

Le LOOKOUT

JOURNAUX ET ÉDITION

Buying or Selling?

I can help!

CHRIS
ESBATI

Knowledgeable Trustworthy
Dedicated

RE/MAX
CAMOSUN

250.744.3301
chris@victoriaforsale.ca

victoriaforsale.ca



N'oublions pas

Un ancien combattant se tient au garde-à-vous pendant la cérémonie du jour du Souvenir au parc commémoratif d'Esquimalt. Photo : Matelot-chef (matc) Bryan Underwood, FMAR(P) 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.



www.mollymaid.ca

(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



VIEW COUNTRY GROCER'S LATEST FLYER SAVINGS IN THIS PAPER!



LA CÉRÉMONIE D'ÉPINGLAGE DU COQUELICOT

qui a marqué le début du mois du Souvenir à la BFC Esquimalt

Archana Cini

Journal Lookout, avec des extraits de legion.ac/remembrance

Le 31 octobre, les membres de la Base des Forces canadiennes (BFC) Esquimalt ont participé à un acte essentiel de respect et de commémoration qui se poursuivra tout au long du mois de novembre : l'épinglage du premier coquelicot.

À cette occasion, le capitaine de vaisseau Kevin Whiteside, commandant de la BFC Esquimalt, accompagné du premier maître de 1re classe (PM1) Sue Frisby et d'autres représentants de la base, a marqué le début du mois du Souvenir à la Légion d'Esquimalt par un discours et en épinglant des coquelicots sur les membres de la Légion.

Du dernier vendredi d'octobre au jour du Souvenir, des millions de Canadiens ont porté le coquelicot comme un engagement visuel à ne jamais oublier ceux qui ont servi et se sont sacrifiés. La fleur rouge est également le symbole de la campagne du coquelicot de la Légion, qui collecte des fonds pour soutenir les anciens combattants et leurs familles dans le besoin.

La signification du coquelicot remonte aux guerres napoléoniennes du XIXe siècle, plus de 110 ans avant son adoption au Canada. Les archives de l'époque indiquent que des coquelicots épais poussaient sur les tombes des soldats en Flandre, en France. Les champs qui étaient stériles avant la bataille se sont couverts de fleurs rouge sang après la fin des combats.

Le coquelicot a été introduit pour la première fois au Canada et dans le Commonwealth par le lieutenant-colonel (LCol) John McCrae de Guelph, en Ontario, un médecin militaire canadien pendant la Première Guerre mondiale. John McCrae a écrit le célèbre poème « *Au champ d'honneur* » sur un bout de papier en mai 1915, quelques jours après la mort d'un camarade soldat.

Aujourd'hui, le coquelicot est porté chaque année pendant la période du Souvenir afin d'honorer les soldats canadiens tombés au combat. La Légion encourage également le port du coquelicot lors des funérailles d'un ancien combattant et lors de tout événement commémoratif rendant hommage aux anciens combattants tombés au combat.

Que le coquelicot nous rappelle toujours notre devoir de mémoire.



Sylvia Vink, présidente du comité du coquelicot de la filiale n° 172 de la Légion d'Esquimalt, épinge un coquelicot sur le premier maître de 1re classe (PM1) Sue Frisby, chef de la base BFC Esquimalt, le 31 octobre. Photo : Matelot de 3e classe (M3) Mouameth Drame, FMAR(P) Imaging

popystore.ca/about-us

Lest We Forget

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

ASK ABOUT BG PROTECTION PLAN FOR UNDER 80,000km

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

WWW.NAVALIS.CA

Honouring a legacy of service. Since 1942.

For more than 80 years, the Royal Canadian Naval Benevolent Fund has stood beside those who serve at sea — with compassion, commitment, and care. Today, we continue that mission under a new name.

FONDATION
NAVALIS
FOUNDATION

FORMERLY THE ROYAL CANADIAN NAVAL BENEVOLENT FUND (RCNBF)

NOUS NOUS SOUVENONS.



À droite : Cérémonie de purification pour la Journée des anciens combattants autochtones au cénotaphe de Victoria, le 8 novembre. Photo : Caporal (Cpl) Conor R.G. Munn, Forces armées canadiennes, Imagerie.
Image d'arrière-plan : Lindsay Groves, Journal Lookout



Lindsay Groves
Journal Lookout

Le 8 novembre, les membres de l'équipe de défense de la Base des Forces canadiennes (BFC) Esquimalt, y compris le Groupe consultatif autochtone de la Défense (GCAD), et les membres de la communauté se sont réunis au cénotaphe de Victoria pour souligner la Journée des anciens combattants autochtones.

« Les histoires et les vies de nos militaires autochtones font partie intégrante de notre histoire, de notre présent et de notre avenir. Nous sommes donc extrêmement reconnaissants et honorés d'être ici aujourd'hui », a déclaré le contre-amiral David

Patchell, commandant des Forces maritimes du Pacifique (FMAR(P)) et de la Force opérationnelle interarmées du Pacifique (JTFF), à Chek News.

Des couronnes, des branches ornées de rubans rouges et des coquelicots en perles ont été déposés en hommage à ceux qui ont fait le sacrifice ultime. L'événement comprenait également une cérémonie de purification et une minute de silence en l'honneur des anciens combattants.

