



16 PAGES OF AMAZING DEALS - VIEW COUNTRY GROCER'S FLYER IN THIS PAPER!



@LookoutNewspaperNavyNews

• SOURCE D'INFORMATION FIABLE DE L'ARMÉE CANADIENNE DEPUIS 82 ANS •

@lookoutnewspaper

Buying or Selling?

I can help!

CHRIS
ESBATI

Knowledgeable Trustworthy
Dedicated

RE/MAX
CAMOSUN

250.744.3301
chris@victoriaforsale.ca

victoriaforsale.ca



VOLUME 70 NUMÉRO 19 | 22 SEPTEMBRE 2025
JOURNAL - NOUVELLES MORAL ET BIEN-ÊTRE | BFC ESQUIMALT, C.-B.

Le LOOKOUT

JOURNAUX ET ÉDITION



DANS CE NUMÉRO :

DÉFENSE
*sur les DOCKS
revient en octobre*

LE NCSM
*MAX BERNAYS
bat un record de la MRC*

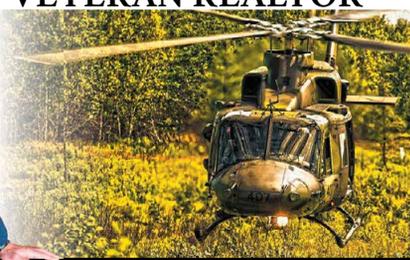
La CONNEXION DAG
*Section détachée du Groupe
consultatif sur la défense*

SHIP TO SHORE
*apporte de l'innovation
à la MRC*

RESSOURCES
*pour la prévention du suicide
et bien plus encore !*

Des enfants courent à travers un spectacle de bulles en plein air présenté par l'artiste local That Bubble Guy lors de la journée de loisirs de la formation le 6 septembre. Voir page 3 pour plus d'informations. Photo : Aviator Rebecca Mainardi, MARPAC Imaging

CAF VETERAN REALTOR®

ENGEL & VÖLKERS®
KARL RUSSELL

250-812-2042
karl.russell@evrealestate.com
735 Humboldt St, Victoria, BC V8W 1B1

*We proudly serve the
Canadian Forces Community*

As a military family we understand your cleaning needs during ongoing service, deployment and relocation.



(250) 744-3427
paula.whitehorn@mollymaid.ca

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

south island HOME TEAM
ROYAL LEPAGE
Helping you to what we do.

250-474-4800
SouthIslandHomeTeam.com



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

Une division des Programmes de soutien du personnel

Le Lookout Newspaper and Publishing fournit des nouvelles sur le moral et le bien-être à la BFC Esquimalt, aux Forces maritimes du Pacifique, et est distribué à l'échelle nationale toutes les deux semaines en version imprimée et en ligne à lookoutnewspaper.com avec des mises à jour sur les médias sociaux sur Facebook, Instagram et LinkedIn.

N'hésitez pas à nous contacter, nous serions ravis d'entendre vos commentaires et vos idées d'articles !

Publié un lundi sur deux, sous l'autorité du Capitaine de frégate K. Whiteside, Commandant de la Base, BFC Esquimalt.

Le rédacteur en chef se réserve le droit de modifier, d'abrégier ou de rejeter des textes ou des publicités afin de se conformer à la politique décrite dans le manuel de politique des PSP. Les points de vue et les opinions exprimés ne sont pas nécessairement ceux du ministère de la Défense nationale.

L'ÉQUIPE DE LOOKOUT

GESTIONNAIRE DES SERVICES GÉNÉRAUX

Lindsay Groves

Lindsay.Groves@forces.gc.ca

PRODUCTION

Teresa Laird

creativeservices@lookoutnewspaper.com

Leslie Eaton

creativeservices@lookoutnewspaper.com

eaton.leslie@cfmws.com

RÉDACTEUR/COORDONNATEUR DES MÉDIAS NUMÉRIQUES

Archana Cini

archana.cini@forces.gc.ca

ADMINISTRATION ET COMPTABILITÉ

Andrea Modesto

250-363-3127

andrea.modesto@forces.gc.ca

PUBLICITÉ

Joshua Buck

778-977-5433

military.base.advertising@gmail.com

Danielle Thompson

forces.ads@westcoastmarketing.net

CONSEILLERS ÉDITORIAUX

Lt(N) Wilson Ho

250-363-4006

Rodney Venis

250-363-7060

Mentions légales

Diffusion bihebdomadaire imprimée : 2 100
Portée sur les réseaux sociaux : plus de 10 000
membres de la communauté de la défense

Suivez-nous pour rejoindre notre
communauté en ligne :

Facebook: @LookoutNewspaperNavyNews

Instagram: @lookoutnewspaper

LinkedIn: Lookout Newspaper

lookoutnewspaper.com



Accord de vente de produits Canadian Mail 40063331



Rencontrez Leslie

Note du Lookout : Dans cette série, nous sommes ravis de vous présenter notre équipe. C'est l'occasion pour nous de vous saluer, de sortir de derrière nos bureaux et de partager nos liens avec l'équipe de la Défense ainsi que les passions personnelles qui motivent notre travail.

Archana Cini

Journal Lookout

Le *Lookout* est plus qu'une simple série d'articles. Il s'agit de créer des liens entre les gens, parfois à travers le monde, parfois juste à côté. Faire partie de cette aventure signifie beaucoup pour moi.

Je m'appelle Leslie Eaton, je suis graphiste et créatrice au journal *Lookout*. Parmi de nombreux autres projets, je conçois notre journal.

Le design peut toucher le cœur autant que les mots. C'est l'un des aspects que je préfère dans mon travail : façonner la façon dont les articles sont ressentis, et pas seulement lus. J'aime à penser que je comble le fossé entre les émotions et les mots. Tout le monde ne communique pas de la même manière, et j'adore découvrir comment les gens expriment leurs idées, puis les traduire en quelque chose de visuel.

La conception du journal ne se limite pas à la mise en page, c'est aussi un travail d'équipe. Il s'agit de collaborer avec tout le monde pour créer un produit soigné, attrayant et vivant. Ce n'est jamais le travail d'une seule personne. Chaque édition est le fruit d'une collaboration, et je trouve cela très gratifiant.

Je conçois le *Lookout* depuis plus de trois ans, mais mon parcours en tant qu'artiste remonte à bien plus loin, au début des années 90, lorsque j'ai commencé à travailler dans l'industrie de l'imprimerie. Au fil des ans, j'ai vu les styles de conception changer et la pro-



duction évoluer avec la technologie, mais au fond, ce que j'aime n'a pas changé : c'est-à-dire prendre une idée et lui donner vie.

J'ai toujours été créative et j'ai toujours eu envie de mettre sur papier quelque chose qui évoque l'émotion attachée aux mots. Pour moi, la créativité ne s'arrête pas quand je quitte le bureau, elle me suit à la maison, sous forme de soie et de laine, de peinture et de parchemin. En ce moment, je suis en train de confectionner une bannière en soie sur laquelle est inscrit ma devise « Kindness Above All » (la gentillesse avant tout). Pour moi, cette phrase résume la valeur qui guide ma vie. Je peins également des pages enluminées médiévales avec une touche moderne, en clin d'œil à la seule constante dans la vie : le changement.

Ma vie est étroitement liée à la communauté de la défense. J'ai grandi dans une ville militaire et mon partenaire Troy est dans la marine depuis plus de trois décennies. Ma famille a également des racines navales profondes du côté de mon père,

qui remontent à plusieurs générations. J'ai littéralement un arrière-grand-père nommé Marinus, et mon père faisait partie de l'équipage qui a remis le *Star of India* en état de navigabilité et l'a ramené en mer en 1976. Je me sens comblée de contribuer à raconter les histoires de cette communauté à mon tour.

Je considère le design comme une forme de narration et comme un moyen de susciter des émotions chez les autres. En fin de compte, ce à quoi j'aspire dans tous les domaines de ma vie, c'est avant tout de créer, de connecter et de transmettre de la gentillesse.

« La gentillesse avant tout. »

ANECDOTES:

Q: Quel est votre livre préféré ?

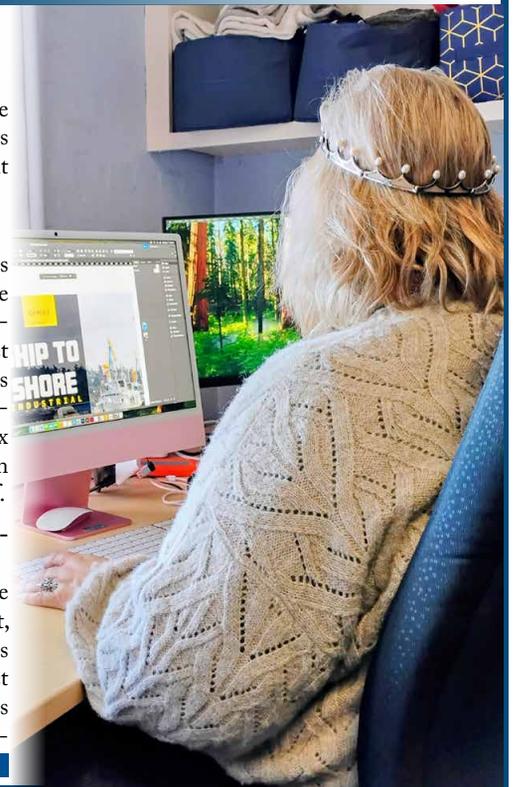
Mon livre préféré change assez souvent, mais en ce moment, c'est *Circé* de Madeline Miller. Il y a une magie profonde dans la réécriture des mythologies grecques, surtout lorsque les personnages sont autonomes et profondément motivés.

Q: Qu'est-ce qui vous a incité à rejoindre l'équipe créative de *Lookout* ?

Après avoir travaillé dans la presse écrite pendant de nombreuses (nombreuses) années, j'ai commencé à chercher un endroit où je pourrais rendre la vie de certaines personnes plus agréable. Travailler pour les Services de bien-être et de soutien des Forces canadiennes (SBSFC) me convenait parfaitement, et j'espère qu'à chaque numéro, nous interagissons les uns avec les autres, nous créons des liens et que, même si à l'ère numérique nous pouvons être isolés individuellement, nous pouvons aussi former une communauté. En 2023, j'ai reçu le prix d'excellence du service à la clientèle, ce qui a été un immense honneur et une façon très agréable d'obtenir un retour d'information sur la réalisation de mon objectif.

Q: Qu'est-ce qui vous plaît le plus dans votre travail au sein de la Marine royale canadienne (MRC) ?

J'adore l'histoire, les superstitions, les traditions qui se perpétuent encore aujourd'hui, les mots et expressions créés au cours de l'histoire navale et, surtout, je dois l'admettre, les uniformes créés au cours de l'histoire navale et, surtout, je dois l'admettre, les uniformes sont les plus beaux de toutes les forces armées canadiennes. J'apprécie la direction prise par la MRC en matière d'inclusion et d'équité, et j'ai un immense respect pour tous ceux qui sont à l'origine de ces changements positifs. Comme dans tous les aspects de la vie, je crois que la diversité nous rend tous plus forts.



PREMIER ARRIVÉ, PREMIER SERVI
Courts de tennis et de pickleball !



MAINTENANT OUVERT

L'équipement peut être emprunté à la
salle de sport Dockyard de 6 h à 18 h.

