme.

“Une lutte existe depuis des siècles et aujourd'hui, c'est nous qui devons nous battre pour rendre le monde meilleur”, a déclaré le Capitaine de frégate Bruzzone. “Le Canada possède l'ADN nécessaire pour s'efforcer d'améliorer les choses.

Sa présentation, intitulée Worth Fighting For, a retracé les débuts de l'institution de l'esclavage en Amérique du Nord, l'émancipation des personnes asservies et la progression du mouvement des droits civiques au 20e siècle et aujourd'hui. Parmi les moments critiques de l'histoire évoqués par le Cdr Bruzzone figurent l'abolition de l'esclavage par la Grande-Bretagne en 1834, la Proclamation d'émancipation d'Abraham Lincoln en 1863, la Déclaration universelle des droits de l'homme des Nations unies (1948) et la Charte canadienne des droits et libertés (1982).

“L'arc de l'univers moral est long, mais il s'infléchit vers la justice”, a déclaré le Cdr Bruzzone, faisant référence à une célèbre citation du pasteur abolitionniste Theodore Parker, reprise plus tard par Martin Luther King Junior.

“Mais Martin Luther King Jr. dit que l'arc ne se plie pas de lui-même et que des gens ont travaillé dur pour qu'il se plie”, a déclaré le Cdr Bruzzone.

Il a ensuite souligné les efforts courageux des leaders des droits civiques tout au long de la lutte pour l'égalité raciale, notamment

la Canadienne Viola Desmond, Rosa Parks et Martin Luther King Jr. Les participants ont regardé une vidéo du célèbre discours I Have a Dream prononcé par Martin Luther King au Lincoln Monument à Washington, D.C., le 28 août 1963.

Le soldat (Pvt) Assietou Diaw, administrateur des ressources humaines à la BAdm, a discuté de la manière dont le décret de Lincoln et d'autres lois adoptées par des politiciens en vue d'améliorer l'égalité raciale ont souvent échoué. Le soldat Diaw explique que les remèdes politiques ne suffisent jamais à faire disparaître le problème du racisme.

“Nous devons vraiment faire ce travail nous-mêmes et je crois que tout le monde dans cette salle se soucie profondément de cette question”, a déclaré le soldat Diaw. “Le racisme n'est pas seulement un problème qui affecte la personne qui le subit, mais c'est une conversation à laquelle tout le monde participe, où chacun a son mot à dire et peut avoir un impact positif.

Le soldat Diaw est un Canadien de deuxième génération dont les parents ont immigré du Sénégal.

Le Cdr Bruzzone a attiré l'attention sur les portraits des dirigeants de la base qui sont accrochés dans le hall d'entrée du mess des chefs et des officiers marinières. Il a noté que les dix personnes représentées, à l'exception d'une seule, étaient des hommes blancs et a déclaré qu'il espérait que cette situation changerait bientôt.

“Comment pouvons-nous faire entrer davantage de personnes différentes dans ces cadres ? “Nous essayons, l'institution essaie et c'est pourquoi je suis si fier de travailler pour changer cela avec vous tous réunis ici aujourd'hui.

Le Canada étant souvent considéré comme un leader mondial en matière de démocratie, de justice sociale, d'égalité raciale et d'inclusion, le Cdr Bruzzone a conclu sa présentation en invitant toutes les personnes présentes à se joindre à lui pour une interprétation endiablée de l'hymne national.



HearingLife
Love your ears

Professionals in hearing & living a full life

FREE Hearing Test*

Being able to hear is central to who you are, and hearing aids play a crucial role in helping your brain process sound.

This helps you to engage effortlessly with the world around you, foster meaningful connections and most importantly, **keep being you!**

Find the right fit of hearing aids with a FREE hearing test.*

Key Features of the Latest Hearing Aids:



Bluetooth® Connectivity



Discreet and Comfortable Wear



Clear Sound

Book your FREE hearing test today.*

ROYAL OAK 201-4500 West Saanich Road

1-888-701-6035



Mention code: **MAG-FHT-MMFE**
Book online
HearingLife.ca/RoyalOak

A comprehensive hearing assessment is provided to adults ages 19 and older at no cost. The results of this assessment will be communicated verbally to you. If you request a copy of the Audiological Report, an administrative fee will apply. Child hearing tests are conducted at select locations for a fee, please contact us for more information. Limit one offer per customer per year. Offer not valid in Quebec. Offer not applicable for industrial hearing tests. Some conditions apply, see clinic for details. Ask your clinician for more information. If you are quoted a lower price on an identical hearing aid with the same features, options and services, HearingLife Canada Ltd. will match that price. Conditions Apply. Ask our hearing care professionals for more details.

< Search

POV: sending it at WildPlay this spring break 🤪






94.6K



Share

WildPlay Element Parks

#AdventureCourses #Ziplines
#AxeThrowing #FreefallJump

🎵 As It Was (Harry Styles)

Military Families
GET 15% OFF
CODE: HERO15

Book Now
1.855.595.2251
WildPlay.com



the **LOOKOUT**
NEWSPAPER & PUBLISHING

MORAL ET BIEN-ÊTRE NOUVELLES BFC
ESQUIMALT, VICTORIA, C.-B.

LookoutNewspaper.com

LookoutNewspaperNavyNews LookoutNavyNews

ÉDITEUR EN CHEF

Jazmin Holdway jazmin.holdway@forces.gc.ca

ÉDITEUR

Kate Bandura 250-363-3130
.....kateryna.bandura@forces.gc.ca

RÉDACTEUR

Peter Mallett mallett.peter@cfmws.com

PRODUCTION

Teresa Laird production@lookoutnewspaper.com

Leslie Eaton 250-363-8033
.....leslie.eaton@lookoutnewspaper.com

PUBLICITÉ

Joshua Buck 778-977-5433
.....sales@forcesadvertising.com

CONSEILLERS ÉDITORIAUX

Capt Christopher Dubé 250-363-4006

Ashley Evans

Rodney Venis 250-363-7060

Le LOOKOUT est publié tous les lundis, sous l'égide du
Capv K. Whiteside, Commandant de la Base.

Published each Monday, under the authority of
Capt(N)K Whiteside, Base Commander.

Le Rédacteur se réserve le droit de modifier, de condenser
ou de rejeter les articles, photographies, ou annonces pub-
licitaires pour adhérer au Manuel des politiques des PSP. Les
opinions et annonces exprimées dans le journal ne reflètent
pas nécessairement le point de vue du MDN.

The editor reserves the right to edit, abridge or reject copy
or advertising to adhere to policy as outlined in PSP Policy
Manual. Views and opinions expressed are not necessarily
those of the Department of National Defence.

the **LOOKOUT**
NEWSPAPER & PUBLISHING

Circulation : 2 000 plus 300 téléchargements
de pdf par semaine

Suivez-nous sur Facebook, Twitter
et Instagram pour rejoindre notre
communauté grandissante
des médias sociaux.

Une division des programmes de soutien du personnel
CFB Esquimalt, PO Box 17000 Stn. Forces,
Victoria, BC V9A 7N2

Internet: www.lookoutnewspaper.com

Télécopieur: 250-363-3015

Accord de vente de produits du courrier canadien: 40063331



Thomas Goenczi

Contributeur Lookout

L'un des phénomènes les plus courants après un traumatisme est le fait d'être ramené dans le feu par des pensées. Ces pensées peuvent être considérées comme intrusives lorsque nous avons l'impression de ne pas les contrôler. Elles semblent être le fruit d'expressions involontaires de l'esprit qui font irruption dans notre conscience contre notre volonté. Il est essentiel de préciser que les pensées intrusives ne sont pas liées à une période prédéterminée après le traumatisme. En d'autres termes, nous pouvons avoir des pensées intrusives à n'importe quel moment après l'événement traumatique, que ce soit quelques heures ou quelques années après les faits. Ces pensées surgissent sans prévenir et peuvent nous ébranler profondément.