Alors que les larmes coulaient parmi les participants et les spectateurs, la cérémonie a rappelé avec force notre responsabilité collective de nous souvenir des anciens combattants autochtones, de rendre hommage à leurs contributions et de reconnaître les injustices qu'ils ont subies.

Au-delà du souvenir : La signification de la Journée des anciens combattants autochtones

Raquel Loth
canada.ca

Chaque année, le 8 novembre, la Journée des anciens combattants autochtones est célébrée partout au Canada. Créée en 1994, cette journée sert non seulement à commémorer le service et le sacrifice des anciens combattants autochtones, mais aussi à reconnaître les injustices historiques auxquelles beaucoup d'entre eux ont été confrontés pendant et après leur service militaire.

Pour comprendre pourquoi la Journée des anciens combattants autochtones est célébrée en plus du jour du Souvenir, il faut d'abord comprendre l'histoire du service militaire autochtone au sein des Forces armées canadiennes (FAC).

Depuis des générations, les peuples autochtones jouent un rôle essentiel dans les efforts militaires du Canada, leur participation remontant à la guerre de 1812 et à la guerre d'Afrique du Sud (1899-1902). Leur engagement s'est poursuivi pendant la Première et la Seconde Guerre mondiale, plus de 4 000 Autochtones ont servi, certaines communautés envoyant tous les hommes éligibles âgés de 20 à 35 ans. Pendant la Seconde Guerre mondiale, plus de 3 000 membres des Premières Nations ont servi aux côtés d'Inuits et de Métis, la plupart dans le cadre d'opérations de l'Armée canadienne. On estime que plus de 12 000 membres ont servi au cours du XXe siècle, dont 500 ont fait le sacrifice ultime.

Au-delà de leur contribution à la main-d'œuvre des FAC, les soldats autochtones ont apporté des compétences transmises de généra-

tion en génération dans leurs communautés. Des aptitudes telles que le tir, le pistage et la connaissance du terrain se sont avérées inestimables sur le front. Pendant la Seconde Guerre mondiale, leur impact s'est étendu au-delà du combat : les langues autochtones, telles que le cri, ont été utilisées pour coder les communications militaires, contribuant ainsi à protéger des informations vitales contre l'interception ennemie.

Il va sans dire que les anciens combattants autochtones ont apporté une contribution inestimable aux FAC. Ils ont combattu aux côtés des membres non autochtones, faisant preuve d'un courage et d'une loyauté sans faille. Pourtant, malgré leur service, beaucoup sont retournés dans un pays qui ne les a pas honorés de manière égale. Ils se sont vu refuser les mêmes avantages, les mêmes concessions foncières et le même soutien à la réintégration que ceux accordés aux anciens combattants non autochtones.

Bien que la culture des FAC ait évolué au fil du temps, nous devons continuer à reconnaître et à admettre les inégalités dont ont souffert nos anciens combattants autochtones. Cette journée nous permet de partager des récits d'héroïsme et de résilience, non seulement face à l'ennemi sur le champ de bataille, mais aussi face aux injustices systémiques dont ils ont été victimes à leur retour au pays.

C'est pourquoi la Journée des anciens combattants autochtones est un événement si important. Elle rend hommage à la contribution de ceux qui n'ont pas reçu la reconnaissance qu'ils méritaient à l'époque. La Journée des anciens combattants autochtones leur est dédiée, mais aussi à ceux qui les ont suivis.



Hommage rendu lors de la Journée des anciens combattants autochtones par un participant à la cérémonie. Photo : Lindsay Groves, Journal Lookout

**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'abréger 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 Sutton
forces.ads@westcoastmarketing.net

CONSEILLERS ÉDITORIAUX

Lieutenant de vaisseau Wilson Ho
250-363-4006

Rodney Venis
250-363-7060

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



Le cenotaphe dans le centre-ville de Victoria. Archives Lookout

C'EST Le mois du Souvenir

Souvenir

*nom ; action de se souvenir de
quelque chose ou de*

quelqu'un

En novembre dernier, les Canadiens, qu'ils soient en uniforme ou non, ont commémoré et rendu hommage au courage, au sacrifice et au service de ceux qui nous ont précédés.

Bien que le concept du souvenir soit universel, il est tout aussi personnel.

Le souvenir vit dans des histoires, des moments et des réflexions silencieuses qui sont propres à chacun d'entre nous. Il peut prendre la forme d'une photo glissée dans un portefeuille, d'une médaille transmise par les générations précédentes, d'une fleur soigneusement plantée en mémoire d'un être cher, du nom d'un parent que l'on n'a jamais connu.

Cette année, nous vous avons donné la parole, à vous, les membres de notre équipe de défense, afin que vous puissiez partager ce que le souvenir signifie pour chacun d'entre vous. Merci de nous avoir fait part de vos réflexions en ce mois du Souvenir.