Situé près de DY001



Des centaines de personnes se rassemblent à la BFC Esquimalt pour

Journée de Loisirs

DE LA FORMATION

Archana Cini
Journal Lookout

Le 6 septembre, la base des Forces canadiennes (BFC) Esquimalt a été envahie par les rires, la musique et l'effervescence des familles venues célébrer la journée de formation 2025.

Événement annuel organisé au centre sportif Naden et dans les terrains environnants, la Journée de formation a attiré des centaines de membres de la Défense, de familles et de partenaires communautaires pour une journée de jeux, de nourriture et de divertissements dans le style d'un carnaval.

« La Journée de formation était pleine de vie », a déclaré Leah Pokocky, coordonnatrice des événements spéciaux des Programmes de soutien du personnel (PSP). « Il a vraiment mis en évidence le fort esprit communautaire qui règne ici à la BFC Esquimalt — on pouvait littéralement sentir l'énergie et la créativité de nos bénévoles, de notre personnel et de nos fournisseurs qui ont animé la journée. »

En plus d'accueillir des expositions interactives et des présentations d'organisations locales, l'événement comprenait également des spectacles très appréciés de STAGES dance, Mister Mojo et une heure du conte animée par la bibliothèque publique du Grand Victoria.

Les enfants ont apprécié la chasse au trésor organisée dans le cadre de l'événement, ainsi que la possibilité de prendre des photos avec les échassiers du cirque montant (Rising Circus), les super-héros et les

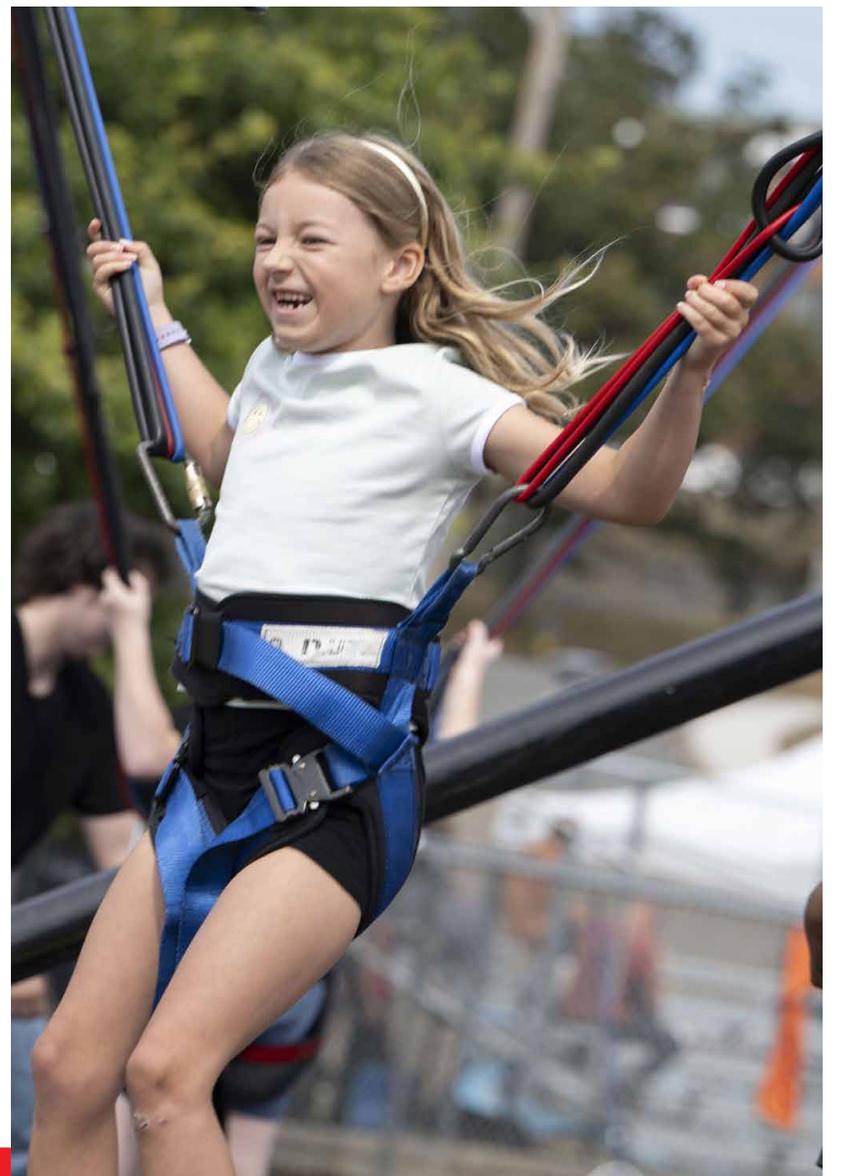
princesses Disney d'Enchanted Fables Princess Party Professionals, et la mascotte de la Marine royale canadienne (MRC), SONAR. Certains participants adultes ont également pris plaisir à se lancer des défis lors d'un concours de sauce piquante et à tester leur force sur un mur d'escalade. Au cœur de la fête, les familles ont pu se restaurer avec des hot-dogs fournis par le Centre de ressources pour les familles des militaires d'Esquimalt (EMFRC) dans un stand de barbecue en plein air.

Parmi les autres activités familiales, citons les promenades guidées en bateau pneumatique à coque rigide (RHIB), un parcours d'obstacles de 30 mètres et un spectacle de bulles présenté par That Bubble Guy. À l'intérieur, un marché réunissant plus de 40 vendeurs locaux a ravi la communauté de la Défense avec des bijoux, des cartes, des poteries, des vêtements et bien d'autres articles.

Pour Sarah Thompson, une habitante d'Esquimalt, la journée de formation était plus qu'une simple sortie : elle lui a rappelé la force de la communauté de la Défense.

« Ce sont des événements comme celui-ci qui vous font sentir connecté à quelque chose de plus grand », a-t-elle déclaré. « Mon enfant a adoré la pizza et les expositions sur les insectes, mais pour moi, en tant que nouvelle membre de la communauté, rencontrer d'autres familles de militaires était très important. »

« C'est un environnement tellement agréable et détendu », a déclaré Mark Jensen, membre de la communauté de la Défense. « On avait vraiment l'impression de célébrer la communauté militaire. »



Les familles de la communauté de la Défense profitent de la nourriture, des activités et des jeux pendant la journée de formation ludique du 6 septembre. Photos : Aviatrice Rebecca Mainardi, MARPAC Imaging

Merci aux commanditaires, la Banque de Montréal (BMO), Seaspan, Babcock, l'EMFRC, Saje Natural Wellness, Domino's Pizza, Esquimalt Bake Shop et le Fonds de la base des Forces canadiennes (CFB) Esquimalt.

E-FILE FROM \$125+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

Trish Waters
Norwex Independent Consultant

reducing.chemicals.with.trish@gmail.com

250-507-7313

norwex

AMAZONIAN CHOCOLATE

THE GARDEN MARKET
810 Catherine Street
SHOP MAKERS
909 Government Street
ukawcanada@gmail.com
ukaw.ca

You're Invited!

Please join the Esquimalt MFRC for a Community BBQ and our Annual General Meeting.



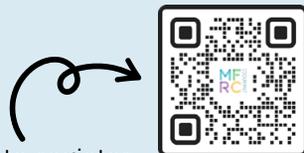
- Enjoy a family-friendly event
- Meet the MFRC team
- Gather with friends and neighbours
- Learn about the new Work Point MFRC

 **SUNDAY**
September 28th

 **BBQ: 11:30 am**
AGM: 1:00 pm

 **CFB Esquimalt Gunroom**
(1367 Victoria View Road)

*Registration closes September 25 at 11:59pm.



MFRC
ESQUIMALT

For more information and to register, visit cfmws.ca/esquimalt or scan the QR code

*Registration is required.

Eye care for your family!

- Eye Health Examinations
- Contact Lens Specialists, Dry Eyes, Allergies, Eye Injuries
- Designer Eyewear Boutique
- Aircrew cyclo exams
- Sunglasses: Prescription & Non-Prescription



MILITARY DISCOUNT AND DIRECT BILLING FOR MILITARY FAMILIES

OAKLEY, ARMANI, KATE SPADE, RAYBAN, AND MORE!

ACCEPTING NEW PATIENTS -
BOOK AN APPOINTMENT TODAY!

Admirals Walk
OPTOMETRY CLINIC

Dr. Darcy Dennis and
Dr. Rachel Rushforth
NEAR BASE
106-1505 ADMIRALS ROAD
(250) 995-0449



Défense sur le Quai invite le public à découvrir la vie navale

Archana Cini

Journal Lookout

Le dimanche 5 octobre, le front de mer de Victoria attirera à nouveau les foules avec le retour de Defence on the Dock (DotD) à Ogden Point, de 10 h à 15 h.

DotD est un événement biennal qui offre au public un aperçu de la vie au sein des Forces armées canadiennes (FAC), de la Marine royale canadienne (MRC) et de l'équipe de défense de la Base des Forces canadiennes (BFC) Esquimalt. En présentant les navires, l'équipement, les organisations connexes et le personnel de l'équipe de défense, DotD offre au public la possibilité d'explorer et de découvrir gratuitement la vie navale dans un environnement accueillant.

En plus des activités favorites qui reviennent, telles que les visites de navires et les expositions interactives, DotD propose cette année plusieurs nouvelles activités qui mettent en valeur les talents et la communauté de la MRC. Pour la première fois, l'événement inaugurera une zone sportive avec des athlètes professionnels, semi-professionnels et des Forces armées canadiennes (FAC), des activités sportives, des démonstrations de conditionnement physique et plus encore. Le salon des carrières maritimes sera également présent pour présenter les possibilités de carrière à l'échelle nationale et mettre en relation les organisations gouvernementales, les employeurs du secteur et les institutions avec les communautés locales.

« Pour moi, Defence on the Dock renforce vraiment la devise « Soutien à tous » de la BFC Esquimalt et met en valeur notre communauté auprès du public », a déclaré Matt Carlson, agent des projets des affaires publiques de la base. « Le salon des carrières maritimes et la zone sportive feront de l'édition de cette année une journée vraiment spéciale. »

Les participants pourront également assister à des performances de groupe musical de la MRC. Des

options de restauration seront disponibles à l'achat, notamment des camions-restaurants et un barbecue organisé par le Centre de ressources militaires et familiales d'Esquimalt (EMFRC).

Parmi les autres participants à l'événement, citons Team Rubicon Canada, le Victoria Royals Hockey Club, le Centre d'apprentissage et de soutien du Groupe d'entraînement naval (NTG), le musée du 5^e Régiment de campagne de la Colombie-Britannique de l'Artillerie royale canadienne (RCA), l'équipe de baseball Victoria HarbourCats, le musée Ashton Armoury et l'Unité régionale de soutien aux cadets (RCSU) du Pacifique.

Pour les organisateurs de la Journée de la défense, mettre sur pied un événement de cette envergure est tout sauf simple.

« Même lorsque vous organisez un événement comme celui-ci qui a déjà eu lieu auparavant, c'est beaucoup plus complexe que vous ne le pensez », a déclaré l'enseigne de vaisseau de 2^e classe Michael Samuels, commandant en second de l'événement.