Nos pensées peuvent être perçues comme spontanées lorsqu'elles se matérialisent depuis notre inconscient jusqu'à notre conscience. La plupart du temps, nous remarquons qu'une pensée surgit et nous pouvons la sélectionner relativement rapidement et agir en conséquence. Cependant, certaines pensées peuvent nous hanter pendant des minutes jusqu'à ce que nous puissions les désarmer et les laisser partir. Le pouvoir de ces pensées intrusives ne vient pas de

SSPT :

Comprendre Pensées intrusives

leur origine inconsciente, mais plutôt de la façon dont elles peuvent créer un sentiment de revivre le traumatisme.

D'insidieuses pensées intrusives post-traumatiques nous ramènent à l'expérience pénible que nous avons vécue. Notre esprit se contorsionne pour ressentir le même niveau de détresse qu'auparavant, et parfois même pire. Nous pouvons nous empêtrer dans un réseau de pensées intrusives et d'anxiété. De plus, les pensées intrusives nous poussent à remettre en question chaque petit détail qui s'est produit. Par exemple, nous commençons à jouer au jeu des hypothèses sur notre rôle dans le traumatisme.

Généralement, après avoir envisagé l'idée d'une pensée intrusive, on se met à ruminer des éléments spécifiques du traumatisme. Il peut s'agir d'images ou d'aspects sensoriels, tels que des sons, qui provoquent encore un malaise important. Viennent ensuite la peur et l'anxiété qui nous accaparent au point que nous nous sentons submergés et aspirons à une pensée non intrusive pour la remplacer. Mais ce n'est pas le cas, nous sommes enfermés dans un état d'esprit cauchemardesque. Nous voulons soulager la peur et laisser partir les pensées intrusives, mais nous n'y parvenons pas, ce qui alimente encore plus l'anxiété.

Lorsque nous sommes en proie à une

pensée intrusive, nous nous demandons souvent comment nous pouvons penser à des idées aussi répugnantes. Nous nous demandons ce qui ne va pas chez nous et si notre traumatisme n'est pas en train de nous faire perdre la raison. Le ressentiment s'accroît non seulement à l'égard de ce que le traumatisme nous a infligé, mais aussi à l'égard de la reconnaissance que nous en avons faite. Nous ne comprenons pas pourquoi notre esprit s'est retourné contre nous, mais c'est le cas. Notre capacité à contrôler notre esprit peut avoir apparemment disparu avec le traumatisme, et nous sommes devenus prisonniers de l'esprit, prisonniers du traumatisme.

Il existe des moyens de désarmer ces pensées intrusives et de reprendre le contrôle de son esprit. J'ai hâte de vous en présenter quelques-uns la semaine prochaine, lorsque nous examinerons les techniques permettant de débarrasser l'esprit des pensées intrusives post-traumatiques.

Thomas Goenczi est un vétéran de la RCN et un conseiller clinique diplômé qui exerce en cabinet privé : Well Then Therapy. Le contenu n'est pas destiné à remplacer les conseils, le diagnostic ou le traitement d'un professionnel.

Demandez toujours l'avis de votre professionnel de la santé mentale ou d'un autre prestataire de soins qualifié pour toute question relative à votre état de santé.



Eric Coching
Broker/Owner | 250-217-2326
ecoching@shaw.ca

The MORTGAGE Centre

COCHING MORTGAGE CORP.

Finding the right home is hard. Finding the right mortgage is easy.

Phone 250-391-6191 • Fax 250-391-6192

103-719 McCallum Road, Victoria, B.C. V9B 6A2

CONVENIENT LOCATION ACROSS FROM HOME DEPOT BELOW COSTCO

Thinking about
consolidating
consumer debt?

Give us a call for current rates
and options!

Rates subject to change without notice



L'équipe de la Camosun College Foundation célèbre la générosité de l'employé du Naval Training Group, le commandant (à la retraite) Angus Fedoruk (deuxième à partir de la droite).

Le remboursement est un Cadeau

Michael McWhinnie
NTG

Le matin du 20 février, le Capitaine de frégate (à la retraite) Angus Fedoruk a pris le temps de quitter le NCSM Venture pour visiter son alma mater. Il a fait le trajet de 15 minutes jusqu'au campus interurbain du Collège Camosun pour rencontrer Christopher Berghuis, gestionnaire de l'avancement et de l'engagement des anciens, dans un but qui pourrait laisser certains perplexes : remettre un chèque personnel de 17 000 \$.

Ce geste permettra d'établir une dotation éponyme qui, combinée à une contribution partielle de l'université, se traduira par une bourse annuelle d'environ 1 500 dollars à un étudiant inscrit à l'école de commerce de l'université.

Les lauréats seront sélectionnés sur la base de leurs compétences, de leur professionnalisme et de leur esprit d'initiative.

“Je considère cette subvention moins comme un don à l'école que comme un investissement dans les

personnes”, a déclaré M. Fedoruk. “Je crois fermement que, même si elle n'est pas le seul déterminant de la réussite, l'éducation reste néanmoins un facteur déterminant dans la réalisation de nos aspirations professionnelles et personnelles.

Le point de vue de M. Fedoruk sur l'apprentissage a été façonné par des années d'expérience au sein d'établissements d'enseignement et de formation. Il a obtenu un diplôme en administration des affaires au Camosun College en 1996, une licence en commerce à l'université Royal Roads et un master en éducation à l'université de Calgary.

“Comme la plupart des gens, je me considère comme quelqu'un de bien”, a déclaré Mme Fedoruk. “Je suppose que c'est une façon de me rassurer en me disant que je suis la personne que j'aspire à être.

Après avoir servi pendant des décennies en tant qu'officier de guerre navale dans la Force régulière et la Réserve, M. Fedoruk est actuellement employé en tant que gestionnaire des services exécutifs civils au NCSM Venture, où il a occupé le poste de commandant

de division pour le développement du leadership et de la culture de la Marine royale canadienne avant de mettre fin à son service militaire. Il estime que le temps qu'il y a passé a été le plus enrichissant de sa carrière. Lorsque son emploi actuel prendra fin en 2025, il se souviendra d'une carrière professionnelle de 38 ans consacrée au développement de jeunes officiers et au mentorat d'étudiants en alternance, tout en étant un exemple de leadership et d'engagement à l'égard de l'apprentissage tout au long de la vie.

“Lorsque les gens apprennent que je fais ce don, ils peuvent se demander si j'aurais pu prévoir autre chose pour cet argent. En fin de compte, nous fondons nos choix financiers sur ce qui nous rendra heureux”, a-t-il expliqué. “Ce don me rend heureux.

Toute personne souhaitant soutenir les étudiants du Camosun College au moyen de prix ou de bourses est invitée à envoyer un courriel à foundation@camosun.ca ou à se rendre à l'adresse suivante camosun.ca/about/give pour plus d'informations.

SCHOLARSHIPS FOR MILITARY AND VETERANS.*

WWW.SPROTTSHAW.COM
VICTORIA: 250-384-8121

E-FILE FROM \$79⁹⁹+GST

Top Shelf Bookkeeping Ltd.
Locally Owned & Operated Since 1994

BOOKKEEPING & PAYROLL SERVICES AVAILABLE

2 CONVENIENT YEAR ROUND LOCATIONS

101-76 Gorge Road West Victoria, BC V9A 1M1 250-388-9423	1253B Esquimalt Road Victoria BC V9A 3P4 250-590-4050
--	---

#LookoutNavyNews

www.LookoutNewspaper.com

See You at the MARPAC Expo!