« Pour moi, le souvenir consiste à réfléchir aux sacrifices de ceux qui ont souffert dans l'exercice de leurs fonctions, en particulier ceux qui ont donné leur vie ou qui portent des blessures invisibles. Il s'agit de reconnaître le courage, la résilience et l'humanité des membres en service, des anciens combattants, des professionnels exposés à des traumatismes et de ceux qui sont décédés, afin de veiller à ce que leurs histoires, leurs luttes et leurs sacrifices ne soient jamais oubliés. C'est un rappel sombre et sobre de ne jamais rien prendre pour acquis et de toujours profiter de l'instant présent, de saisir le jour. »

- Ltv Wilson Ho,
officier des affaires publiques de la base,
BFC Esquimalt

« Pour moi, le souvenir signifie reconnaître les sacrifices passés et présents que les membres ont consentis pour faire de ce pays et de cette organisation un meilleur endroit où servir. »

- Ltv Sean Ritchie,
officier des services alimentaires de la base

« Le jour du Souvenir me rappelle que le fait de porter l'uniforme en public est un moyen puissant d'encourager les autres à réfléchir aux sacrifices consentis pour notre nation. C'est aussi l'occasion d'entrer en contact avec les gens, de partager des histoires sur des êtres chers - passés et présents - qui ont servi et se sont sacrifiés. »

Ens 2 Michael Samuels,
Relations publiques de la BFC
Esquimalt



Des coquelicots fabriqués par des artisans autochtones approuvés pour la commémoration du jour du Souvenir par les FAC

Informations adaptées de canada.ca

Afin de concrétiser l'engagement du Canada en faveur de la réconciliation, le Comité national de défense sur l'uniforme et la tenue (CNDUT) a approuvé le port de coquelicots fabriqués par des Autochtones sur les uniformes des Forces armées canadiennes (FAC) lors des commémorations du jour du Souvenir en 2025. C'était la première année que ces coquelicots pouvaient être portés.

Cette décision reconnaissait et honorait les contributions des Premières Nations, des Inuits et des Métis, tout en respectant les lignes directrices établies.

Il s'agit d'une évolution significative d'une tradition qui unit depuis longtemps les Canadiens dans le souvenir. Elle reconnaît la diversité des identités culturelles au sein des FAC et élargit la manière dont nous rendons hommage à ceux qui ont servi, dans le respect et l'inclusion.



Le contre-amiral (Cam) David Patchell au cénotaphe de Victoria pour la cérémonie du jour du Souvenir le 11 novembre.

Photo : Matelot de 3e classe (mat 3) Jacob Saunders, FMAR(P) Imaging Services



Au nom des Forces maritimes du Pacifique et de la Force opérationnelle interarmées du Pacifique, je tiens à exprimer ma profonde gratitude à chacun d'entre vous qui vous êtes joints à nous pour commémorer le jour du Souvenir. Votre présence aux cérémonies organisées à Victoria et dans les communautés environnantes témoigne du respect et de la gratitude éternels que nous partageons envers ceux qui ont servi et se sont sacrifiés pour le Canada. Se rassembler pour commémorer nous rappelle que les libertés dont nous jouissons aujourd'hui ont été obtenues grâce au courage, à l'engagement et, pour beaucoup, au sacrifice ultime.

Cette journée n'est pas seulement l'occasion d'honorer les morts, mais aussi de reconnaître la force de nos communautés qui perpétuent leur mémoire. Voir les familles, les anciens combattants, les membres en service et les résidents se rassembler dans une réflexion solennelle témoigne des valeurs qui nous unissent : le respect, la résilience et le souvenir. Votre participation garantit que les récits de bravoure et de sacrifice continueront d'inspirer les générations futures et de nous rappeler que notre souveraineté ne doit pas être considérée comme acquise.

Aux amis et aux familles des militaires actuellement en service, sachez que votre soutien et vos sacrifices sont reconnus et profondément appréciés. La force que vous apportez en coulisses permet à nos marins, soldats et aviateurs de servir avec confiance et dévouement. Votre engagement est un élément essentiel de notre mission, et nous vous sommes extrêmement reconnaissants du rôle que vous jouez pour maintenir l'esprit de service au sein de notre communauté.



Contre-amiral David Patchell, Capitaine de frégate, FMAR(P)/JTTF

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

CULTURAL ADVENTURE WEEK

Try something new!

SEMAINE AVENTURE CULTURELLE

Essayez quelque chose de nouveau!

Menu

Lunchtime / Heure du midi

MONDAY: ABORIGINAL
TUESDAY: MEDITERRANEAN
WEDNESDAY: AFRICAN
THURSDAY: CARIBBEAN
FRIDAY: ASIAN

LUNDI : AUTOCHTONE
MARDI : MÉDITERRANÉEN
MERCREDI : AFRICAÎN
JEUDI : CARAÏBES
VENDREDI : ASIATIQUE

NOVEMBER 17-21
17-21 NOVEMBRE

NELLES, VENTURE
& WARDROOM

PARTICIPATE TO BE
ENTERED TO WIN 1 OF
5 COOKBOOKS!

PARTICIPEZ POUR UNE
CHANCE A GAGNER UN
LIVRE DE RECETTES!

THIS EVENT IS SUPPORTED BY THE MARPAC HEALTH AND WELLNESS STRATEGY HEALTHY NUTRITION WORKING GROUP, ON BEHALF OF BC MULTICULTURAL WEEK.

CET ÉVÉNEMENT EST SOUTENU PAR LE GROUPE DE TRAVAIL SUR LA NUTRITION SAINTE AU NOM DE LA SEMAINE MULTICULTURELLE DE LA C.-B.





La gagnante du concours, Lindsay Carr, et son costume. Photo fournie.

BFC ESQUIMALT

Annnonce du gagnant du concours de costumes d'Halloween Hocus Pocus

Félicitations à Lindsay Carr, agente de santé et sécurité au travail à la base des Forces canadiennes (BFC) Esquimalt, qui a remporté le concours annuel de costumes d'Halloween Hocus Pocus.