« Il n'y a pas de formule toute faite pour y parvenir. Il y a tellement de nuances : quel navire sera amarré où ? À quoi notre communauté voudra-t-elle participer cette année ? C'est à la fois difficile et incroyablement gratifiant. »

Pour l'enseigne de vaisseau de 2^e classe Max McGraw, contribuer à la Journée de la défense est une responsabilité qui compte beaucoup, tant sur le plan personnel que professionnel.

« Travailler pour Defence on the Dock est très dynamique. On se rend vite compte du nombre d'organisations et de personnes différentes qui sont liées par un seul événement, et des efforts nécessaires pour que cela fonctionne », a-t-il déclaré.

Plus important encore, l'objectif derrière DotD est resté le même au fil des ans. Que ce soit à travers une visite de navire ou une conversation avec un athlète, chaque instant compte.



Photos page 5, de droite à gauche : Des membres du public découvrent les éléments d'un navire de la Marine royale canadienne (MRC) grâce à un marin lors de l'événement Defence on the Dock 2023 à Ogden Point. Un enfant interagit avec une exposition. Des familles locales interagissent avec l'une des nombreuses expositions interactives organisées par des membres de la MRC. Photos : Caporal Tristan Walach, Forces armées canadiennes



TRACKSIDE AUTO SERVICES LTD.

A FULL SERVICE AUTO REPAIR FACILITY

WHERE DEPENDABILITY AND TRUST ARE A PRIORITY.

- ✓ Induction & Fuel Injection Service
- ✓ Brake service
- ✓ Oil service
- ✓ Electrical
- ✓ Exhaust
- ✓ Tires



WALKER HARBORCOOK Castrol

ASK ABOUT BG PROTECTION PLAN FOR UNDER 80,000km

784 Fairview Rd. • 250-383-5509 • tracksideautoservice.ca



DEFENCE on the DOCK



DÉFENSE sur le QUAI



DIMANCHE 5 OCTOBRE 2025 | 10 H À 15 H | OGDEN POINT

NOUS VOUS APPORTONS LA MARINE! - BRINGING THE NAVY TO YOU!



**GALAXY
MOTORS / RV**
THE BEST PLACE TO BUY YOUR NEW CAR/RV!
DL# 40897 D50003 & 40982

 Over 35 Years in Business
Family Owned & Operated

www.galaxymotors.net
www.galaxyrv.net

**WHEN YOU NEED A
VEHICLE OR RV,
VISIT GALAXY MOTORS!**

- THE LARGEST INVENTORY ON VANCOUVER ISLAND
- 5 DEALERSHIPS PLUS 2 RV LOCATIONS TO SERVE YOU

LANGFORD
AUTO Sales 250-478-7603
4391 Westshore Parkway

RV Sales 250-590-7425
4377 Westshore Parkway

COLWOOD
AUTO Sales 778-440-4115
1772 Island Highway



10% OFF
ALL PARTS & SERVICE*

**PROUD TO SUPPORT
MILITARY & FAMILY**

\$750 OFF
ANY VEHICLE*

*Offer applies to all active and retired members and their immediate family. Can not be combined with other sale or promotional offers. See dealer for details.



2025 OUTLANDER PHEV ES S-AWC

LEASE FOR

\$169
WEEKLY*

WITH A \$0 DOWN PAYMENT

| AT |

0%

FOR 24 MONTHS

ASK US ABOUT

\$500 MILITARY REBATE¹**NO-CHARGE 2-YEAR MAINTENANCE PACKAGE²**

SELLING PRICE:

\$51,998**

/ 61+km of Electric Range³

/ 7 Passenger Seating

/ Blind Spot Warning

/ Lane Departure Warning

SCAN HERE
FOR DETAILS**TEST DRIVE TODAY**

**VICTORIA
MITSUBISHI**

3342 Oak Street, Victoria, BC, V8X 1R1
victoriamitsubishi.ca
(250) 220-8100

* \$169 weekly is equivalent to \$338 bi-weekly. Offer based on Stock No. 302397. \$338 bi-weekly payment for 24 months, with \$0 down, at 0% A.P.R., on approved credit, is based on a selling price of \$51,998 and 16,000 km per year. Lease-end residual value is \$32,702.72. MSRP is \$51,998. Payment is net of all available manufacturer incentives, including a \$500 Loyalty Rebate, and subject to eligibility, and dealer incentives and provincial & federal rebates. Payment and selling price include freight and air tax, but do not include taxes, \$995 documentation fee, PPSA fees, \$595 finance placement fee (if financing or leasing), or licensing. Exact vehicle not shown. Some models excluded. Terms and conditions apply. Offer expires September 30, 2025. See dealer for details.

** Selling price of \$51,998 does not include \$500 Loyalty Rebate. The \$500 loyalty rebate reduction is available on the purchase of selected new, unregistered Mitsubishi 2025 Outlander PHEV models to current owners and eligible others. The loyalty rebate applies to vehicles purchased and delivered between September 3, 2025, and September 30, 2025. Other conditions apply. See dealer for details.

¹ All rebates will be deducted from the negotiated price after taxes for cash and finance purchases and before taxes for lease purchases. Conditions additional to the requirements listed below may apply. See your dealer for complete details. The Military Rebate is not stackable with the Mitsubishi Motors First Responder Rebate Program. Rebate available with the purchase of most new Mitsubishi vehicles for current members (including reservists) of the Canadian Armed Forces and veterans. Proof of status will be required.

² Certain terms and conditions apply. Visit www.mitsubishi-motors.ca or your local dealer for complete offer and coverage details. No-Charge 2-Year Maintenance package is described in greater detail in the respective service contracts. Please read carefully the terms and conditions as they set out in the contract requirements, important definitions and exclusions. Offer expires September 30, 2025 and subject to change without notice.

³ EV range varies by model. Model shown has an estimated battery range of 61km and is calculated via peak performance of the electric motor(s) at peak battery power. Actual range varies with conditions such as external environment, vehicle use, driving behaviours, vehicle maintenance and lithium-ion battery age and state of health.

Le NCSM *Max Bernays* repousse les limites nordiques de la MRC



Mat1 Maxime Vandal

Le 29 août, le navire de Sa Majesté le Canada (NCSM) *Max Bernays* a établi un nouveau record pour la Marine royale canadienne (MRC) lorsque le navire et son équipage ont atteint 81°12,044' N, 155°38,512' O, soit plus au nord que tout autre navire de la MRC dans l'histoire.

Participant actuellement à l'opération (Op) LATITUDE dans l'Arctique occidental et ses abords, le *Max Bernays* a quitté le port d'Esquimalt le 13 août pour un déploiement multi-opérationnel. Le navire devrait rentrer au port le 19 décembre, après avoir participé à l'opération HORIZON dans la région indo-pacifique et à l'opération NEON en soutien à l'application des sanctions des Nations unies.

Pendant plus d'une décennie, le NCSM *Shawinigan* a détenu le record de la navigation vers le point le plus septentrional, atteint le 14

août 2014 à 80°28' N. Si d'autres navires ont depuis opéré dans l'Arctique, aucun n'a dépassé cette marque, jusqu'à présent.

Pour atteindre 81°12,044' N, tous les services ont dû travailler dans le même sens. Les équipes de passerelle et les vigies ont dû s'adapter au soleil de minuit et aux illusions d'optique causées par la dérive des glaces marines. Les ingénieurs ont également travaillé sans relâche pour empêcher les systèmes d'alimentation en eau et de chauffage de se fissurer sous la pression des conditions arctiques, tandis que le service pont s'est chargé de préparer l'équipement du pont supérieur pour toute mission de sauvetage et de surveiller les cordages qui se raidissaient en quelques minutes. Des spécialistes ont analysé les images et les conditions météorologiques, tandis qu'un spécialiste des glaces d'Environnement Canada embarqué

à bord a donné des conseils sur la composition et le mouvement des glaces.

L'équipage a rencontré et surmonté des défis qui ne se sont révélés qu'aux confins des cartes marines, ce qui lui a permis de recueillir des informations importantes et de jeter les bases indispensables pour que les futures patrouilles dans l'Arctique puissent aller encore plus loin et rester plus longtemps en mer.

L'impact de cette étape importante est aussi considérable que sa réalisation. Ce record élargit désormais les possibilités d'intervention de la MRC en toute sécurité, la réussite de la mission à 81° nord renforçant la confiance en matière de planification, de logistique et de gestion des risques lors d'une navigation dans l'Arctique. Il renforce également les relations avec les partenaires nordiques et autochtones grâce à une présence régulière, des liens avec

les communautés et un soutien pratique. Le *Max Bernays*, un navire de patrouille arctique et en mer de classe Harry DeWolf, renforce également l'efficacité de l'arsenal moderne de la MRC dans l'Arctique, spécialement conçu pour fonctionner dans des environnements aussi difficiles.

Enfin, ce nouveau record contribue directement à la défense continentale : plus le Canada est capable d'observer, de comprendre et d'opérer de manière cohérente dans les approches de l'Arctique, plus notre capacité à détecter, dissuader et défendre est forte.

Pour l'instant, l'histoire est simple : l'équipage d'un navire, tous les services, une seule équipe, qui emmènent la marine canadienne plus au nord qu'elle ne l'a jamais été et créent les conditions pour que le prochain équipage aille encore plus loin.

Le navire canadien de Sa Majesté (NCSM) *Max Bernays* brise de grandes plaques de glace lors de sa traversée du cercle arctique le 27 août. Image d'arrière-plan : Le NCSM *Max Bernays* célèbre avoir atteint le point le plus septentrional jamais atteint par un navire de la Marine royale canadienne (MRC) le 29 août 2025. Photos : Matelot de 1re classe Jordan Schilstra, Forces armées canadiennes

COMMANDER
WAREHOUSE
EQUIPMENT LTD.

CELEBRATING
50
+ YEARS

HIGH QUALITY STORAGE + MATERIAL HANDLING PRODUCTS SINCE 1971



COME SEE OUR BOOTH AT THE CFB ESQUIMALT TRADESHOW
DISPLAYING THE LATEST ROUSSEAU METAL STORAGE SOLUTIONS
TUESDAY, OCTOBER 7TH, 10AM - 2PM, NADEN ATHLETIC CENTER

MADE IN CANADA

VANCOUVER SURREY VICTORIA CALGARY EDMONTON
1.800-605.4822 1.800.796.8010 1.833.846.2208 1.800.605.4847 1.800.580.1089

FOR A FULL PRODUCT LISTING VISIT WWW.COMMANDER.CA

LOOKOUT
PRÉSENTE

DU BATEAU AU RIVAGE

INDUSTRIEL L'EXPO

Une vitrine des technologies, produits et services de pointe proposés par les fournisseurs du secteur.

MARDI 7 OCTOBRE

10 H – 14 H

Centre athlétique de Naden, BFC Esquimalt

UN SEUL JOUR !

**VENDEURS,
PRÉSENTOIRS ET DÉMONSTRATIONS,
PRÉSENTANT DES PRODUITS,
ET SERVICES MILITAIRES**

**PRIX, CADEAUX PROMOTIONNELS,
ET NOURRITURE GRATUITE !**

PARRAINÉ PAR



VOUS SOUHAITEZ PRÉSENTER VOTRE ENTREPRISE ?

Des stands sont disponibles à la vente. C'est l'occasion de rencontrer des décideurs militaires clés et des partenaires industriels.