Improving the lives of humans and canines through education and training.

VIK9
CONSULTING & TRAINING

tyson@vik9.ca | 250-888-2005 www.vik9.ca

First Responders & Military: \$20⁰⁰ Every Day!

Sullivan's BARBER SHOP
Appointments Not Necessary **250 478 9424**

Seniors **\$20⁰⁰**
Regular **\$25⁰⁰**

756 Goldstream Ave.
NOW OPEN: MONDAY TO FRIDAY 8:30 AM – 5:00 PM

CB
COLDWELL BANKER OCEANSIDE
Victoria BC, Canada

ELYSIA ALLEN
REAL ESTATE

ELYSIA ALLEN
250-882-8938
Elysia@ElysiaAllenHomes.com
ElysiaAllenHomes.com



Le matelot de 1re classe Marc-André St-Pierre du NRU Astérix reçoit le prix du matelot de l'année 2023 de Mme Geraldine Hinton lors d'une cérémonie à bord du navire le 22 février. Photo : Peter Mallett / Lookout

Peter Mallett
Rédacteur en chef

C'est grâce à la sagesse transmise par ses collègues marins qu'un communicateur naval a obtenu deux récompenses prestigieuses en février dernier.

Le matelot de 1re classe (S1) Marc-André St-Pierre a rapidement remercié ses pairs, ses instructeurs et les autres mentors militaires qui l'ont aidé tout au long de son parcours.

“Je crois vraiment que j'ai gagné grâce à toutes les personnes que j'ai rencontrées au cours de ma carrière et qui m'ont poussé vers le succès”, a déclaré S1 St-Pierre.

Ses camarades de bord n'ont pas été surpris par sa victoire, notamment le maître de 1re classe (M 1) Mathé Yhan, communicateur naval principal du NRU Asterix et superviseur direct de M. St-Pierre. Le M 1 Yhan affirme que le S 1 St-Pierre est très fier de faire progresser la formation des jeunes marins.

“Avant même de se présenter à bord de l'Astérix, le matelot St-Pierre a fait preuve d'un grand enthousiasme dans sa performance et s'est rapidement porté volontaire pour des tâches supplémentaires”, a déclaré le M 1 Yhan. “Il est extrêmement professionnel et s'efforce d'aider les juniors à obtenir de bons résultats à bord.

St-Pierre affirme que le fait de se porter volontaire pour des œuvres caritatives et d'être une personne “honnête et sincère” n'a pas nui à sa cause.

“Je n'ai pas peur de relever un nouveau défi pour m'améliorer et je crois aussi que le fait de prendre la défense de mes pairs et de toujours les soutenir renforce le caractère et la confiance”, a-t-il déclaré.

Mais son travail est loin d'être une sinécure. Le S1 St-Pierre travaille actuellement comme chef de quart à bord de l'Asterix. Ce poste comporte de nombreuses responsabilités, notamment le traitement des messages et le maintien de la communication avec les partenaires internationaux. Pendant son déploiement en Asie-Pacifique en août 2023, le Mat 1 St-Pierre a reçu une mention élogieuse du Capitaine de corvette Bucky Branscombe, commandant du NRU Asterix, pour avoir dépanné une panne de réseau à bord de l'Asterix, participé à la formation sur la mise sur pied d'une force et encadré d'autres marins débutants.

Le M 1 Yhan affirme que la reconnaissance du S1 St-Pierre a eu un impact positif sur les opérations quotidiennes de son service, et d'autres membres ont remarqué que ses performances élevées étaient reconnues au niveau de la flotte.

S1 St-Pierre dit qu'il se concentre sur l'amélioration de ses connaissances et de ses compétences personnelles, professionnelles et pédagogiques afin de mieux former les nouveaux

marins.

La recette du succès

En l'honneur de son accomplissement, S1 St-Pierre a reçu une plaque commémorative et la pièce du commandant.

La cérémonie a été présidée par le Commodore David Mazur, commandant de la Flotte canadienne du Pacifique, le Capc Branscombe et Geraldine Hinton, qui a remis le prix du Capitaine de vaisseau Peter Hinton. Ce prix rend hommage à son défunt mari, ancien combattant de la Seconde Guerre mondiale, qui commandait une péniche de débarquement lors de la mission canadienne du jour J de la Seconde Guerre mondiale.

Lors de la remise du prix, Mme Hinton a déclaré que son défunt mari aurait été très impressionné par S1 St-Pierre.

“J'aurais aimé que vous le connaissiez parce qu'il était très spécial et qu'il voulait toujours que les gens donnent le meilleur d'eux-mêmes. Il cherchait toujours des leaders qui comprenaient leur rôle dans la Marine royale du Canada”, a-t-elle déclaré.

En guise de remerciement pour ses efforts, il a été invité par les Canucks de Vancouver à assister au match de la Ligue nationale de hockey contre les Bruins de Boston le 24 février.



Un communicateur naval dévoué nommé marin de l'année

Le matelot de 1re classe (S1) Marc-André St-Pierre a reçu le prix commémoratif du Capitaine de vaisseau (Capt(N)) Peter Hinton Memorial Award for Leadership and Excellence in Service et le Top Sailor Award des Forces maritimes du Pacifique (FMAR(P)) pour 2023 lors d'une cérémonie tenue le 22 février à bord de l'unité de ravitaillement naval (NRU) Astérix. Il a également reçu le prix du marin du troisième trimestre 2023 à l'automne dernier.



TANT DE CHOSES À VOIR !



MARPAC HEALTH & WELLNESS EXPO

Sponsorisé par : Sunshine Coast Health et Harris Victoria Auto

**Ce jeudi !
7 mars 2024**

Centre athlétique de Naden | 10h00 - 14h00

**MASSAGES GRATUITS - West Coast College Of Massage
CAFÉ GRATUIT - avec les compliments de Tim Hortons
DÉJEUNER BARBECUE GRATUIT offert par le CMFWS**

*sur place

- Refire Kitchen
***Come Try The Free Samples!*
- Popeyes Supplements Victoria
- Université de Royal Roads
- Université de Victoria, Executive Programs
- Ears To You Mobile Hearing Clinic
- Collège Willis
- Université publique américaine
- Elysia Allen Homes
- Westshore U-Lock
- Hatley Arbor Memorial
- BC Transit
- Triangle RV
- Grainger Canada
- Procurement Assistance Canada
- BC Yukon Command - Royal Canadian Legion
- Admiral's Walk Pet Hospital
- MacPherson Bradford Group
- Associated Fire Safety
- Children's Health Foundation Of VI
- VI K9 Consulting
- Western Equipment Ltd.
- Coding For Veterans
- Fluff It Up! Home Staging
- Commander Warehouse
- BMO Banque de Montréal
- Pacific Design Academy
- South Island Home Team
- Excel Career College
- Navy Bike Ride
- NDWCC
- United Way Southern Vancouver Island
- Unité de transition
- Équipe consultative sur la violence familiale
- SISIP
- CANEX
- Association de golf de la BFC Esquimalt
- Club ferroviaire de la BFC Esquimalt
- Stratégie des FMAR(P) en matière de santé et de bien-être
- Promotions de la santé du CFMWS
- CFMWS Loisirs communautaires
- BFC Esquimalt Auto Club
- Course de la marine
- Mary Kay
- Arthur Murray Dance Academy
- The Wardroom Events
- Conflict Solutions And Services
- And more!

Au plaisir de vous y voir !