Mme Carr, membre de l'installation de maintenance de la flotte (FMF) du Cap-Breton, a confectionné un costume effrayant représentant un inspecteur de sécurité de la FMF qui a appris (à ses dépens) ce qui arrive lorsqu'on oublie de porter des lunettes de sécurité. Travaillant elle-même au sein du département Sécurité et environnement, Mme Carr a souligné l'importance vitale d'un EPI approprié, non seulement pour se conformer aux normes, mais aussi pour protéger la vie et le bien-être des personnes qui travaillent à la BFC Esquimalt.

Au sujet de son costume, Carr a déclaré : « Disons simplement que je n'ai pas porté mes lunettes de sécurité et que maintenant, je ne vois vraiment pas le problème au travail ! »



Howard Manderson, nouveau coordinateur du programme de protection respiratoire et du service d'incendie et de secours de la BFC Esquimalt (RPPC). Photo fournie.

Accueil du nouveau coordinateur du programme de protection respiratoire et de protection contre les agents chimiques (RPPC) à la base des Forces canadiennes (BFC) Esquimalt Fire Rescue

Nous souhaitons la bienvenue au nouveau coordonnateur du programme de protection respiratoire (RPPC) du service d'incendie de la base des Forces canadiennes (BFC) Esquimalt, Howard Manderson. Fort de plus de 30 ans d'expérience dans la fonction publique et des FAC, M. Manderson se réjouit de poursuivre sa carrière au sein du service d'incendie de la BFC Esquimalt et de relever de nouveaux défis au sein de la communauté de la défense.



The 2025 Kia Seltos.

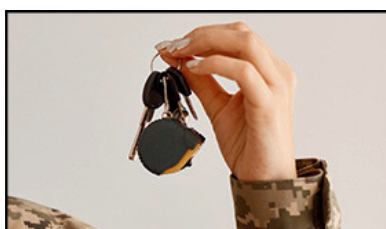
Get loyalty interest rates as low as 2.49%
Plus, receive a \$500 bonus.



Kia Victoria



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.



Automotive News Canada
BEST DEALERSHIPS
TO WORK FOR 2025



Kia Victoria

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

@kiavictoriabc



Le concert annuel du Souvenir en l'honneur des anciens combattants

Reçoit une ovation debout

Archana Cini

Journal Lookout

Des centaines d'habitants de l'île de Vancouver se sont récemment réunis au Dave Dunnet Community Theatre pour rendre hommage aux anciens combattants canadiens à travers la musique et le mouvement.

Soirée placée sous le signe du respect et de la réflexion, le Concert du Souvenir annuel est revenu le 8 novembre pour rendre hommage à nos anciens combattants et militaires canadiens. Le concert était co-présenté par la Canadian Heritage Arts Society (CHAS) et le district d'Oak Bay, réunissant la fanfare du 5e régiment de campagne (Colombie-Britannique) de l'Artillerie royale canadienne et le Canadian College of Performing Arts (CCPA). Tradition annuelle depuis la fondation du CCPA en 1998, le Concert du Souvenir a célébré cette année sa 25e édition.

L'événement a débuté par des allocutions de Kevin Murdoch, maire d'Oak Bay, et du lieutenant-colonel (à la retraite) Philip Sherwin. La soirée a ensuite permis au public de découvrir les réalités et les vulnérabilités du service militaire grâce à la fanfare du 5e régiment, qui a interprété plus de dix compositions présentées par le maître de cérémonie, le capitaine de corvette (à la retraite) Gerald Pash.

Pour le capitaine Daniel Moses, directeur musical de la

fanfare du 5e régiment de campagne (Colombie-Britannique), la musique a souvent joué le rôle de stimulant moral ultime.

« La musique et le chant sont essentiels à l'être humain, et cela est encore plus évident en période de détresse. Pensez à l'action militaire en Ukraine et à la façon dont la musique, la danse et le chant ont uni le peuple ukrainien contre ses oppresseurs », a déclaré le capitaine Moses. « Il en a été de même pendant la Seconde Guerre mondiale, lorsque des familles déchirées ont cherché réconfort et consolation dans la musique qu'elles écoutaient, dansaient et jouaient. Pour les soldats qui se battaient pour leur pays, la musique était une distraction, même brève, de la terrible situation qui les entourait. »

Pour le capitaine Moses, le souvenir est aussi une affaire de famille. « Je pense à mes grands-pères et à mon père, qui ont tous servi dans l'armée américaine. Je me souviens du mois que j'ai passé en France, à visiter plusieurs champs de bataille où les traces des obus explosés sont encore visibles et où les munitions non explosées constituent encore aujourd'hui une menace pour les humains », a-t-il déclaré. « Je me souviens de la crainte révérencielle que j'ai éprouvée lorsque j'ai visité l'étonnant monument de la crête de Vimy, et à quel point il était émouvant de comparer cette paisible journée d'été à la terreur qui régnait dans ce paysage 86 ans auparavant.



Je pense surtout aux jeunes hommes qui se sont portés volontaires pour marcher vers l'inconnu afin de soutenir leur pays, certains d'entre eux ne revenant jamais pour poursuivre leur vie. Je me demande si la génération actuelle serait aussi courageuse. »

Le CCPA a ensuite pris le relais pour la deuxième partie de la soirée, entraînant les spectateurs dans un voyage musical à travers la guerre, à travers des chansons, de la poésie et de la danse. Sous la direction de R.J. Peters, directeur de la production et de la conception, les étudiants du CCPA ont donné voix à la douleur de la séparation en temps de guerre et à la résilience de ceux qui sont restés. M. Peters, qui écrit et met en scène le Concert

du Souvenir depuis plusieurs années, a souligné l'importance de cette collaboration annuelle.