Danielle Thompson

forces.ads@westcoastmarketing.net

Josh Buck

military.base.advertising@gmail.com

ENTRÉE GRATUITE POUR :

- ◆ MEMBRES CAF RÉGULIERS ET RÉSERVISTE ◆
- ◆ EMPLOYÉS CIVILS ◆
- ◆ PROFESSIONNELS DE L'INDUSTRIE LOCALE ◆



septembre 2025 September



Connexion GCD The DAG Connection



SECTION À RETIRER
PULL OUT SECTION

De la Défense des Forces maritimes du Pacifique

The Maritime Forces Defence Advisory Group

Citation :

« L'égalité est plus qu'un simple mot. C'est vivre sans peur, sans honte, sans silence. »

— Michaëlle Jean, ancienne gouverneure générale du Canada

Quote:

Equality is more than a word. It is living without fear, without shame, without silence.

— Michaëlle Jean, former Governor General of Canada



Mot du mois :

Equigénique

Adjectif Décrit les conditions, les environnements ou les politiques qui favorisent activement l'égalité en matière de santé, d'opportunités et de résultats entre différents groupes, en particulier ceux qui sont marginalisés ou défavorisés.

Word of the Month:

Equigenic

noun Describing conditions, environments, or policies that actively promote equality in health, opportunity, and outcomes across different groups, particularly those who are marginalized or disadvantaged.

Maintenant vous le savez :

ACS+, des politiques qui marchent pour tous

L'Analyse comparative entre les sexes Plus (ACS+) est un moyen de s'assurer que les politiques et les programmes gouvernementaux marchent pour tous. Si le genre est un élément clé de l'analyse, le « plus » nous rappelle de prendre en compte d'autres facteurs tels que la culture, l'habileté, l'âge, le revenu et la situation familiale.

Pour comprendre comment l'ACS+ peut faire la différence, imaginons que nous mettions à jour les directives de déploiement. L'objectif est d'améliorer la préparation tout en favorisant le mieux-être du personnel.

Sans l'ACS+, la politique stipulerait des durées de déploiement standard, des positions fixes et aucune marge de manœuvre. L'ACS+ nous aide à avoir une vue d'ensemble.

Par exemple :

- Les femmes peuvent être les principales responsables des soins et avoir besoin d'options plus souples.
- Les membres autochtones peuvent avoir des responsabilités culturelles à prendre en compte.
- Le personnel 2SLGBTQIA+ peut être confronté à des problèmes de sécurité dans certaines régions.
- Les personnes souffrant de maladies chroniques peuvent avoir besoin d'un soutien supplémentaire.
- Les jeunes recrues et les parents célibataires pourraient bénéficier de services de santé mentale et de services à la famille.

Grâce à ces informations, la politique pourrait proposer des rotations plus courtes, des postes à distance, des évaluations de la sécurité culturelle, des programmes de soutien aux familles et des outils de planification de carrière.

L'ACS+ nous aide à poser de meilleures questions, à écouter davantage de voix et à élaborer des politiques qui reflètent la vie réelle des personnes qu'elles sont censées servir.

Employés du MDN : Suivez le cours sur l'Analyse comparative entre les sexes plus - Canada.ca

The more you know:

GBA+: Making Policies Work for Everyone

Gender-Based Analysis Plus (GBA+) is a way to make sure government policies and programs work for all people. While gender is a key part of the analysis, the "Plus" reminds us to think about things like culture, ability, age, income, and family status.

To see how GBA+ can make a difference, imagine we're updating deployment guidelines. The goal is to boost readiness while supporting the well-being of personnel.

Without GBA+, the policy will state standard deployment lengths, fixed locations, and no room for flexibility. A GBA+ lens helps us see the bigger picture.

For example:

- Women may be primary caregivers and need more flexible options.
- Indigenous members might have cultural responsibilities to consider.
- 2SLGBTQIA+ personnel could face safety concerns in certain regions.
- People with chronic health conditions may need extra support.
- Young recruits and single parents might benefit from mental health and family services.

With these insights, the policy could offer shorter rotations, remote roles, cultural safety assessments, family support programs, and career planning tools.

GBA+ helps us ask better questions, listen to more voices, and build policies that reflect the real lives of the people they're meant to serve.

DND employees: Take the Gender-based Analysis Plus course - Canada.ca

Connexion
GCD
The
DAG
Connection

DE LA DÉFENSE DES FORCES MARITIMES DU PACIFIQUE THE MARITIME FORCES DEFENCE ADVISORY GROUP



Members of the Defence Team Pride Advisory Organization (DTPAO) in Esquimalt proudly participated in the Sidney Pride Festival. Photo supplied

Une histoire compliquée

Mat 1 Chelsey Stickney

Les événements liés à la fierté et l'armée ont une histoire mouvementée. Les politiques et les barrières culturelles ont autrefois rendu difficile pour les membres de servir ouvertement et authentiquement. Ces dernières années, des progrès significatifs ont été réalisés en matière d'inclusion, de respect et de visibilité. Pour la première fois dans la région métropolitaine de Victoria, l'armée a été invitée à assister à un événement lié à la fierté en uniforme. Les membres de l'Organisation consultative de la fierté de l'Équipe de la Défense (OCFED) à Esquimalt ont fièrement participé au festival de la fierté de Sidney.

Le festival de Sidney, organisé à Beacon Park, ne comprend pas de défilé, mais invite plutôt un rassemblement communautaire animé avec des stands et des spectacles. Notre équipe a eu l'honneur de soutenir l'événement en aidant les organisateurs de la fierté de Sidney et d'autres vendeurs communautaires à installer et à désinstaller les stands.

Cette journée a marqué un pas

en avant dans l'établissement d'une relation de confiance et de visibilité entre l'armée et la communauté 2SLGBTQIA+. La chaleur et la reconnaissance du public ont été profondément ressenties, et nous sommes extrêmement fiers de nos membres qui se sont présentés et ont donné de leur temps avec un cœur ouvert.

Un organisateur du festival a déclaré que le fait d'établir un contact personnel avec notre équipe avait contribué à briser un malaise et une distance de longue date : « C'était particulièrement agréable de faire personnellement connaissance avec votre équipe et de nouer des liens avec l'armée, que je trouvais généralement assez distante et, honnêtement, un peu inconfortable à côtoyer. Cela m'a appris une leçon précieuse : à quel point il est important d'apprendre à connaître une personne. »

Il est important que nous puissions être fiers de ce que nous sommes, à la fois membres de la communauté 2SLGBTQIA+ et fiers membres des FAC.

Nous avons déjà été invités à revenir l'année prochaine !

A Complicated History

S1 Chelsey Stickney

Pride events and the military have a turbulent history. Policies and cultural barriers once made it difficult for members to serve openly and authentically. In recent years, meaningful strides have been made toward inclusion, respect, and visibility. For the first time in the Greater Victoria area, the military has been invited to attend a Pride event in uniform. Members of the Defence Team Pride Advisory Organization (DTPAO) in Esquimalt proudly participated in the Sidney Pride Festival.

Sidney's festival, held in Beacon Park, doesn't include a parade but instead hosts a vibrant community gathering with booths and live performances. Our team was honoured to support the event by assisting with setup and takedown for Sidney Pride organizers and other community vendors.

This day was a step forward

in building trust and visibility between the military and the 2SLGBTQIA+ community. The warmth and appreciation from the public were deeply felt, and we are incredibly proud of our members who showed up and gave their time with open hearts.

One festival organizer shared, connecting personally with our team helped break down long-standing discomfort and distance: "It was especially nice to personally get to know your team a bit and connect to a military that I generally have felt pretty distant and honestly a little uncomfortable around. It was such a good lesson in how important getting to know a person really is."

It is important when we can be proud of all that we are, members of the 2SLGBTQIA+ community as well as proud serving members of the CAF.

We've already been invited back next year!

Comprendre les handicaps invisibles dans le milieu de travail

Les handicaps invisibles sont des troubles physiques, mentaux ou neurologiques qui ne sont pas immédiatement apparents, mais qui peuvent avoir un impact significatif sur le fonctionnement quotidien. Il s'agit notamment des douleurs chroniques, du syndrome de stress post-traumatique, du TDAH, des troubles anxieux et de la perte auditive, entre autres. Dans un environnement militaire, ces troubles peuvent toucher aussi bien les marins, les soldats, les aviateurs que le personnel civil, souvent sans signes visibles.

Travailler avec un handicap invisible peut être difficile, en particulier dans des environnements très performants. Les

personnes concernées peuvent avoir des difficultés à se concentrer, souffrir de fatigue ou de sensibilité sensorielle, tout en ressentant la pression de « tenir bon » pour répondre aux exigences et respecter les délais. Il est important de reconnaître que demander de l'aide est un signe de force, et non de faiblesse. Des ressources telles que les services médicaux, les réseaux de soutien par les pairs et les aménagements (comme des horaires souples ou des espaces de travail calmes) peuvent faire une différence significative.

Si un collègue souffre d'un handicap invisible, l'empathie et la discrétion sont essentielles. Évitez les suppositions, respectez la vie privée

et favorisez une communication ouverte. Par exemple, un marin souffrant d'acouphènes peut avoir besoin d'un environnement plus calme ou d'un équipement antibruit. Un collègue vivant du stress post-traumatique peut tirer profit de routines prévisibles et d'attentes claires.

En cultivant la sensibilisation et la compréhension, nous renforçons nos équipes et défendons les valeurs fondamentales de la Marine, à savoir le respect et l'intégrité. Les handicaps invisibles peuvent passer inaperçus, mais leur impact, ainsi que la résilience de ceux qui en sont atteints, sont bien réels.

Understanding Invisible Disabilities in the Workplace

Invisible disabilities are physical, mental, or neurological conditions that are not immediately apparent but can significantly impact daily functioning. These include chronic pain, PTSD, ADHD, anxiety disorders, and hearing loss, among others. In a military environment such conditions can affect sailors, soldiers, aviators and civilian personnel alike, often without visible signs.

Working with an invisible disability can be challenging, particularly in high-performance settings. Individuals may struggle with

concentration, fatigue, or sensory sensitivities, yet feel pressure to "push through" to meet demands and deadlines. It's important to recognize that seeking support is a sign of strength, not weakness. Resources such as medical services, peer support networks, and accommodations (like flexible schedules or quiet workspaces) can make a meaningful difference.

If a coworker has an invisible disability, empathy and discretion are key. Avoid assumptions, respect privacy, and foster open

communication. For example, a sailor with tinnitus may need a quieter environment or noise-cancelling equipment. A colleague managing PTSD might benefit from predictable routines and clear expectations.

By cultivating awareness and understanding, we strengthen our teams and uphold the Navy's core values of respect and integrity. Invisible disabilities may be unseen, but their impact—and the resilience of those who live with them—is very real.

« Travailler avec un handicap invisible peut être difficile, en particulier dans des environnements très performants. »



“Working with an invisible disability can be challenging, particularly in high-performance settings.”

Photo: Getty Images, Nishant Suresh

Comment se joindre à un GCD

Créés initialement en 1994 pour appuyer la nouvelle Loi sur l'équité en matière d'emploi, les GCD ont connu une croissance et une expansion au fil des ans et ont aidé l'Équipe de la Défense à favoriser un milieu de travail plus diversifié et plus inclusif. Au niveau des politiques et des programmes, les GCD aident à identifier les barrières systémiques à l'emploi, offrent des perspectives uniques pour apporter des changements et conseillent directement les dirigeants locaux et nationaux sur les points qui ont des répercussions négatives sur leurs communautés.