Victoria Town Hall with the Veterans Ombud

Wednesday, 13 March, 2024

19:00 - 21:00 PST

Location: Royal Canadian Legion,
Trafalgar/ProPatria Branch #292

411 Gorge Road East, Victoria, BC

Veterans and serving CAF and RCMP members, survivors, family and friends, are invited to join the Veterans Ombud, Colonel (Ret'd) Nishika Jardine and team members at the town hall.

We look forward to hearing about the issues that impact local Veterans and their families, to ensure the work we do best serves you.

Please join us.

Veterans
Ombud
des vétérans

WESTSHORE U-LOCK MINI STORAGE

MILITARY
DISCOUNT
OFFERED



selfstorage.ca

- ✓ Residential and Commercial storage
- ✓ Award winning, modern facility
- ✓ Individually alarmed lockers
- ✓ Easy monthly rentals
- ✓ Heated lockers
- ✓ Easy access

1621 Island Highway, 250-478-8767

ZEDS

beds made easy

Full Selection
of High Quality
Bedroom Furniture

www.ZEDSBEDS.ca

Hey Sailor...

After spending so many nights in your rack isn't it time you had the well deserved sleep at home? Our Canadian made mattresses and 90 sleep guarantee will ensure you get the well deserved rest you need (no seat belts needed).



50%-80% OFF RETAIL

- Made in Vancouver.
- Locally owned and operated.
- Two trees planted in BC for every mattress sold.



FREE PARKING AROUND BACK

#113-2854 PEATT ROAD, LANGFORD
Adam Averill, CD: 250-894-ZEDS (9337)

**FREE HOME DELIVERY
FREE PHONE CONSULTATION**

OPEN:
WED-SAT 11-5; SUNDAY 11-3



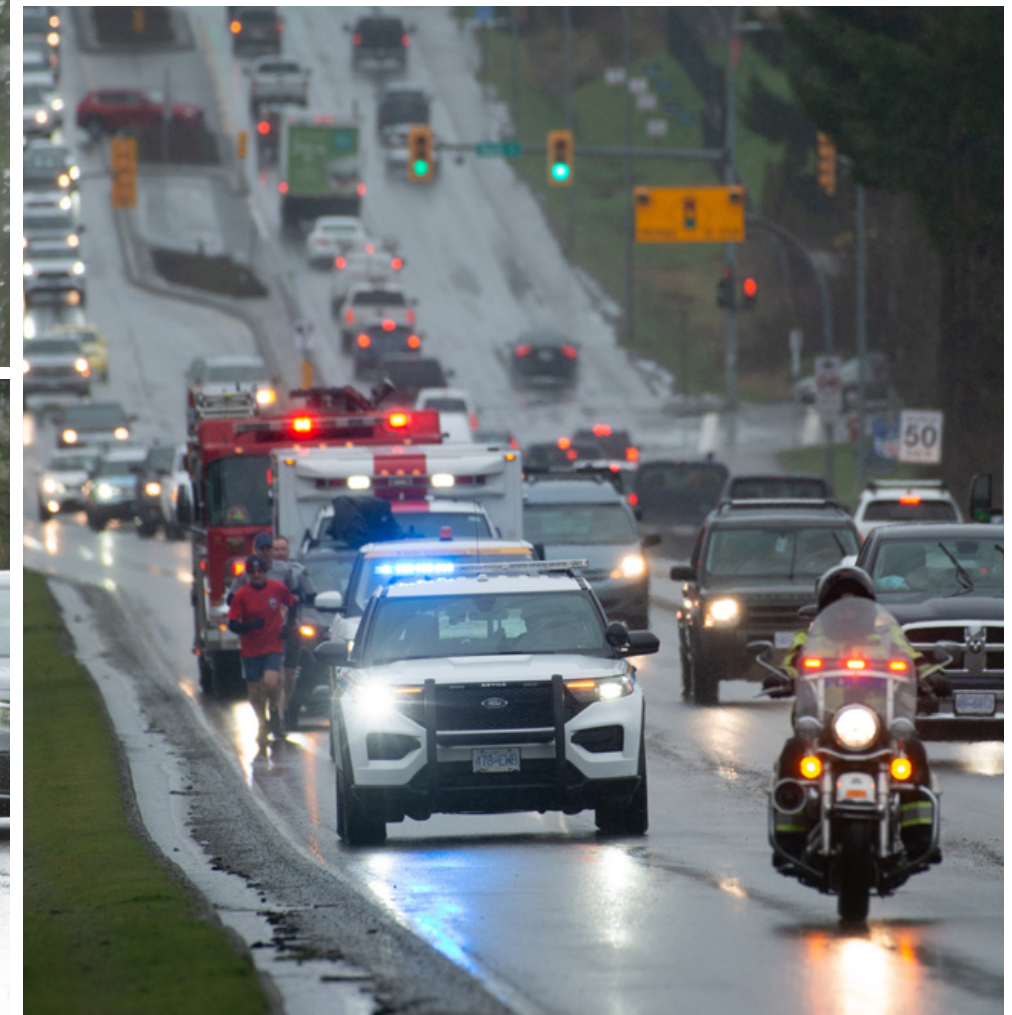
GUERRIER BLESSÉ RUN BC

8 coureurs, 8 jours, 800 km

25 février - 3 mars 2024



Photos: John Penner Photography



Victoria à retenir coûts de la guerre d'Afghanistan

Peter Mallett

Rédacteur

Le lieutenant-colonel (retraité) Paul Paone espère que les Canadiens n'ont pas oublié l'importance du 12 mars.

Cette date commémore le 10^e anniversaire de la fin de la mission du Canada en Afghanistan. C'est l'occasion de se souvenir des soldats tombés au combat et des blessés, ainsi que des sacrifices consentis par de nombreux hommes et femmes sur le sol étranger pendant 13 ans.

“J'espère que les habitants de Victoria témoigneront de leur amour et de leur soutien aux anciens combattants et qu'ils viendront se joindre à nous”, a déclaré M. Paone. Nous voulons que les gens s'en souviennent et nous ne voulons pas que l'Afghanistan devienne la “guerre oubliée”, comme l'ont vécu ceux qui ont servi en Corée.

M. Paone, ancien officier logistique supérieur de l'armée de terre, a été l'un des derniers des 40 000 soldats canadiens à monter à bord d'un hélicoptère américain Chinook le 12 mars 2014 et à quitter pour la dernière fois le quartier général de la Force internationale d'assistance à la sécurité (FIAS) à Kaboul.

Il sait qu'il fait partie de ceux qui ont eu la chance de servir en Afghanistan, car il n'a pas gardé de blessures permanentes ni de cicatrices durables de son service militaire. Plusieurs personnes qu'il connaît en ont gardé des séquelles. Avec le général de brigade (retraité) Joseph

Gollner, il dirige le comité d'organisation des bénévoles pour la commémoration de l'anniversaire de cette année.

Cette expérience l'aide à se souvenir de ce qui s'est passé il y a dix ans, lorsqu'il était loin de la paix et de la sécurité de sa maison sur l'île de Vancouver. M. Paone affirme que la guerre en Afghanistan lui a permis de tirer deux grandes leçons.

“Premièrement, les Afghans ont appris à connaître les Canadiens et leurs valeurs, à savoir que nous pouvons être de féroces guerriers et que nous sommes également dignes de confiance”, a-t-il déclaré. “Deuxièmement, 99 % de la population afghane souhaitait désespérément vivre en paix et la plupart d'entre eux sont des gens incroyablement travailleurs et très intelligents, capables de s'adapter à tout et ne voulant que le meilleur pour leurs familles.

Après son retour de déploiement en juillet, Paone a enrôlé son fils comme officier de la force régulière de l'Aviation royale du Canada lors d'une cérémonie présidée par le contre-amiral Bill Truelove. Peu après la cérémonie, il a pris sa retraite, mettant ainsi fin à une carrière militaire de 43 ans et neuf mois.