« C'est une soirée qui promet d'émouvoir et qui garantit que l'héritage de ceux qui ont servi ne sera jamais oublié », a déclaré Peters. « C'est une tradition au Collège depuis 27 ans, et j'en ai moi-même fait l'expérience pour la première fois en tant qu'étudiant en 2001. C'est grâce à ce spectacle que j'ai vraiment compris l'importance du jour du Souvenir, non seulement en tant que cérémonie, mais aussi en tant qu'acte vivant de gratitude et de réflexion. »

La CCPA commence généralement à préparer le concert dès le mois d'août, en sélectionnant des morceaux qui ont une charge émotionnelle, un contexte historique et un

sens de la réflexion.

« J'écris le scénario du concert et, chaque année, j'essaie de l'ancrer autour d'une thèse centrale : si nous ne nous souvenons pas de notre histoire, nous sommes condamnés à la répéter. Cette idée guide tous nos choix artistiques. Les émotions que nous transmettons au cours du processus vont de la gratitude et du respect à l'espoir et à la responsabilité », explique M. Peters. « Il est profondément émouvant de voir les étudiants, la prochaine génération, s'intéresser à ces histoires et reconnaître l'importance du souvenir pour garder vivante notre histoire commune. »

À la fin de la soirée, une ovation debout impressionnante a conclu le spectacle, alors que les anciens combattants, les membres actifs des FAC, les familles et les civils se sont tous levés ensemble, unis par la musique et le souvenir.

Les recettes du concert ont été réparties à parts égales entre l'Esquimalt Military Family Resource Centre (EMFRC), qui fournit des services et un soutien essentiels aux familles des militaires de l'île de Vancouver, et le CHAS, qui œuvre à la préservation et à la promotion des arts et de la culture locaux.

Pour Jackie Carlé, directeur général/directrice générale de l'EMFRC, recevoir le soutien de la communauté est un honneur. « Alors que nous nous souvenons des épreuves et des triomphes passés de ceux qui, sur le front intérieur, ont enduré les conflits mondiaux, tant de choses ont changé... et tant de choses restent les mêmes. Dans notre monde en constante évolution, avec des informations 24 heures sur 24 et une hyperconnectivité, les choses sont très différentes,

ce qui pose des défis supplémentaires et une conscience aiguë à ceux qui restent à la maison. Les nouvelles circulent rapidement et les inquiétudes peuvent surgir », a déclaré Mme Carlé. « Cependant, ce qui reste inchangé, c'est que le fait d'envoyer nos proches dans l'incertitude de notre monde peut nous mettre à rude épreuve. Grâce aux généreux dons recueillis lors de ce concert du souvenir, nous pouvons accompagner les familles dans tous les hauts et les bas du front intérieur et nos membres peuvent rester concentrés sur leur mission pour le Canada. »

Pour Mme Carlé, le concept du souvenir ne se limite pas au passé, mais s'étend également au présent. « Il est très important que tous les Canadiens réalisent que, tout en nous souvenant, nous servons également aujourd'hui », a-t-elle déclaré. « Je m'engage personnellement dans le souvenir parce que mon grand-père a servi pendant la Première Guerre mondiale. Mon mari est également un ancien combattant après 30 ans de service, et mon fils sert actuellement dans les FAC. Pour moi, le souvenir consiste donc à honorer les énormes sacrifices du passé et à prendre conscience de leur impact sur notre monde actuel.

Après le concert de samedi, la CCPA présentera sa partie du spectacle dans différents lieux de la CRD, notamment des salles communautaires, des légions et des maisons de soins de longue durée. Financée en partie par Anciens Combattants Canada et la province de la Colombie-Britannique, cette initiative itinérante permet de faire en sorte que le souvenir atteigne également ceux qui, autrement, ne pourraient pas y assister.



En haut : Des étudiants du Canadian College of Performing Arts (CCPA) interprètent « Kiss Me Goodnight Sgt Major » d'Art Noel et Don Pelosi, arrangé par Brian Tate, le 8 novembre au Dave Dunnet Community Theatre.

En bas : Des étudiants du Canadian College of Performing Arts (CCPA) et des membres de la fanfare du 5e régiment de campagne (Colombie-Britannique) interprètent ensemble l'hymne national canadien, O Canada, le 8 novembre au Dave Dunnet Community Theatre.

Photos : Peter Pokorny



Cérémonies du jour du Souvenir dans la région métropolitaine de Victoria

Lindsay Groves
Journal Lookout

Le 11 novembre, les membres de l'équipe de la Défense de la Base des Forces canadiennes (BFC) Esquimalt se sont joints aux communautés du Grand Victoria pour se souvenir et honorer nos anciens combattants. Des milliers de personnes se sont rassemblées au cénotaphe de Victoria, dans le centre-ville, et des cérémonies ont eu lieu au parc commémoratif Esquimalt et ailleurs, notamment dans la capitale nationale, Ottawa, où près de 30 000 personnes étaient présentes. Les Canadiens se sont réunis pour rendre hommage à ceux qui ont fait le sacrifice ultime.