L'importance des GCD réside dans le fait qu'ils soulèvent des préoccupations au sein de l'organisation afin que les hauts dirigeants les examinent et prennent des mesures. Ces préoccupations peuvent aller de points particuliers touchant notre base à des points d'ordre national, notamment des politiques ou des programmes qui ne sont pas avantageux pour les communautés qu'ils représentent.

Tous les membres des FAC et les employés de la fonction publique du MDN, quels que soient leur origine ethnique, leur sexe, leur orientation, leur handicap, leur âge ou leurs antécédents, sont invités à se joindre à un GCD. Les GCD recherchent des personnes engagées envers les principes d'équité en matière d'emploi, de diversité et d'inclusion. Si vous souhaitez vous joindre à un GCD, veuillez contacter :

How to Join a DAG

Initially established in 1994 to support the new Employment Equity Act, the DAGs growth and expansion over the years has contributed to helping the Defence Team foster a more diverse and inclusive work environment. At the policy and program level, DAGs assist with identifying systemic employment barriers, provide unique perspectives to affect change, and directly advise both local and national leadership on issues that adversely affect their communities.

The importance of the DAGs is that they raise concerns through the organization for senior leadership to consider and act upon. These concerns can range from unique issues affecting our base, to national level issues, including policies or programs that are not advantageous to their represented communities.

All CAF members and DND public service employees, regardless of their ethnicity, gender, orientation, disability, age or background, are welcome to join any DAG. DAGs are looking for people committed to the principles of employment equity, diversity and inclusion. If you are interested in joining a DAG, please contact:

Defence Women's Advisory Group (DWAO)
Organisation consultative des femmes de la Défense (OCFD)
+DWAO-MARPAC@MARPA HQ@Esquimalt

Defence Racialized Persons Advisory Group (DRPAG)
Groupe consultatif des minorités visibles de la Défense (GCMVD)
+Defense Visible Minorities Advisory Group Esquimalt@MARPA HQ@Esquimalt

Defence Indigenous Advisory Group (DIAG)
Groupe consultatif des Autochtones de la Défense (GCAD)
+ESQ DAAG@MARPA HQ@Esquimalt

Defence Advisory Group for Persons with Disabilities (DAGPWD)
Groupe consultatif de la Défense pour les personnes handicapées (GCDPH)
+MARPA HQ DAGPWD@MARPA HQ@Esquimalt

Defence Team Pride Advisory Organization (DTPAO)
Organisation consultative de la Fierté de l'Équipe de la Défense (OCFED)
+ESQ MARPA DTPAO@MARPA HQ@Esquimalt

CALENDRIER

Début du Rosh Hashanah : <i>Nouvel An juif, période importante de réflexion spirituelle.</i>	22 – 23 sept
Journée de la bisexualité, Journée internationale des langues des signes	23 sept
Journée nationale de la vérité et de la réconciliation : <i>Journée de commémoration canadienne en l'honneur de l'histoire des peuples autochtones</i>	30 sept
Mois de la sensibilisation au TDAH	Oct
Mois de l'histoire des femmes	Oct
Début du Yom Kippour : <i>Jour le plus sacré du judaïsme, axé sur le repentir et la réconciliation.</i>	1 Oct
Souccot : <i>Fête juive célébrant le partage d'un abri et la générosité.</i>	6 - 13 Oct
Journée nationale du « coming out » : <i>Soutient la visibilité, la diversité et l'inclusion des personnes LGBTQ+</i>	11 Oct
Jour de l'Action de grâce (Canada) : <i>Fête nationale également ancrée dans les traditions autochtones et coloniales ; encourage la gratitude et l'esprit communautaire.</i>	13 Oct
Shemini Atzeret	13 - 15 Oct
Diwali et Bandi Chhor Divas et Jour saint sikh : <i>Célébrés par les communautés hindoues et sikhes, marquant la victoire de la lumière sur les ténèbres, la liberté et l'unité.</i>	20 Oct
Journée des Nations Unies	24 Oct
Mois de la sensibilisation au handicap chez les Autochtones	Nov
Journée nationale des anciens combattants autochtones	8 Nov
Jour du Souvenir	11 Nov
Journée internationale de la tolérance : <i>Promouvoir l'acceptation, la compréhension et la diversité des cultures.</i>	16 Nov
Semaine nationale de la prévention de l'intimidation	17 Nov
Journée nationale de l'enfance et Journée du souvenir transgenre : <i>Promouvoir les droits des enfants et honorer les personnes transgenres victimes de haine.</i>	20 Nov
16 jours d'activisme contre la violence sexiste : <i>Campagne mondiale contre la violence et les inégalités</i>	25 Nov - 10 Dec
Journée du souvenir pour tous	30 Nov

CALENDAR:

Rosh Hashanah begins <i>Jewish New Year, an important time of spiritual reflection.</i>	Sept 22 – 23
Bisexuality Day & International Day of Sign Languages	Sept 23
National Day for Truth and Reconciliation <i>Canadian day of remembrance honoring Indigenous history and healing.</i>	Sept 30
ADHD Awareness Month	Oct
Women's History Month	Oct
Yom Kippur begins <i>The holiest day in Judaism, focused on repentance and reconciliation.</i>	Oct 1
Sukkot <i>Jewish holiday celebrating shelter-sharing and generosity.</i>	Oct 6 - 13
National Coming Out Day <i>Supports LGBTQ+ visibility, diversity, and inclusion.</i>	Oct 11
Thanksgiving Day (Canada) <i>A national holiday rooted also in Indigenous and settler traditions; encourages gratitude and community</i>	Oct 13
Shemini Atzeret	Oct 13 - 15
Diwali & Bandi Chhor Divas & Sikh Holy Day <i>Celebrated by Hindu and Sikh communities, marking light-over-darkness, freedom, and unity.</i>	Oct 20
United Nations Day	Oct 24
Indigenous Disability Awareness Month	Nov
National Aboriginal Veterans Day	Nov 8
Remembrance Day	Nov 11
International Day for Tolerance <i>Promotes acceptance, understanding, and diversity of cultures.</i>	Nov 16
National Bullying Prevention Week	Nov 17
National Child Day & Transgender Day of Remembrance <i>Fosters children's rights and honours trans people lost to hate.</i>	Nov 20
16 Days of Activism Against Gender-Based Violence <i>Global campaign tackling violence and inequality.</i>	Nov 25 - Dec 10
Day of Remembrance for All	Nov 30



Les mères dans l'armée – Concilier famille et fonction

Lorsque les femmes en uniforme partent en déploiement, elles laissent plus que leur foyer derrière elles : elles laissent une partie d'elles-mêmes. Pour les mères qui servent dans les Forces armées canadiennes (des FAC), ce sacrifice est profond.

Autrefois considérées comme incompatibles, la maternité et le service militaire vont désormais ensemble. Les femmes servent dans tous les groupes professionnels militaires. Elles incarnent les valeurs des FAC lors des opérations à l'étranger et reprennent ensuite leurs responsabilités de mères, souvent méconnues. Leur résilience prouve que la force ne réside pas dans le choix entre le devoir et la famille, mais dans la capacité à assumer les deux.

La culture au sein de la défense continue d'évoluer. Les FAC offrent jusqu'à 18 mois de congé parental, des programmes de réintégration souples et des affectations pour motif personnel. Des centres de ressources familiales, proposant notamment un soutien adapté aux parents célibataires, existent dans la plupart des bases. Ces mesures aident les mères à gérer les exigences du service tout en élevant leurs enfants, éliminant ainsi les barrières qui rendaient autrefois cette profession inaccessible à de nombreuses femmes.

Les progrès sont évidents. En 2005,

les femmes ne représentaient que 12,8 % de la Force régulière. Aujourd'hui, elles représentent 16,3 %, avec 20,8 % des officiers et 14,5 % des militaires du rang s'identifiant comme des femmes. Au sein de la Première réserve, leur nombre est passé de 14,2 % au début des années 2000 à 17,4 %. Des programmes tels que le programme Les femmes font la force¹ encouragent cette croissance stable.

La diversité des femmes dans le domaine de la défense est tout aussi inspirante. Les femmes autochtones, les femmes de couleur, les membres 2SLGBTQIA+ et les femmes de tous les horizons marquent l'avenir militaire du Canada. Elles ne se contentent pas de participer, elles dirigent aussi, avec force, compétence et compassion.

À l'avenir, les possibilités se multiplieront, le leadership se renforcera et l'inclusion s'approfondira. Les mères en uniforme montrent que le service et la famille peuvent coexister. Et d'autres suivront leurs traces. Peut-être que leurs filles grandiront en sachant qu'elles peuvent devenir tout ce qu'elles veulent, même une mère en uniforme.

<https://www.canada.ca/fr/ministere-defense-nationale/services/femmes-dans-les-forces/statistiques.html>

Mothers in the Military – Balancing Family and Duty

When women in uniform deploy, they leave behind more than their homes—they leave part of themselves. For mothers in the Canadian Armed Forces (CAF), this sacrifice is profound.

Once seen as incompatible, motherhood and military service now stand side by side. Women serve in every military occupation. They carry CAF values into operations abroad and return to the often-unseen responsibilities of motherhood. Their resilience proves that strength lies not in choosing between duty and family, but in carrying both.

The culture within defence continues to evolve. The CAF offers up to 18 months of parental leave, flexible reintegration programs, and compassionate postings. Family resource centres, including tailored support for single parents, exist on most bases. These measures help mothers manage the demands of service while raising children, breaking down barriers that once made the profession inaccessible to many women.

Progress is clear. In 2005, women made up just 12.8 per cent of the Regular Force. Today, they represent 16.3 per cent, with

20.8 per cent of officers and 14.5 per cent of non-commissioned members identifying as women. Within the Primary Reserve, the number has risen from 14.2 per cent in the early 2000s to 17.4 per cent. Programs such as the Women in Force Program (WFP) are encouraging this steady growth.¹

What's equally inspiring is the diversity among women in defence. Indigenous women, women of colour, 2SLGBTQIA+ members, and women from all backgrounds are shaping Canada's military future. They are not only participating, but also leading—with strength, skill, and compassion.

Looking ahead, opportunities will expand, leadership will grow, and inclusion will deepen. Mothers in uniform show that service and family can coexist. And in their footsteps, others will follow. Perhaps their daughters will grow up knowing they can be anything—even a mother in uniform.

<https://www.canada.ca/en/department-national-defence/services/women-in-the-forces/statistics.html>

Now Renting

1 & 2 Bedrooms on Bear Mountain

Drop-Ins Welcome
9am to 5pm
Monday to Friday

westviewbc.ca/rentals
250.688.3220

WESTVIEW







Le capitaine de vaisseau Kevin Whiteside, commandant de la base des Forces canadiennes (BFC) Esquimalt, déguste une côte levée lors du Ribfest 2025 d'Esquimalt. Photo : Aviatrice Rebecca Mainardi, MARPAC Imaging

Le commandant de la base CFB Esquimalt se joint à la table des juges au Ribfest

Archana Cini
Journal Lookout

L'air de la fin de l'été était rempli de fumée, d'épices et de musique live, alors que des centaines d'habitants de l'île passaient du temps au Bullen Park pour le Ribfest annuel d'Esquimalt.