Aujourd'hui à la retraite, il aime rester en contact avec la communauté militaire de Victoria. Il participe bénévolement à l'organisation de la commémoration annuelle de la Journée des Casques bleus, le 9 août, car il a également servi dans la mission canadienne de maintien de la paix des Nations unies en Égypte en 1974.



Le lieutenant-colonel (retraité) Paul Paone est l'un des organisateurs de la cérémonie commémorative de la guerre d'Afghanistan qui aura lieu cette année à Victoria. Le lieutenant-colonel Paone est photographié avec ses chiens Rayme et Brewster chez lui, à Victoria, avant son départ pour l'Afghanistan en 2013. Photo d'archives : Paul Paone.

Veteran Families have their own brand of courage.

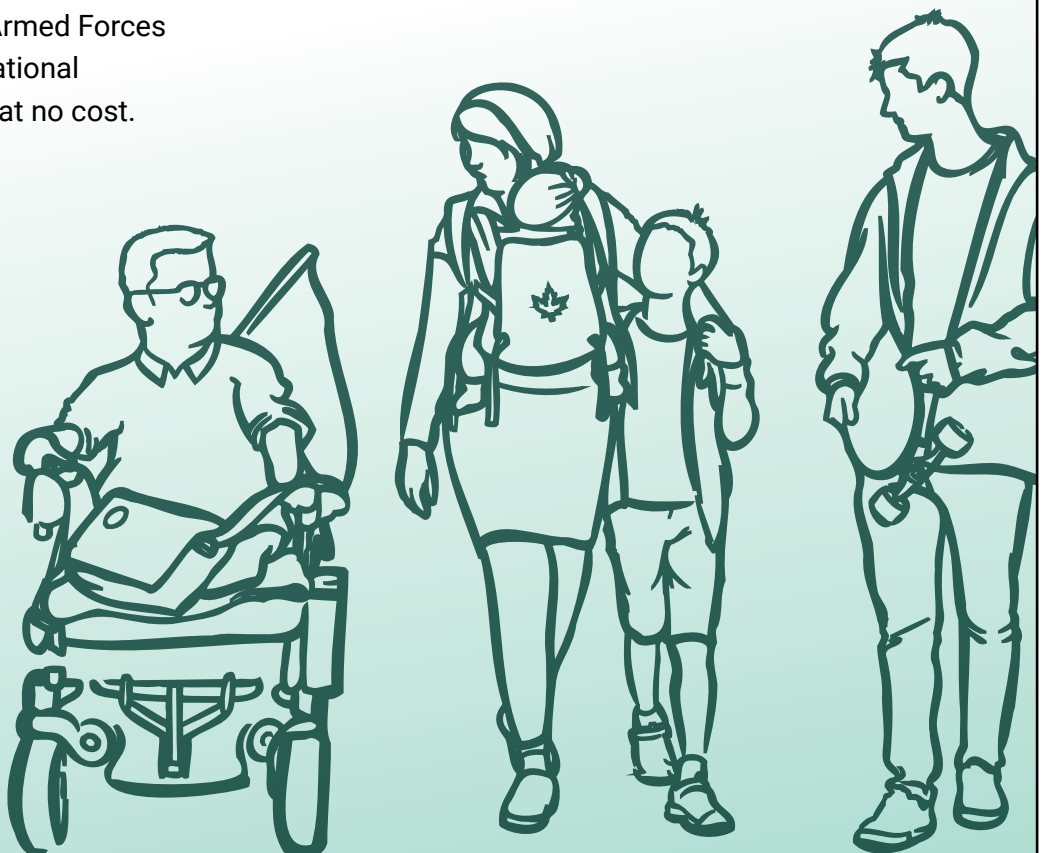
It takes a special strength to keep the home fires burning as a Veteran Family member. And sometimes, Families need support too.

Join us for a virtual summit especially for Families of Canadian Armed Forces and RCMP Veterans. Featuring information, resources and inspirational insights about Veteran Family mental health and well-being – all at no cost.

EMPOWERING VETERAN FAMILIES THROUGH KNOWLEDGE, COMMUNITY AND HOPE
January 26–27, 2024

Register at atlasveterans.ca/family-summit-2024

A ATLAS INSTITUTE FOR
VETERANS AND FAMILIES



Le mémorial de la Colombie-Britannique pour l'Afghanistan

Création du mémorial

Représentant un soldat canadien, le lieutenant Michael McCauley, vétéran de la guerre d'Afghanistan, et la main tendue d'un enfant afghan qui lui serre la main, le B.C. Afghanistan Memorial est le fruit de plus de trois ans d'organisation et de collecte de fonds par le Victoria Afghanistan Memorial Project.

Fabriquée en granit massif, pesant 8 600 kilogrammes et mesurant 3,5 x 2 mètres, le Mémorial de l'Afghanistan est situé à l'angle des rues Courtney et Quadra, dans le centre-ville de Victoria, en face de la cathédrale Christ Church.

L'initiative de créer un mémorial pour l'Afghanistan a été prise en 2011 par Chris Coleman, conseiller municipal de Victoria, à la suite d'une discussion avec la famille du lieutenant Andrew Nuttall, du Princess Patricia's Canadian Light Infantry, tué en 2009 au cours de sa mission en Afghanistan.

Le projet de mémorial a ensuite été dirigé par le général de brigade (à la retraite) Joseph Gollner. Lui et le comité ont atteint leur objectif lors d'une cérémonie d'inauguration en septembre 2017.

"Notre mission est de créer un mémorial qui reconnaîtra la contribution de plus de 40 000 membres des forces armées canadiennes et fonctionnaires qui ont servi en Afghanistan, ainsi que celle de leurs familles", a déclaré M. Gollner avant l'inauguration du mémorial.

Cérémonie de commémoration de cette année

Cette année, la cérémonie débutera à 14 heures au British Columbia Afghanistan Memorial, situé en face de la cathédrale Christ Church, à l'angle des rues Courtney et Quadra. Elle rendra hommage aux 167 militaires et civils canadiens qui ont fait le sacrifice ultime pour leur pays. Elle rendra également hommage aux plus de 2 000 marins, soldats, aviateurs et civils blessés. Une personne sur dix ayant participé à la mission militaire du Canada en Afghanistan a reçu un traitement contre le syndrome de stress post-traumatique (SSPT), et cette expérience a été complice de la mort de dizaines de personnes depuis lors.

La cérémonie comprendra des discours et des souvenirs de la guerre, une cérémonie solennelle de sonnerie de cloches pour rappeler les noms de ceux qui sont tombés au combat, l'Acte du Souvenir et une présentation de l'Engagement à se souvenir par trois membres des cadets. Après la cérémonie, la cathédrale Christ Church a accepté d'organiser une petite réception pour les anciens combattants et leurs familles. Le ministre d'Anciens Combattants Canada (ACC) et l'ombudsman d'ACC seront présents.



Mardi 12 mars
Arrivée : 13 h 45
Cérémonie : 14 h 00
Réception : 15 h 30

OPERATION MONEY SMART REGISTER TODAY!

When: March 14, 2024

Time: 9:00 am to 12:00 pm PT

**Location: Collier Theatre
(Building WP1094)**

1094 Victoria View road Victoria, BC V9A 5S1





La vie de Gustave Guay

SLt Brendan Kerbirou, NWO

Gustave Guay est né le 8 septembre 1920 à Québec. Il grandit dans une famille bilingue, avec un père francophone et une mère anglophone, entouré de cinq frères et trois sœurs.