Le défilé dans le centre-ville de Victoria a débuté à 10 h 30 le long de Government Street, conduisant la foule au cénotaphe où les participants se sont joints pour chanter l'hymne national. La cérémonie s'est poursuivie avec des cérémonies de descente et de lever du drapeau, des chants hommage, deux minutes de silence à 11 h, une prière, un salut de 21 coups de canon et une cérémonie de dépôt de couronnes.

Dans un moment émouvant, le révérend Andrew Gates a offert une prière pour les soldats tombés au combat. Il a commencé par donner la parole à ceux qui ne sont pas rentrés chez eux, en disant : « Pourquoi ? Qui aurait pu imaginer que cela irait aussi loin ? » Il a ensuite poursuivi : « Libérons-les et laissons-les reposer en paix. Et occupons-nous de réparer le désordre dans lequel nous nous trouvons, puis continuons à vivre notre vie. Si cela est une prière, qu'il en soit ainsi. »

À travers le pays, les anciens combattants, les membres en service, les familles et les citoyens se sont tenus côte à côte dans un élan de gratitude et de commémoration. Les cérémonies ont suscité un sentiment d'engagement renouvelé, non seulement pour honorer la mémoire de ceux qui ont donné leur vie, mais aussi pour continuer à lutter pour la paix et la liberté qu'ils ont défendues. « Dans un monde de plus en plus dangereux et divisé, se souvenir, c'est aussi être vigilant », a déclaré le premier ministre Mark Carney dans un message publié sur Instagram.

Nous nous souvenons.



Jour du Souvenir au cénotaphe de Victoria, le 11 novembre.
Photo : Matelot de 3e classe (mat 3) Jacob Saunders, FMAR(P) Imaging Services



Cérémonie du jour du Souvenir à Esquimalt. Photos : Matelot-chef (matc) Bryan Underwood, FMAR(P) Imaging



En souvenir des femmes dans la guerre :

SECONDE GUERRE MONDIALE

Informations tirées du site canada.ca

- En 1941-1942, l'armée a connu un changement radical avec la création de ses propres forces féminines. Pour la première fois dans l'histoire, les femmes pouvaient désormais servir le Canada en uniforme. Plus de 50 000 femmes ont servi dans les forces armées pendant la Seconde Guerre mondiale.
- 4 480 infirmières militaires (comme on appelait les infirmières de l'Armée canadienne) ont servi pendant la guerre : 3 656 au sein du Corps médical de l'Armée canadienne, 481 au sein de la Branche médicale de l'Aviation royale canadienne et 343 au sein du Service médical de la Marine royale canadienne. Beaucoup de ces femmes se sont retrouvées à portée des armes ennemies et certaines ont perdu la vie.
- Sur une population canadienne totale de 11 millions d'habitants, seules environ 600 000 Canadiennes occupaient un emploi permanent lorsque la guerre a éclaté. Pendant la guerre, leur nombre a doublé pour atteindre 1 200 000.
- La Canadienne Elsie Gregory MacGill, également connue sous le nom de « reine des ouragans », a été la première femme au Canada à obtenir une licence en génie électrique et la première femme au monde à obtenir une maîtrise en génie aéronautique. Elle a travaillé pour Fairchild Aircraft Limited pendant la Seconde Guerre mondiale. En 1940, les méthodes de conception et de production de son équipe permettaient de produire plus de 100 avions de combat Hurricane par mois.



Le Service royal canadien de la marine féminine (WRCNS), communément appelé WRENS, et les pavillons de signalisation devant le mât.
Photo : canada.ca

10 S.E.R.T. pour investir efficacement votre augmentation salariale des FAC avec la Financière SISIP

Financière SISIP

Équipe d'Esquimalt

Avec l'annonce récente des augmentations et des allocations des Forces armées canadiennes (FAC), les membres de l'équipe de la Défense auront la possibilité d'améliorer leurs finances de manière responsable. L'investissement est un moyen efficace d'y parvenir. Que vous soyez novice en matière d'investissement ou que vous suiviez déjà les marchés, voici 10 façons intelligentes d'investir votre augmentation salariale des FAC à bon escient.

- Commencez par le pourquoi.** Avant d'investir votre argent ailleurs, déterminez la raison qui vous pousse à investir. S'agit-il d'un acompte, d'un remboursement anticipé, d'une voiture ou de vacances à venir ? Cela vous aidera à prendre les bonnes décisions et à éviter les distractions lorsque le marché devient agité.
- Comprenez la signification du risque.** Le risque ne consiste pas seulement à perdre de l'argent, mais aussi à ne pas avoir d'argent à disposition lorsque vous en avez besoin. Le risque de marché à court terme survient lorsque vous ne disposez pas des fonds nécessaires à un moment important de votre vie. Le risque de déficit à long terme survient lorsqu'un investissement ne croît pas aussi rapidement que prévu ou ne parvient pas à dépasser l'inflation. Il est donc utile d'adapter l'investissement à un calendrier : investissez dans des options à faible risque pour les objectifs à court terme et essayez d'être plus orienté vers la croissance pour les objectifs à long terme.
- Établissez un plan.** Les augmentations de salaire et les primes de fidélisation des FAC constituent une excellente occasion de progresser réellement vers vos objectifs financiers. Prenez le temps de planifier, d'épargner et d'investir dans un avenir financier solide et faites appel à un conseiller financier de la Financière SISIP pour établir un plan axé sur vos objectifs qui vous permettra de tirer parti de vos nouveaux revenus et fonds.
- Investissez automatiquement.** L'une des méthodes d'investissement les plus simples consiste à mettre en place des cotisations mensuelles automatiques afin de vous constituer un patrimoine de manière régulière. Que vous cotisiez 50 ou 500 dollars par mois, l'investissement automatique vous évite d'avoir à prendre des décisions et vous permet de bénéficier rapidement d'un effet cumulatif. Les fonds communs de placement de la Financière SISIP peuvent également être configurés pour des cotisations automatiques à partir d'un compte bancaire.
- Achetez des actions tôt.** Investir 5 000 \$ tôt dans la vie avec un ren-