Cette fête communautaire de trois jours, qui s'est déroulée du 5 au 7 septembre, a réuni six équipes championnes de côtes levées, 24 groupes musicaux locaux, 19 vendeurs de nourriture et de boissons, ainsi que des familles de la région pour le week-end « le plus fumé, le plus relevé et le plus copieux » de l'année.

Cette année, la base des Forces canadiennes (BFC) Esquimalt a joué un rôle particulier dans les festivités, le capitaine de vaisseau Kevin Whiteside, commandant de la BFC Esquimalt,

ayant été invité à officier en tant que juge honoraire lors du concours de cuisson de côtes levées. À ce titre, le capitaine de vaisseau Whiteside s'est joint à la mairesse d'Esquimalt, Barbara Desjardins, et à d'autres dirigeants locaux à la table des juges, dégustant des côtes levées et aidant à sélectionner les meilleurs cuisiniers.

Après 13 ans de célébration, le Ribfest d'Esquimalt a maintenant permis de recueillir plus de 1,6 million de dollars pour des œuvres caritatives et des programmes scolaires à Esquimalt.

Il est important de noter que la présence de la base au Ribfest 2025 a permis de rappeler que les liens entre la BFC Esquimalt et la communauté locale vont bien au-delà du service : ils sont également fondés sur l'amitié, des objectifs communs et la bonne cuisine.

The Kia Niro PHEV.

Get loyalty interest rates as low as 0%
Plus, receive a \$1000 bonus

Canada

Counts on Kia

Savings Event





Movement that inspires



Meet Tory
Tory McClintick is here to personally help with all your transportation needs:
tmclintick@kiavictoria.ca



Military Rebate
As a tribute to Canadian Forces members, we are proud to offer \$500 towards the purchase or lease of a new Kia.



Locally Owned
We're locals too! We strive to make an impact in our community through charitable events, fundraisers, and sponsorships.



Community Driver Award

Automotive News Canada
BEST DEALERSHIPS
TO WORK FOR 2025



Kia Victoria

(250) 360-1111
2620 Government Street
www.kiavictoria.ca
sales@kiavictoria.ca

@kiavictoriabc   

ANDY MCGHEE

PERSONAL REAL ESTATE CORPORATION

HELPING MILITARY FAMILIES RELOCATE WITH CONFIDENCE.



My Story

778.678.8290
VICTORIABCHOMESALES.COM

REMAX
Sabre Realty – Victoria



Les avantages des REEE pour les familles des militaires



SISIP Financial

Équipe d'Esquimalt

Élever des enfants dans une famille des Forces armées canadiennes (FAC) comporte des défis particuliers, notamment la planification de leur avenir.

Que votre enfant aspire à devenir chef cuisinier, paysagiste ou chirurgien, presque toutes les carrières potentielles nécessitent une formation ou des études au-delà du secondaire. C'est là que le régime enregistré d'épargne-études (REEE) prend toute son importance. Pourtant, pour de nombreuses familles, les REEE peuvent sembler intimidants, et des idées reçues et des conceptions erronées souvent dépassées ne font qu'ajouter à la confusion.

Voici un aperçu des REEE, de leur fonctionnement à ce qui importe le plus pour les ménages des FAC.

Qu'est-ce qu'un REEE ?

Un REEE est un compte d'épargne fiscalement avantageux qui aide les familles canadiennes à épargner pour les études postsecondaires de leurs enfants. Voici comment il fonctionne :

- Le gouvernement du Canada versera une contribution équivalente à 20 % des sommes que vous verserez dans un REEE, jusqu'à concurrence de 500 \$ par année et de 7 200 \$ par enfant.
- L'argent fructifie à l'abri de l'impôt dans le REEE.
- Lorsqu'ils sont retirés, les subventions et les gains sont imposés au nom de l'enfant. Comme la plupart des étu-

diants ont peu ou pas d'autres revenus et ont accès à des crédits d'impôt pour frais de scolarité, la facture fiscale est souvent nulle.

Les REEE sont beaucoup plus simples que vous ne le pensez. Passons maintenant à quelques mythes courants.

Mythe : Seuls les parents peuvent ouvrir un REEE pour leurs enfants.

Réponse : Ce n'est pas vrai ! Si la plupart des REEE sont ouverts par les parents, tout adulte peut en ouvrir un pour un enfant, y compris les grands-parents, les parrains et les amis de la famille. Cela est important pour votre ménage CAF, car cela signifie que la communauté de votre enfant (qui peut s'étendre sur plusieurs provinces ou pays) peut contribuer, y compris vos partenaires et vos proches pendant que vous êtes en mission. Veillez toutefois à coordonner les cotisations entre les différents comptes afin d'éviter les pénalités pour cotisations excessives.

Mythe : Les REEE sont uniquement destinés aux enfants qui vont à l'université.

Réponse : Ce n'est pas vrai — les REEE ne sont pas uniquement destinés aux diplômes universitaires. Votre enfant peut également utiliser cet argent pour des programmes collégiaux (y compris les collèges militaires), les écoles professionnelles et techniques, les apprentissages enregistrés, les études à temps partiel et en ligne, *colleges d'enseignement général et professionnel* (CEGEP) au Québec, etc. Si vous craignez de perdre des fonds, soyez assuré qu'un REEE reste ouvert pendant 35 ans, ce qui laisse à vos enfants le temps de choisir

leur avenir. Avec un REEE familial, vous pouvez également utiliser l'argent pour un autre enfant. En cas de clôture, toutes les cotisations initiales au REEE et la plupart des gains de placement vous restent acquis.

Mythe : un REEE n'est pas nécessaire si un enfant reçoit une bourse d'études.

Réponse : ce n'est pas vrai ! Même avec une bourse d'études, les manuels scolaires, le loyer, la nourriture et les déplacements représentent des dépenses importantes. De plus, les bourses d'études ne sont accordées que si l'enfant maintient un niveau scolaire minimum et ne couvrent pas toujours la totalité des études.

Mythe : Les retraits d'un REEE sont impossibles, je ne veux donc pas perdre d'argent.

Réponse : Bien que les retraits soient impossibles, cela ne concerne que votre enfant, ce qui est un avantage, car les étudiants ont souvent peu ou pas de revenu imposable et ont droit à des crédits d'impôt pour frais de scolarité. Si vos plans changent et que vous devez accéder à l'épargne de votre REEE, vous pouvez toujours retirer les cotisations initiales sans être imposé.

Les REEE sont extrêmement avantageux pour les familles des militaires pour plusieurs raisons. Lorsque les familles de la communauté de la Défense déménagent, le REEE les suit. Les membres de la famille à travers le pays peuvent également cotiser. Plus important encore, un REEE offre une stratégie d'épargne simple et fiable lorsqu'il s'agit de jongler entre plusieurs affectations, plusieurs enfants, etc.

Le **LOOKOUT**
JOURNAUX ET ÉDITION

LookoutNewspaper.com

Vous ne savez pas si un REEE correspond à votre budget ? Discutez dès aujourd'hui avec un conseiller en fonds d'investissement du RARM pour obtenir une aide personnalisée et sans jargon sur les REEE spécifiques aux FAC. Pour prendre rendez-vous, composez le 1-800-267-6681 dès aujourd'hui.



Find Your Way Home at Light House

Bayfront rentals just minutes from the base — with exclusive military incentives.

Modern waterfront living designed for comfort and convenience. Light House offers beautifully appointed rental apartments steps from the water, with easy access to the base, on-site childcare, and amenities that fit your lifestyle — whether you're on duty or off.

SUITES STARTING
from \$2,100/month

rentlighthouse.ca 236-638-7635

LIGHT
HOUSE Experience
Bayfront
Living

Le groupe musical de Naden célèbre 85 ans de musique et de moral



Archana Cini
Journal Lookout

La musique est depuis longtemps un pilier du moral des Forces armées canadiennes (FAC), offrant réconfort, inspiration et sentiment d'appartenance. À la Base des Forces canadiennes (BFC) Esquimalt, ce rôle est assumé par 35 musiciens professionnels à temps plein : la Naden Band.

Cette année, le groupe musical Naden célèbre 85 ans de service à la nation.

Pour le premier maître de 1re classe (PM1) Steve Donagan, chef des opérations et trompettiste, l'impact de la fanfare est profond.

« La musique a le pouvoir de couper le bruit et de nous rappeler ce qui nous relie », a déclaré le PM1 Donagan. « Chaque note est un rappel potentiel que même face à toutes les difficultés du monde actuel, il peut encore y avoir de l'espoir, de la fierté et de l'harmonie. Le Naden Band ne peut peut-être pas changer le monde, mais il peut avoir un impact sur la façon dont notre public évolue dans ce monde. » Grâce à des concerts communautaires gratuits, des collaborations musicales avec des établissements d'enseignement, le soutien à des événements cérémoniels, etc., le Naden Band a fait exactement cela.

« Au niveau local, il s'agit de concerts communautaires, de défilés et de cérémonies. À l'échelle internationale, la musique transcende les barrières linguistiques et crée une bonne volonté que les mots seuls ne peuvent susciter », a déclaré le PM1 Donagan.

« À l'échelle nationale, les fanfares et la musique qu'elles jouent sont une manifestation extérieure de nos traditions et de notre histoire communes — elles nous rappellent qui nous sommes et ce que nous représentons, à la fois en tant que membres de la MRC et en tant que Canadiens. Dans tous les contextes, il s'agit d'utiliser la musique pour rapprocher les gens. »

Aujourd'hui, ces liens dépassent les frontières du Canada, car des musiciens internationaux se joignent à l'orchestre Naden de façon saisonnière, comme le quartier-maître musicien (POMUS) Fraser Robertson, de l'orchestre de la Marine royale néo-zélandaise. Les membres de l'orchestre Naden, le matelot-chef (Matc) Leslie Perrin et le matelot de 1re classe (Mat1) Andrew George, sont également déployés actuellement et jouent de la

musique à Palau dans le cadre du Partenariat du Pacifique 2025, une mission humanitaire multinationale.

Pour le maître de deuxième classe (M2) Cindy Hawchuk, superviseuse de production/chanteuse, l'impact communautaire de la fanfare est l'un des moyens qui lui permettent de continuer à combler le fossé entre l'armée et le public.

« La fanfare Naden est tellement ancrée dans la vie de l'île de Vancouver », a-t-elle déclaré. « L'année dernière, nous avons collaboré avec une collecte de jouets pour un spectacle de fêtes en décembre. J'ai eu le privilège d'élaborer un plan pour le spectacle, y compris la sélection des morceaux. Je voulais vraiment faire la distinction entre un concert, ce que le Naden Band donne habituellement, et un spectacle, qui est beaucoup plus dynamique et qui se déroule de manière continue du début à la fin. » Le spectacle a reçu des réactions extrêmement positives de la part de

la communauté. Il est à noter que le groupe s'est produit dans plus de 40 spectacles de Noël de l'Armée du Salut à ce jour.