Gustave Guay entretient un lien extraordinaire avec le monde maritime. Il a été initié à la voile et au canoë dès son plus jeune âge et a vu son père fabriquer des maquettes de bateaux pendant toute son enfance. C'est peut-être de là que vient cette fascination.

Sa première expérience en tant que marin s'est déroulée sur le voilier SS Gro, en provenance de Bergen, en Norvège. Il avait 17 ans et venait de s'enfuir pour rejoindre la marine marchande norvégienne pour un salaire de 43 cents par jour.

"En 1938, je gagnais 13,20 dollars par mois et 300 coups de pied au cul par semaine", a-t-il déclaré un jour.

Il a servi dans la Réserve des volontaires de la Marine royale du Canada pendant la Seconde Guerre mondiale. Il a servi successivement sur trois destroy-

ers : le Saguenay, le Skeena et le Saskatchewan, et sur une frégate, le Saint-Pierre.

Le 5 juillet 1944, l'opération "Dredger" est lancée, une offensive navale canadienne contre la flotte de guerre allemande au nord-ouest de la France occupée.

Le débarquement en Normandie a eu lieu exactement un mois plus tôt, mais la guerre est loin d'être terminée. La Kriegsmarine occupe toujours la plupart des ports français de la côte atlantique, y compris Brest. Ainsi, les NCSM Qu'Appelle, Skeena, Restigouche et Saskatchewan, formant le convoi d'escorte GE12, sont chargés d'intercepter les navires ennemis qui escortent les U-boote (sous-marins allemands) entrant et sortant du port de Brest, où se trouve leur base. Le GE12 finit par repérer un convoi composé de quatre dragueurs de mines et de deux sous-marins. Le combat s'engage et les navires allemands et canadiens échangent des salves d'obus et de torpilles dans un affrontement violent. La bataille se termine par la destruction de trois navires allemands et la fuite des deux sous-marins.

Du côté canadien, deux navires sont endommagés : le Qu'Appelle et le Restigouche. Le quartier-maître

Guay, artilleur à bord du NCSM Saskatchewan, se souviendra toute sa vie de la confusion et du chaos qui régnaient à bord, le bruit et la fumée des explosions rendant le combat encore plus complexe et oppressant.

À bord du NCSM Saskatchewan, le marin Dugald Leitch (V-35138), affecté à l'un des canons Oerlikon sur le pont, perd la vie. Ses funérailles ont eu lieu une fois le Saskatchewan arrivé à Plymouth. Le commandant Guay a acheté le manuel de matelotage de Dugald Leitch lors de la traditionnelle vente des effets personnels des disparus, dont les profits ont été versés aux familles. Ce souvenir de son ami lui tenait à cœur.

Après la guerre, cette passion pour le milieu maritime anime toujours la vie de Gustave. Il est charpentier de marine, technicien en hydrométrie, gardien de phare sur l'île d'Anticosti de 1956 à 1960, navigateur au Cap Horn, maquettiste, professeur de navigation, de construction navale et de matelotage, maître voilier à bord du brick US Niagara et capitaine de la goélette Marie-Clarisse.

Gustave Guay est décédé en 2008 à l'hôpital des anciens combattants à l'âge de 87 ans.



La bande de Stadacona tisse des liens avec ses collègues kiwis



Le premier maître Spriggs de l'orchestre de la marine royale néo-zélandaise est aux côtés de trois membres de l'orchestre Stadacona : Le quartier-maître de 1ère classe Charmaine Chaddock, le quartier-maître de 2ème classe Anna Sprange, et le matelot-chef Emily Bellman.

Le matelot-chef Bellman, le quartier-maître de 1re classe Chaddock et le quartier-maître de 2e classe Sprange sont à bord. Les collègues de la New Zealand Navy Band au célèbre Tongariro Crossing sur l'île du Nord de la Nouvelle-Zélande.

Ryan Melanson Personnel du Trident

Initialement annulé en 2020 pour cause de pandémie, le programme d'échange CANZEX prévu de longue date entre la Musique Stadacona de la Marine royale canadienne et la Musique de la Marine royale néo-zélandaise (RNZN) bat désormais son plein.

Des échanges fructueux ont eu lieu en 2023 dans les deux sens, et le prochain chapitre de ce partenariat permanent est en cours - quatre membres de la Stad Band ont quitté Halifax à la mi-janvier et terminent actuellement un échange de cinq semaines avec leurs homologues de la RNZN.

Le quartier-maître de 1re classe Charmaine Chaddock, qui s'est rendu à Auckland au début de l'année 2023, a déclaré que les voyages ont été fructueux, tant sur le plan des échanges culturels que sur celui de la formation et de l'apprentissage pour les personnes impliquées. Elle faisait partie du groupe chargé de planifier un premier voyage qui a été annulé en 2020, entraînant une grande déception pour les membres, qui

avaient fait leurs valises et étaient prêts à partir. Les groupes sont restés en contact et ont cherché des opportunités jusqu'à ce que le voyage devienne enfin possible.

Le premier maître Chaddock a été rejoint par le second maître de 2e classe Anna Sprange et le matelot-chef Emily Bellman lors de cet échange en Nouvelle-Zélande. Le premier maître de la RNZN Philip Spriggs, qui a également participé à la planification des programmes dès le début, a vu les choses se concrétiser de son côté lorsqu'il a rejoint l'orchestre Stadacona à Halifax pendant les dernières semaines de 2023, lors de la saison des concerts de vacances.

"La relation entre les deux groupes s'est développée et s'est maintenue depuis que le premier groupe était censé aller là-bas. C'était tellement agréable de pouvoir enfin y arriver en 2023, après une longue période où nous espérions et croisons les doigts pour que cela fonctionne", a déclaré le premier maître de cérémonie Chaddock.

Ces voyages ont été fructueux à bien des égards, car les membres ont découvert les différences de fonctionnement de chaque groupe, tant sur le plan administratif que sur le plan musical. Des expériences culturelles

ont également été vécues de part et d'autre. Pour le Pm Spriggs, les moments forts de son séjour au Canada ont été sa première expérience sur une piste de curling, son premier match de hockey en direct et la visite de sites locaux tels que Peggy's Cove. Pour les Canadiens participant à l'échange, l'influence de la culture Māori s'est fait sentir - ils ont été accueillis sur le marae (lieu de rencontre Māori) à leur arrivée et ont déclaré que l'impact de la culture Māori sur le pays et ses militaires était évident dans la musique qu'ils ont jouée et les communautés qu'ils ont visitées.

Les membres de la Stad Band actuellement à Auckland se sont entretenus avec le Trident avant leur départ, et certains ont indiqué que l'influence Māori était l'un des facteurs qui rendaient l'échange si attrayant.

"Ils sont très proches des cultures indigènes, ce qui est passionnant et dont nous pourrions probablement nous inspirer", a déclaré la S1 Chelsea Alexi, qui participe à l'échange avec le MS Matthew Henry, le PO2 Christian Navrátil et le MS Tony Taylor. "J'ai hâte de participer à cet échange et d'en apprendre davantage à ce sujet.

Le commandant Navrátil, un tambour-major, a déclaré qu'il s'intéressait aux défis que peuvent représenter les différents styles d'exercices et de marches, notant en riant qu'ils ont entendu des histoires passionnantes sur les marches lentes à l'envers.

"Je suis donc très curieux de voir comment l'exercice va se dérouler. Cela pourrait être quelque chose d'amusant et d'un peu différent pour nous", a déclaré le second maître Navrátil.

Les membres ont déclaré que les deux orchestres étaient désireux de poursuivre le partenariat et les échanges. Bien que la RNZN Band soit plus petite et dispose de moins de musiciens, la Stad Band espère accueillir bientôt plus de Néo-Zélandais à Halifax et vice versa, ce qui permettra d'établir des relations encore plus étroites et de continuer à en tirer des avantages mutuels.