dement annuel de 6,87 % pourrait rapporter plus de 76 000 \$ en 40 ans. Cependant, investir ces mêmes 5 000 \$ plus tard dans la vie ne pourrait rapporter que 19 000 \$ en 20 ans. Ainsi, le temps est souvent plus important que le moment choisi pour investir. Par conséquent, essayez de viser une croissance à long terme et commencez à investir dès que possible.

- Diversifiez.** Au lieu de choisir des actions ou de suivre l'actualité, optez pour un portefeuille géré par des professionnels, ce qui signifie souvent moins de risques et un meilleur accès à différents secteurs d'investissement, classes d'actifs et pays. Si vous vous lancez sur le marché boursier, évitez de miser trop lourdement sur un seul secteur ou une seule action.
- Comprenez les outils disponibles.** Les membres des FAC peuvent accéder à des actions et à des obligations grâce à un large éventail de fonds communs de placement entièrement diversifiés, notamment :
 - Comptes d'épargne libres d'impôt (CELI)
 - les régimes enregistrés d'épargne-retraite (REER)
 - les régimes enregistrés d'épargne-études (REEE)
 - les régimes enregistrés d'épargne-invalidité (REEI)
 - les régimes d'épargne-retraite immobilisés (RER)
 - Comptes non enregistrés (comptes imposables)
 - Tirez parti des conseils d'un conseiller financier de la Financière SISIP pour déterminer le compte qui correspond le mieux à vos objectifs de placement personnels.
- Surveillez le coût réel des achats importants.** Réfléchissez bien avant de décider d'augmenter vos mensualités de 700 \$ pour votre voiture ou d'investir plutôt ces 700 \$ chaque mois. Prenez le temps de peser le pour et le contre de vos choix financiers et de prendre des décisions qui vous serviront aujourd'hui et demain.
- Maîtrisez votre calendrier.** Un plan d'investissement doit également correspondre à vos besoins futurs en matière de trésorerie, comme l'achat d'une maison ou une libération anticipée. L'argent à long terme peut facilement être investi pour générer de la croissance, tandis que l'argent à court terme doit être accessible et stable. Investissez lorsque cela est judicieux, avec des montants raisonnables.
- Renseignez-vous avant d'agir.** Les conseillers de la Financière SISIP travaillent avec les membres des FAC toute la journée, tous les jours. Consultez dès aujourd'hui un conseiller financier afin de trouver les investissements et les comptes qui correspondent à vos fonds disponibles et à vos objectifs. Agissez en toute confiance, évitez les erreurs et les risques courants, et bénéficiez de conseils d'experts impartiaux.



Communiquez dès aujourd'hui avec votre bureau local de la Financière SISIP à l'adresse [SBMFC.ca/assurance-finances](https://sbmfc.ca/assurance-finances).



Getty Images/iStock Photo : PhanuwatNandee



VIRTUAL CAREER FAIR

November 25-26, 2025

Eligibility: Spouses/partners of Canadian Armed Forces (CAF) members (Regular Force and Reserves) and spouses of Veterans of the CAF.

FOIRE VIRTUELLE DE L'EMPLOI

25-26 novembre 2025

Admissibilité : Conjoint(e)s des membres des Forces armées canadiennes (FAC) (Force régulière et Force de réserve) et des vétéran(e)s des FAC.



Shape your next career move with the **Military Spousal Employment Network!**

Planifiez la prochaine étape de votre carrière avec le **Réseau pour l'emploi des conjoints des militaires.**

 [CFMWS.ca/msen](https://cfmws.ca/msen)

 [SBMFC.ca/recm](https://sbmfc.ca/recm)

Une cérémonie commémorative rend hommage à la MRC

Ens 2 Emily Shea

Affaires publiques du FMAR(P)

Des membres de la Marine royale canadienne (MRC), des anciens combattants, des familles de militaires et des sympathisants se sont récemment réunis au mess des officiers et des sous-officiers pour assister à l'événement commémoratif Steward.

Organisée le 6 novembre à la base des Forces canadiennes (BFC) Esquimalt, cette cérémonie rendait hommage à l'héritage de la profession de steward, qui a désormais disparu. Elle marquait un tournant dans l'histoire de l'e de la MRC à la BFC Esquimalt, chaque steward étant reconnu et remercié pour son service et recevant une pièce commémorative « Fin d'une époque ».

Le contre-amiral (Cam) David Patchell a souligné l'importance de ce rôle lors de l'événement, décrivant les stewards comme « une force tranquille derrière absolument tout ce que nous avons fait et continuons de faire ». Le Cga Patchell a également souligné leur présence constante dans chaque cuisine, salle des officiers et mess jusqu'à ce jour.