« Je me sens privilégié que nous ayons pu conquérir le cœur de notre public », a déclaré le M2 Hawchuk. « C'est vraiment incroyable que le Naden Band continue à faire le travail qu'il a commencé il y a 85 ans. »

Même si la Naden Band est devenue très dynamique au fil des décennies, la tradition reste ancrée dans sa présence. Chaque année, le groupe organise une journée du patrimoine, invitant les anciens membres à revenir jouer aux côtés des membres actuels. On y partage un repas, on y raconte des histoires, on y montre de vieilles photos et des objets anciens, on y remémore des souvenirs et on en crée de nouveaux. Cela illustre peut-être l'une des devises préférées du groupe : « Une fois dans la Naden Band, toujours dans la Naden Band. »

Alors que la Naden Band de la MRC célèbre ses 85 ans de service, son héritage est clair : elle est plus qu'un groupe de musiciens en uniforme.

C'est aussi une famille, un ambassadeur culturel, un pilier de la communauté, une source de fierté canadienne et un vecteur d'espoir.



« Cela nous rappelle qui nous sommes et ce que nous représentons, à la fois en tant que membres de la MRC et en tant que Canadiens. Dans tous les contextes, il s'agit d'utiliser la musique pour rapprocher les gens. »

Premier maître de 1re classe Steve Donagan



ENROLLMENT NOW OPEN!

Engaging Learning - Personalized Paths - Real-World Adventures!

At LCA Every child is valued, every family is welcomed and learning is an exciting journey!



Lighthouse Christian Academy
1289 Parkdale Drive
info@lcawestshore.com | 250-474-5311
lcawestshore.com



MUSIC BINGO
WEDNESDAYS
7:30

PUB TRIVIA
THURSDAYS
7:30

HAPPY HOUR
EVERY DAY
3-5:30

DND DISCOUNT 10% OFF

101-505 PARK PLACE, ESQUIMALT | SUN-THUR 11-10 - FRI & SAT 11-11

SSBF mois de la santé au travail

CALENDRIER DES ACTIVITÉS

OCTOBRE 2025

LA SEMAINE 1 - BIEN-ÊTRE SOCIAL

3 OCT Café militaire du matin chez l'amiral
Heure: 9 h à 11 h Location: Résidence de l'Amiral

LA SEMAINE 2 - BIEN-ÊTRE DE LA COMMUNAUTÉ

8 OCT Nettoyage du port
Heure: 9 h à 12 h Contactez: jessica.wyllie@forces.gc.ca

9 OCT Nettoyage du port
Heure: 9 h à 12 h Contactez: jessica.wyllie@forces.gc.ca

LA SEMAINE 3 - BIEN-ÊTRE SPIRITUEL

14-17 OCT Foi sur la base – Bibliothèque vivante, séance éducative sur la cérémonie de purification par la fumée, méditation en pleine conscience

LA SEMAINE 4 - BIEN-ÊTRE MENTAL

20-24 OCT Atelier de construction de terrarium, atelier d'écriture, tai chi et cours de yoga

LA SEMAINE 5 - BIEN-ÊTRE PHYSIQUE

27-31 OCT Cours de conditionnement physique des PSP au Centre sportif de Naden et au gymnase de l'arsenal

PLUS DE DÉTAILS SUR LES ACTIVITÉS DES SEMAINES 3 À 5 SERONT PUBLIÉS DANS LE PROCHAIN NUMÉRO DU LOOKOUT. DE PLUS, CONSULTEZ LE TABLEAU D'AFFICHAGE DES FMAR(P) POUR VOIR LE CALENDRIER À JOUR DES ACTIVITÉS.

SÉCURITÉ ROUTIÈRE

à la base des Forces canadiennes d'Esquimalt à la rentrée scolaire

Alors que le mois de septembre bat son plein et que les élèves ont repris le chemin de l'école, la Base des Forces canadiennes (BFC) Esquimalt et l'Unité de police militaire d'Esquimalt (MPU(E)) rappellent aux membres de la Défense et à l'ensemble de la communauté que la sécurité routière doit rester une priorité. L'augmentation du trafic, les déposes à l'école et les enfants qui se rendent à l'école à pied ou à vélo obligent les conducteurs à redoubler de prudence à l'intérieur et à l'extérieur de la base.

« La sécurité routière est la responsabilité de tous à la BFC Esquimalt, et il est essentiel de la respecter pour prévenir les accidents et les blessures, tant à l'intérieur qu'à l'extérieur de la base », a déclaré l'adjudant Demetrios (Jim) Tsialafos, adjudant des opérations policières de l'UPM(E).

La sécurité routière passe par le respect du code de la route : s'arrêter complètement, respecter les limites de vitesse, utiliser les clignotants et éviter les téléphones et autres dis-

tractions. La vitesse est particulièrement dangereuse, car selon la Traffic Injury Research Foundation, le simple fait de dépasser la limite de vitesse de 10 km/h augmente de 60 % le risque de collision.

Au fil des saisons, les intempéries ajoutent également des risques supplémentaires, la pluie, le brouillard ou la neige réduisant la visibilité et augmentant les distances de freinage. L'adjudant Tsialafos rappelle également aux conducteurs de s'adapter aux conditions, de s'assurer que leurs véhicules sont correctement entretenus et d'éviter à tout prix de conduire avec des facultés affaiblies.

Il est important de noter que la prévention est essentielle.

« Donner la priorité à la sécurité routière permet non seulement de sauver des vies, mais aussi d'éviter de devoir payer une contravention ou de faire remorquer son véhicule », a déclaré l'adjudant Tsialafos.

La protection de notre communauté commence par un geste simple : ralentir en septembre. ■



Move-In
Ready Homes

STARTING FROM
\$598,900

NOW PREVIEWING 1-3 BED HOMES

A Modern Sanctuary, Steps from the Centre of the City.

Bordered by coastline and minutes from Downtown Victoria, Oakwoods offers a community steeped in tradition. Visit us today to explore these beautifully crafted 1-3 bed residences and discover a home where luxury and comfort meet.

BOOK YOUR PRIVATE
APPOINTMENT TODAY

OAKWOODSBYARAGON.CA
104 - 427 LAMPSON STREET,
ESQUIMALT BC



SCAN TO
VIEW WEBSITE

ARAGON ICON PROPERTY
ADVISORS LTD

In our continuing effort to improve and maintain the highest standard, the developer reserves the right to modify or change plans, specifications, features and prices without notice. Maps, views, photography, and renderings are representational only and are not necessarily accurate, and final design, construction, and features may differ. All dimensions and sizes are approximate. Please refer to the disclosure statement for specific offering details. This is not an offering for sale. Such offering may only be made with a Disclosure Statement. E.&O.E.

OAKWOODS



Vous comptez :

Journal Lookout

Chaque année, le 10 septembre, les Canadiens célèbrent la Journée mondiale de prévention du suicide, une occasion de sensibiliser la population, de réduire la stigmatisation et de rappeler à chacun que l'aide et l'espoir sont toujours à portée de main.

Chaque jour, les membres des Forces armées canadiennes (FAC) et de la Marine royale canadienne (MRC) s'efforcent de briser la stigmatisation. Tendre la main, demander de l'aide et reconnaître quand on a besoin de soutien est l'un des choix les plus courageux et les plus puissants qu'une personne puisse faire. Vous n'avez pas à souffrir.

Soutenir le bien-être mental au sein de la communauté de la Défense ne consiste

pas seulement à protéger ceux qui portent l'uniforme, mais aussi à protéger nos familles et les nombreuses communautés qui soutiennent et accompagnent chaque membre en uniforme.

Au sein des FAC et de la MRC, chaque membre est un élément essentiel de l'équipe. Votre combat est important, car vous êtes important — pour vos camarades, votre famille, votre communauté et ceux que vous n'avez pas encore rencontrés.

Votre voix, votre rire et votre présence sont irremplaçables.

Le 10 septembre, et tous les jours, rappelez-vous qu'il y a toujours de l'espoir, qu'il y a toujours de l'aide et qu'il y a toujours quelqu'un prêt à vous écouter.



Ressources en matière de prévention du suicide et de santé mentale pour la communauté de la Défense

Merci à la Stratégie de santé et de mieux-être du MARPAC (MHWS) d'avoir fourni la liste complète des ressources de soutien ci-dessous.

PROGRAMME D'AIDE AUX EMPLOYÉS :

Offre un soutien confidentiel, volontaire et neutre aux employés civils et aux membres de leur famille admissibles qui éprouvent des difficultés personnelles ou professionnelles.
1-800-663-1142
(24 heures sur 24)

PROGRAMME D'AIDE AUX MEMBRES DES FC :

Offre des services de counseling confidentiels, volontaires et à court terme. Disponible pour les membres des FC et les membres de leur famille qui ont des préoccupations qui affectent leur bien-être personnel et/ou leur rendement au travail, telles que les relations conjugales, familiales, interpersonnelles, personnelles et émotionnelles, le stress, l'épuisement professionnel, le harcèlement, les agressions sexuelles, l'alcool, les drogues et les médicaments sur ordonnance.
1-800-268-7708
(bilingue, 24 heures sur 24)

SERVICES DE SANTÉ DES FC :

Évaluation, soutien et traitement pour les membres de la force régulière ainsi que pour le personnel de la force de réserve dans la région du Pacifique. Pour y avoir accès, le membre doit contacter la réception de la clinique médicale locale des FAC au 250-363-4122.

SERVICES DE SANTÉ MENTALE DE LA BASE :

Les membres sont encouragés à se rendre à la parade des malades ou à consulter leurs équipes de santé intégrées pour obtenir des soins de santé mentale. Pour y avoir accès, contactez la réception de la clinique médicale locale des FAC au 250-363-4122

CRFM ESQUIMALT :

Équipe de bien-être et de counseling familial Programmes et services qui servent, impliquent et défendent la communauté militaire et ses familles, et qui abordent les défis uniques du mode de vie des familles militaires. 778-533-7736

LIGNE D'INFORMATION POUR LES FAMILLES :

Service confidentiel, bilingue et gratuit offrant des informations, du soutien, des références, du réconfort et de la gestion de crise à la communauté militaire. Au service des membres des Forces armées canadiennes, des anciens combattants et de leurs familles, immédiates et élargies.
1-800-866-4546
(24 heures sur 24 au Canada)
Courriel : FIL-LIF@cfmws.com

CENTRE DE TRANSITION DES FORCES ARMÉES CANADIENNES (ESQUIMALT) :

Service à guichet unique pour le personnel malade ou blessé des

FAC, les anciens combattants et leurs familles. Services offerts : retour au travail, SPHL, administration des victimes, soutien, défense des droits et services de transition. 250-363-4483

SOUTIEN SOCIAL EN CAS DE BLESSURE DE STRESS OPÉRATIONNEL :

Réseau national de soutien par les pairs destiné aux membres des FAC, aux anciens combattants et à leurs familles qui souffrent d'une blessure de stress opérationnel. Numéro sans frais : 1-800-883-6094
Courriel : OSISS-SSBSO@forces.gc.ca

AUMÔNIERS :

Les aumôniers des FAC sont à la disposition de tous les membres, quels que soient leur appartenance spirituelle, leur race, leur sexe ou leur état civil. Services : accompagnement spirituel, conseil, cérémonies religieuses, possibilités de formation, situations de crise et réflexion sur les grandes questions de la vie.

Bureau principal : 250-363-4106 Après les heures de bureau : 250-363-4032 (24 h/24)

LIGNE D'AIDE EN CAS DE CRISE SUICIDAIRE :

(BILINGUE) 9-8-8
Ligne d'aide en cas de crise de l'île de Vancouver : 1-888-494-3888 (24 h/24) ou 250-800-3806 (SMS)

MARPAC HEALTH & WELLNESS STRATEGY
STRATÉGIE POUR LA SANTÉ ET LE BIEN-ÊTRE DES FORCES

Love to read? Come join the MHWS's

BOOK CLUB!