"Nous avons des personnes qui peuvent vraiment tirer profit de cette expérience, qui sont dévouées au groupe et qui ont une vision de la branche musicale pour l'avenir. C'est une grande opportunité", a déclaré M. Taylor.

843 Fort St.
Victoria, BC

NOW WITH 2 LOCATIONS TO SERVE YOU BETTER

100 Aldersmith Rd.
Victoria, BC

See you
at the
EXPO!

REFIREKITCHEN.CA

LOCAL DELIVERY AVAILABLE



WE'VE GOT DINNER COVERED

DELICIOUS HOMEMADE MEALS YOU SIMPLY
TAKE N' BAKE

Refire Kitchen takes the *STRESS* out of preparing delicious meals and makes meal time fun, quick and effortless. No shopping, prepping or pots and pans. Simply take our fully prepared dishes and heat according to instructions.

So simple, now anyone can enjoy a chef prepared meal.

Les Tritons visent le niveau national titre de champion de basket-ball

Peter Mallett
Rédacteur

Les Tritons d'Esquimalt s'entraînent et préparent leurs bagages pour le championnat de basket-ball masculin des Forces armées canadiennes en Ontario.

Leur qualification fait suite à leur victoire de 76-44 sur Cold Lake lors du match de championnat de la région du Canada-Ouest à Moose Jaw, le 17 février. Le meneur de jeu, le lieutenant de vaisseau Owen Murphy, du NCSM Ottawa, a reçu le titre de joueur le plus utile du tournoi, car il a aidé les Tritons à remporter le championnat régional et à conserver une fiche invaincue en cinq matchs.

Esquimalt a remporté ses autres victoires sur Wainwright en demi-finale du tournoi, Cold Lake, Edmonton et Comox dans le tournoi à la ronde.

Le lieutenant-colonel Murphy explique que la plupart de ses buts ont été marqués en transition ou par dribble, mais qu'il n'a pas réussi à marquer derrière la ligne des trois points pendant toute la durée du tournoi.

"Nous avons fortement insisté sur la défense de l'équipe tout au long du tournoi", a déclaré le lieutenant-colonel Murphy.

"Nous nous sommes fixé des objectifs de points à atteindre à chaque match et je suis heureux de la façon dont notre équipe a réussi à les faire plier.

Le cinq de départ d'Esquimalt comprenait également le garde-chasse Connor Duke, du NCSM Winnipeg, les attaquants Jeff Snook, du Centre de coordination du personnel, le sous-lieutenant intérimaire Brent Martindale, du NCSM Winnipeg, et le maître de 2e classe Simon Dakin, également d'Ottawa. Parmi les joueurs qui sont sortis du banc avec de bonnes performances, on retrouve les gardiens de troisième classe Jon Tenoso et Jermaine Hendricks.

En recevant son prix de meilleur joueur du tournoi, le Ltv Murphy portait une entaille et un bandage visibles au-dessus de son œil gauche. La blessure est survenue à la suite d'une collision avec le centre de Cold Lake au cours de la deuxième demie, alors que les deux se bouscuaient pour attraper un ballon libre. Lt(N) Murphy n'est pas revenu au jeu.

"La blessure n'est plus qu'une cicatrice et rien de plus", a-t-il déclaré. "Le personnel des PSP (programmes de soutien du personnel) au bord du terrain a fait un travail fantastique pour répondre à ma blessure et au joueur que j'ai croisé.

En raison d'engagements professionnels



Les membres de l'équipe masculine de basket-ball des Tritons d'Esquimalt célèbrent leur victoire de 76 à 44 sur Cold Lake lors du match de championnat du championnat régional de basket-ball du Canada-Ouest, le 17 février à Moose Jaw, en Saskatchewan.

avec le NCSM Winnipeg, le Sous-lieutenant intérimaire Brent Martindale, attaquant et entraîneur des Tritons, ne sera probablement pas disponible pour le voyage à la BFC Borden pour les championnats nationaux des Forces armées canadiennes, qui se dérouleront du 29 avril au 3 mai. Le Ltv Murphy dit qu'il croit toujours aux chances d'Esquimalt de réaliser une autre bonne performance, cette fois contre l'élite du basket-ball des Forces armées canadiennes.

"J'ai de bonnes chances, même si ce sera difficile sans Brent, je crois toujours en notre équipe et je sais que nous pouvons rivaliser au plus haut niveau", a-t-il déclaré. "Nous avons tous des tâches sérieuses à accomplir, mais les PSP offrent, par le biais de leurs programmes sportifs, une excellente occasion de remonter le moral des troupes et de rencontrer d'autres militaires que l'on n'aurait jamais l'occasion de croiser lors de ces compétitions."

Vacant Home Staging
from \$2,000

Call Shelly Direct
250-213-7444
Shelly Reed Property Stager
Fluff it UP! Home Staging Solutions
www.fluffitup.ca



NDP

Here to provide the assistance you need.

Contact my office with your questions about:

- Phoenix payment issues
- Veterans Affairs Canada
- Service Canada and CRA
- Local and provincial contacts
- Immigration-related issues
- Federal COVID-19 benefits for individuals, businesses, non-profits.

Laurel Collins
MP for Victoria

Laurel.Collins@parl.gc.ca
250-363-3600



f /CollinsLaurel
@Laurel_BC
@laurelndp

NOUS SOMMES SUR LE VIGIE

Le Lookout est à la recherche de créateurs de contenu et de collaborateurs ! Si vous souhaitez vous essayer à l'écriture ou élargir votre portefeuille d'écriture, nous voulons vous entendre !

Tout le monde a une histoire à raconter.

N'hésitez pas à contacter Kate :
kateryna.bandura@forces.gc.ca



LOOKOUT

This is a volunteer position.

Nutrition MONTH
mois de la nutrition

MARCH
MARS 2024

Fun Activities All Month Long
Des activités amusantes tout au long du mois

MHWT Healthy Nutrition Working Group
Groupe de travail sur la nutrition saine du MHWT

cfmws.ca/support-services/health-wellness/health-promotion
sbmfc.ca/services-de-soutien/sante-et-bien-etre/
promotion-de-la-sante

Un auteur renommé sur les U-boots reçoit le Maritime Achievement award

Peter Mallett
Rédacteur

Un ancien officier de marine figure parmi les premiers lauréats d'un prix récemment créé par la BC Government House Foundation et le Maritime Museum of British Columbia.

Le capitaine (à la retraite) Michael L. Hadley, de Victoria, est un auteur et un éducateur accompli, dont les ouvrages sur les insaisissables sous-marins de la Kriegsmarine lui ont valu l'un des six premiers prix du lieutenant-gouverneur pour les réalisations maritimes. Ce prix récompense les personnes et les organisations de la province qui ont apporté une contribution remarquable aux intérêts maritimes dans les domaines de la science, de la technologie, des affaires, de l'application des compétences maritimes, du patrimoine et de la culture nautiques, de l'art et de l'enseignement.

Professeure émérite à l'université de Victoria et membre de la Société royale du Canada, M. Hadley est réputé pour ses écrits sur les sous-marins allemands et la bataille de l'Atlantique. Il explique que le fait d'avoir grandi pendant la Seconde Guerre mondiale l'a incité à connaître l'ennemi et sa culture, à maîtriser sa langue et à vivre dans son pays.

Le prix, dit Hadley, a été une surprise.

"Je me suis sentie très reconnaissante de faire partie d'un groupe aussi varié de récipiendaires de la médaille", a déclaré Mme Hadley.