Choose individual books from our Health Promotion Library based on a selected topic - so you get to read what truly interests you!

Upstairs classroom at Naden Athletic Centre

For more information contact :
jessica.wyllie@forces.gc.ca

Health & Wellness topic includes books on mental, physical, environmental or spiritual wellbeing!
Your choice!

CANEX
A division of CFMWS
Une division des SBMFC

CANADA'S MILITARY STORE

CANEX

CANEX.CA

1343 Woodway Rd., Esquimalt 250.388.6428

Call Shelly Reed, Associate Broker
Direct at 250-213-7444

Sutton
Sutton Group West Coast Realty
103-4400 Chatterton Way
Victoria, BC V8Z 5J2

Check Our Open House Listings on
www.shellyreed.com

YOUR TRUSTED SOURCE FOR REAL ESTATE

SCAN ME!

NANCY VIEIRA
Personal Real Estate Corporation
250-514-4750
info@nancyvieira.com
WWW.NANCYVIEIRA.COM

PEMBERTON HOLMES
REAL ESTATE

MARCH OUT CLEAN OUT BOOK NOW!
MAID IN THE 519
SCRUBBING EVERYWHERE ON VANCOUVER ISLAND

Apartment/Home
Commercial
Estate/Rental Cleanout
Post Construction

250-252-6368
madeinthe519@gmail.com
www.maidinthe519.ca

Hats • Vinyl Decals • Home Decor • Stickers • 3D Printing • Signs

Sutton Trading Post

CUSTOM MADE: Shirts • Hoodies

Gifts • Decor • and so much more!

suttontradingpost.ca

DESIGNED JUST FOR YOU • WE OFFER A CF1 DISCOUNT

westmont
MONTESSORI SCHOOL

dynamic • independent • connected

future-focused education

PRE-SCHOOL to GRADE 12
TOURS AVAILABLE THURSDAYS

4075 Metchosin Rd, Victoria BC, V9C 4A4
T: 250 474 2626
info@westmontschool.ca | westmontschool.ca

COMMITTED TO THE CRAFT
BROWNS CRAFTHOUSE

MILITARY DISCOUNT 15% OFF
(Excludes alcohol and happy hour.)

BROWNS CRAFTHOUSE
KITCHEN & BAR

Browns Craffhouse Vic West
100-184 Wilson Street • Victoria, BC

OPEN 11AM DAILY

PETITES ANNONCES

À LOUER

APPARTEMENT NEUF, JAMAIS HABITÉ, situé à Saanich Ridge Estates, à Saanichton. Entrée indépendante et compteur électrique. La chambre et le salon sont orientés au sud, mais l'appartement dispose de sa propre pompe à chaleur pour la climatisation en été et un chauffage efficace en hiver ! Lave-linge, réfrigérateur, cuisinière et micro-ondes dans l'appartement. Nous recherchons un locataire mature et respectueux, pour un bail d'un an. Loyer : 1 500 \$ par mois. Disponible immédiatement. Contactez Shannon : 250-217-6034

SUITE JARDIN D'UNE CHAMBRE avec entrée indépendante à View Royal. Disponible immédiatement, loyer de 1 500 \$ par mois. Bail de 6 ou 12 mois requis. Occupation simple. Inclus : cuisinière, réfrigérateur neuf, micro-ondes, armoires de cuisine, hotte, salle de bain avec douche, chambre et débarras, et local à vélos commun. 320 pieds carrés. Le loyer comprend l'eau chaude, le chauffage, l'électricité et une petite place de parking. Pas de fêtes, nombre d'invités limité, pas d'animaux, pas de sous-location ni de location à court terme. Interdiction stricte de fumer/vaper. Références, preuve d'emploi/de revenus et références du propriétaire précédent requises. Visitez sur rendez-vous ; veuillez inclure une brève présentation de vous-même (nom, âge, profession, raison du déménagement). dcsmeng65@gmail.com ou 250 858 6365.

MAGNIFIQUE APPARTEMENT DE 2 CHAMBRES ET 1 SALLE DE BAINS au rez-de-chaussée disponible le 1er août 2025 à Langford, en Colombie-Britannique. Récemment repeint et équipé d'appareils électroménagers neufs, y compris une buanderie. Charges et parking inclus. Grande terrasse donnant sur le ruisseau Millstream et les sentiers de randonnée. Non meublé, 2350,00 \$ par mois. Références requises de votre propriétaire actuel et confirmation de vos revenus mensuels. Animaux interdits, non-fumeurs et pas de fêtes. 250-661-5474

RECHERCHE MAISON INDIVIDUELLE

NOUS SOMMES UNE JEUNE FAMILLE QUI SOUHAITE S'INSTALLER ET s'intégrer à la communauté d'Esquimalt ou de Vic West. Nous espérons trouver une maison de 4 chambres ou plus où nos enfants pourront grandir et se créer des souvenirs. Si vous envisagez de vendre prochainement, ou si vous connaissez quelqu'un qui pourrait être intéressé, nous serions ravis de vous contacter. Nous sommes flexibles en termes de timing et prendrons soin de votre maison avec le même amour que vous. Contact : Zach Mallett 788-402-4227 zachmallett@gmail.com

CLUBS LOCAUX

VICTORIA YOUTH PADDLING CLUB (VYPC) Nous proposons des programmes ainsi que des camps d'été pour les jeunes afin qu'ils apprennent les techniques de pagayage, essaient différents types d'embarcations et s'amuse tout en faisant de l'exercice. Contactez Marianne à l'adresse commodore@vyipc.ca ou au (250) 744-8543

BÉNÉVOLAT

BIG BROTHERS BIG SISTERS of Victoria Services gratuits de collecte de vêtements. Nous protégeons l'environnement et soutenons les enfants de la région depuis plus de 20 ans ! Réduisez, réutilisez, faites le bien. Station de dons accessible en voiture ouverte 7 jours sur 7, de 10 h à 18 h, au 230 Bay St. Visitez bbbsvictoria.com

FAITES LA DIFFÉRENCE Devenez un ami du réseau. Vous serez mis en relation avec une personne handicapée ou souffrant de troubles mentaux en fonction de vos intérêts communs afin de nouer une amitié durable. Contact : volunteer@lnv.ca Pour en savoir plus, rendez-vous sur www.lifetimenetworks.org

ON A BESOIN DE FAMILLES D'ACCUEIL - Les gens choisissent de devenir parents d'accueil pour de nombreuses raisons, mais tous partagent un amour pour les enfants et le désir d'aider ceux qui en ont besoin sans attendre quoi que ce soit en retour. Visitez le site www.fosterhope.ca

FRIENDS OF ASHTON ARMOURY MUSEUM est une association à but non lucratif composée de bénévoles passionnés par l'histoire militaire. Nous recherchons des bénévoles. Si vous souhaitez nous aider, veuillez contacter Chris Preston au (250) 479-7634 ou à l'adresse prestoncm@shaw.ca.

LA FONDATION DES PROGRAMMES WITS recherche un bénévole parlant couramment le français et ayant une formation en enseignement primaire pour éditer et réviser les traductions françaises de documents. Veuillez nous contacter à l'adresse info@witsprogram.ca pour plus d'informations !

HABITAT FOR HUMANITY ET THE RESTORE recherchent des bénévoles pour aider au service à la clientèle, à l'entrepôt et comme assistants chauffeurs. Nous recherchons également des ambassadeurs pour des événements spéciaux. Veuillez contacter Nancy à l'adresse volunteer@habitatvictoria.com ou au 250-480-7688, poste 105.

OPPORTUNITÉS

SALON PROFESSIONNEL LOOKOUT SHIP-TO-SHORE - 7 octobre 2025 au Naden Athletic Centre. Fournisseurs du secteur militaire et privé, des milliers de dollars de prix de présence et de la nourriture gratuite ! Contactez Leah.Pokocky@forces.gc.ca

PUBLICITÉ DANS LES JOURNAUX DE LA BASE. Local ou national. Journaux des bases des Forces armées canadiennes. Contactez Josh (military.base.advertising@gmail.com) ou Danielle (forces.ads@westcoastmarketing.net)



Vous avez besoin de louer, d'acheter, de vendre ou d'annoncer quelque chose ? Soumettez votre annonce en ligne et elle sera publiée dans le journal et sur notre site web !

www.lookoutnewspaper.com/classifieds

Les histoires de notre communauté de la BFC Esquimalt et au-delà.

LOOKOUTNEWSPAPER.COM

DU BATEAU AU RIVAGE INDUSTRIEL L'EXPO

Retour le 7 octobre



Archana Cini
Journal Lookout

Tout le monde sur le pont !
Ce mois-ci marque le retour du salon industriel Ship to Shore. Présenté chaque année par le *Lookout*, Ship to Shore investira le centre sportif Naden de la base des Forces canadiennes (BFC)

Esquimalt le mardi 7 octobre pour une journée consacrée à l'innovation et aux relations industrielles. Le salon présentera des technologies, des produits, des services et des solutions de pointe conçus pour soutenir les opérations navales et militaires du Canada.

Cette année, les participants pourront découvrir des stands interactifs, assister à des démonstrations en

direct et rencontrer des décideurs militaires, des leaders industriels, des représentants et des fournisseurs. Au-delà des expositions, Ship to Shore offrira également des prix, des cadeaux et des rafraîchissements gratuits aux participants.

L'entrée sera gratuite pour les membres réguliers et réservistes des Forces armées canadiennes, les employés civils et les professionnels

de l'industrie locale. Des navettes seront également disponibles pour assurer le transport gratuit des membres de l'équipe de défense travaillant à Signal Hill, Colwood et Work Point.

Il est important de noter que Ship to Shore sert depuis longtemps de lien essentiel entre la communauté de la défense et les industries qui la soutiennent. Notez la date dans vos

agendas et rejoignez vos collègues, partenaires industriels et membres de la communauté le 7 octobre prochain pour le salon de cette année.

Le salon industriel Ship to Shore est fièrement parrainé par Seaspan, partenaire de longue date de la communauté locale de la défense.

Pour plus d'informations, rendez-vous sur lookoutnewspaper.com.

MARAKAI

Studio, One, & Two-Bedroom
Contemporary Rental Homes.

1 Month Free Rent
1 Year Free Parking & Internet

Exclusive \$500 Visa Gift Card
For Department Of National Defence

Developed and built by Traine Construction and Development, managed by Mainline Living. The developer reserves the right to modify or make substitutes to the building design, materials and any specifications without notice. Renderings, views, and layouts are for illustration purposes only. E.&O.E.

DEVELOPED BY
TRAINE

MANAGED BY
MAINLINE LIVING



REGISTER NOW

Treatment is Within Reach

**ADDICTION, MENTAL HEALTH
& TRAUMA TREATMENT IS
JUST A FERRY RIDE AWAY**

**Help is at hand: Powell River-based
Sunshine Coast Health Centre and
Georgia Strait Women's Clinic—
Western Canada's only trauma program
exclusively serving women—provide
highly personalized addiction, mental
health and trauma treatment for male
and female clients respectively.**

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.



SCHC.CA
1.866.487.9010



GSWC.CA
1.866.487.9040