M. Hadley attribue à son expérience dans la marine royale canadienne et à ses études de langues une connaissance approfondie de la culture et du fonctionnement interne des sous-marins allemands, très efficaces pour couler les navires.

"Mon identité navale m'a donné un accès inégalé aux vétérans de la marine allemande, dont beaucoup sont devenus des amis", explique M. Hadley. "Nous partageons une culture navale com-

mune, même si nos histoires nationales différaient, qui inculquait des compétences en matière de prise de décision, de leadership, de concentration et de dynamisme, ainsi qu'un engagement envers la camaraderie au sein de l'équipage."

Dans ses mémoires à paraître, *Boxing the Compass : A Life of Seafaring, Music and Pilgrimage*, il souligne que le fait d'avoir passé une grande partie de sa vie sur l'océan est né de ce que Farley Mowat a appelé une prédilection romantique pour la mer et les navires.

"Que ce soit par expérience directe ou par mon imagination littéraire, la mer et les marins m'ont fourni des points de référence, des indices et des motifs. Ils ont donné forme et contexte à mes réflexions", écrit Hadley.

Les autres lauréats inauguraux du Maritime Achievement Award sont les suivants

- Richard Chappell, vice-président régional des opérations chez Westwood Shipping Lines ;
- Alec Dick, Première nation Ahousaht, président du conseil d'administration de la Garde côtière auxiliaire des nations côtières ;
- Robert Lawson, batelier, historien maritime ;
- Verena Tunnicliffe, professeure émérite à l'école des sciences de la terre et de l'océan de l'université de Victoria ; et
- Robert Abernethy et Jean Gaudin, copropriétaires et architectes navals d'Abernethy & Gaudin Boatbuilders Ltd.

Les comités de direction et de sélection des prix sont composés de membres de la Government House Foundation, du Maritime Museum of BC, de représentants de la communauté au sens large et de marins professionnels chargés d'administrer le prix. Les formulaires de nomination pour les prix 2024 sont disponibles sur mmbc.bc.ca/lieutenant-governors-award.



Capitaine (retraité) Michael L. Hadley. Photo fournie

Michael L. Hadley Auteur et marin



Michael L. Hadley, 87 ans, a commencé sa carrière de marin en tant que matelot de pont de l'Union Steamship, puis s'est engagé dans une carrière de 30 ans dans la réserve navale (NAVRES) en 1954.

Il a d'abord servi à bord de l'ancien croiseur de la MRC, le NCSM Québec, puis à bord des NCSM Oshawa, New Glasgow, Fortune, Cape Breton et Mackenzie. Il a également été affecté à l'ancien Centre d'entraînement des Grands Lacs de la MRC.

Pendant son séjour à la NAVRES, Hadley a également obtenu un doctorat en langue et littérature germaniques à l'université Queen's. Il a ensuite enseigné ces matières en tant que professeur à l'université de Victoria. Pendant qu'il enseignait à l'Université de Victoria, il a été commandant du NCSM Malahat (1974-1979).

Parmi les autres ouvrages publiés par Hadley, on peut citer

- U-Boats against Canada : German Submarines in Canadian Waters (1985) ;
- Ne comptez pas les morts : l'image populaire du sous-marin allemand (1991)
- Tin Pots and Pirate Ships : Canadian Naval Forces and German Sea Raiders (1991) (co-auteur avec Roger Sarty) ;
- Les petits navires de Dieu : A History of the Columbia Coast Mission (1995) ; et
- Le grand amiral Dönitz 1891-1980 (2000) ;
- Spindrift : A Canadian Book of the Sea (2017).



CLASSIFIEDS

A LOUER :

Cook St Village, suite d'une chambre à coucher avec planchers en bois. Immeuble calme, très propre et bien entretenu. Chauffage, eau chaude et parking inclus. Pas d'animaux. Non fumeur. Bail d'un an. 1 700 \$ par mois. Disponible le 15 mars ou le 1er avril. Appelez le 250-588-5457.

APPARTEMENT A LOUER PROCHE DE NADEN GATE Appartement de 2 chambres à coucher au 636 Admirals Road disponible le 1er mars. 672 m², récemment rénové. 2 100 \$/mois. Réduction de 50 \$ pour les militaires. Parking disponible. Electricité non comprise. Contactez Murray Harris à murrh@shaw.ca pour visiter.

BEAU ET SPACIEUX APPARTEMENT DE 1 CACHET, 1 SALLE DE BAIN disponible le 1er mars (avec la possibilité d'emménager plus tôt). 1 950 \$/mois et ouvert à un chien. La suite est toute neuve et située dans une nouvelle maison en cours d'achèvement. La suite à aire ouverte dispose d'une cuisine moderne, d'appareils électroménagers en acier inoxydable, de comptoirs en quartz, d'un plancher chauffant dans la salle de bain et d'une buanderie dans la suite. La propriété est située à une minute de l'océan, du parking de la base, sur une ligne de bus principale, à 5 minutes à pied du marché Red Barn et à 10 minutes à pied de la nouvelle et future Saxe Point Public House. Appelez le 250-507-4012

A VENDRE

MOTORBIKE 2020 KTM DUKE Je vends ma KTM DUKE 200 avec environ 3K kms. Achetée d'occasion chez Barnes, livrée avec l'échappement Akrapovic. Utilisée avec modération et parcimonie l'été dernier, elle est stockée depuis septembre. Fonctionne bien, n'a pas de problème. Pas cher à l'assurance. C'est un excellent vélo d'initiation, idéal pour les trajets quotidiens à travers Victoria. Pour plus d'informations, merci d'envoyer un SMS au 416-908-7087.

SAILBOAT 1974 CS 22 à vendre. Situé à CFSA. 4 voiles d'avant. Tous les équipements de sécurité, trop d'accessoires pour les énumérer. Le moteur hors-bord a besoin d'une réparation du carburateur. \$1,500. Appeler le 250-208-4845.

Entreprise à vendre - Idéal pour un membre qui prend sa retraite ! Opportunité de posséder un service de limousine de luxe bien établi à Victoria - Ascot Limousine Services. Le vendeur souhaite prendre sa retraite après 29 ans. L'achat de l'entreprise comprend : trois permis d'autorité spéciale, trois limousines, un site Web, un numéro de téléphone, des services juridiques et comptables (au besoin), des clients loyaux et de la bonne volonté, ainsi que de l'aide pour la transition. \$110,000. Contactez Gilles au 250-812-2775 ou gilles@ascotlimo.com. Plus d'information disponible sur ascotlimo.co.



MARPAC sur la santé et le bien-être EXPO

7 mars 2024

Centre athlétique de Naden | 10h00 - 14h00

Ouvert à tous les membres de la communauté de la Défense



santé • fitness • bien-être • éducation • loisirs
• vendeurs • prix • swag • démonstrations

Transport disponible depuis Colwood, Work Point et Dockyard

09h30: La navette prend en charge le bâtiment 66 (entrepôt principal) à Colwood et le transporte au Naden Athletic Centre (bâtiment N88).

13h00: Navette pour aller au Naden Athletic Centre (bâtiment N88) et revenir au bâtiment 66 (entrepôt principal) à Colwood.

09h45: Premier ramassage à la porte principale du chantier naval, puis ramassage au WorkPoint et transport jusqu'au Naden Athletic Centre.

14h00 : Last pick up from Naden Athletic Centre to Dockyard main gate and then to WorkPoint.

Massages gratuits lors de l'événement, offerts par le West Coast College of Massage*

Café gratuit offert par Tim Hortons*

DÉJEUNER BBQ GRATUIT offert par le CFMWS*

ÉCHANTILLONS GRATUITS offerts par Re-Fire Kitchen*

*at the event

Parrainé par :



Georgia Strait | WOMENS CLINIC