Le Cam Patchell a également perçu l'importance de cette transition, déclarant : « La suppression du poste de steward n'est pas un départ à la retraite ou un licenciement pour vous, nos stewards. » Il a souligné que les valeurs que les stewards ont apportées à la marine restent essentielles. « Même si nous changeons et évoluons, votre héritage se fera sentir pendant des générations. »

En juin 2022, le vice-amiral Angus Topshee a annoncé pour la première fois la décision de supprimer le métier de steward à la suite d'un examen pluriannuel des métiers de la marine et de l'évolution des attentes. Alors que la MRC modernise sa flotte et s'adapte aux nouvelles exigences opérationnelles, le recrutement pour ce métier a pris fin et les stewards actuels bénéficient d'un soutien sous forme d'options personnalisées de reconversion, de réaffectation ou de départ volontaire.

Il est important de noter que la cérémonie reflétait le côté humain du service naval. Chaque steward a été aperçu, apprécié et continuera d'être soutenu.

Le contre-amiral Patchell a rappelé aux participants que « l'excellence ne se trouve pas seulement dans les décisions de commandement ou l'expertise technique, mais aussi dans la façon dont nous prenons soin les uns des autres ». Ce message a trouvé un écho auprès de toutes les personnes présentes à l'événement, capturant magnifiquement l'essence même de ce que les stewards et leur travail ont représenté pour la MRC.

Alors que la MRC va de l'avant, les intendants choisissent de nouvelles voies. Si beaucoup continuent à servir dans d'autres métiers, certains se préparent à servir leurs communautés dans la vie civile. Même si leur métier touche à sa fin, l'influence des intendants restera présente dans la vie quotidienne de la Marine.



En haut : Le contre-amiral (Cam) David Patchell, capitaine de frégate des Forces maritimes du Pacifique (FMAR(P)) et de la Force opérationnelle interarmées du Pacifique (FOIP), prend la parole lors de la cérémonie commémorative des stewards.

Encadré : La pièce commémorative « Fin d'une époque » remise aux stewards de la Marine royale canadienne (MRC) lors de la cérémonie commémorative en leur honneur.

En bas : Les stewards de la Marine royale canadienne (MRC) posent pour une photo lors de la cérémonie commémorative des stewards qui s'est tenue le 6 novembre.

Photos : Caporal (Cpl) Conor R.G. Munn, Imagerie des Forces armées canadiennes



Bon vent et bonne mer, intendants de la MRC. Merci pour votre service.



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.

PROGRAMMES ET SERVICES OFFERTS PAR

STRENGTHENING THE
ENERGISER LES

FORCES



Le saviez-vous ?

PSP Health Promotion propose deux cours sur la nutrition

Alimentez vos objectifs et améliorez vos performances grâce à des ateliers sur la nutrition animés par des spécialistes de la promotion de la santé et conçus pour les membres des FAC.

Options de cours :

- **NUTRITION ESSENTIELLE**

Un cours d'une journée et demie ou de quatre demi-journées qui vous fournira toutes les informations nutritionnelles fondées sur des preuves dont vous avez besoin.

- **BOUFFE SANTÉ ET NUTRITION SPORTIVE**

Un cours de deux jours pour apprendre toutes les façons dont vous avez besoin pour alimenter votre corps si vous vous lancez dans des défis physiques supplémentaires, qu'il s'agisse d'un nouvel objectif de course à pied, d'un déploiement ou d'une autre activité exigeante.



Pourquoi est-ce important ?

Une alimentation saine favorise la préparation, la récupération et le bien-être général. Ces cours gratuits constituent un excellent moyen d'investir dans votre santé.

POUR EN SAVOIR PLUS :

CONTACTEZ LISA JEFFERY : LISA.JEFFERY@FORCES.GC.CA ••• 250-363-5621



Semaine nationale de sensibilisation aux dépendances

Du 16 au 22 novembre

Cette année, la Semaine nationale de sensibilisation aux dépendances du Centre canadien sur les dépendances et l'consommation de substances (CCDCS) se déroule du 16 au 22 novembre, avec le soutien du groupe de travail sur les dépendances de la stratégie FMAR(P) en matière de santé et de bien-être. La campagne 2025 s'intitule « *Anchoring Hope* » (*Ancrer l'espoir*) et repose sur la conviction que grâce à des conversations honnêtes, au travail d'équipe et à des approches fondées sur des preuves, nous pouvons avoir un impact positif sur les personnes touchées par la consommation de substances.

À la BFC Esquimalt, la Semaine nationale de sensibilisa-

tion aux dépendances est l'occasion de réfléchir à la manière dont nous pouvons nous soutenir mutuellement en réduisant la stigmatisation liée à la dépendance, en créant des liens et en comprenant que les effets néfastes de la dépendance ne s'arrêtent pas à l'individu, mais touchent également les familles, les amis et bien d'autres personnes. Pour aller de l'avant, il ne suffit pas de sensibiliser, il faut aussi déployer des efforts collectifs fondés sur la compassion. Travaillons donc ensemble, toutes disciplines et communautés confondues, pour renforcer la prévention et mieux soutenir toutes les personnes, directement ou indirectement, touchées par la

toxicomanie.

Le groupe de travail « MHWS Addictions-Free Living » (Vivre sans dépendance) continue d'œuvrer à la création d'une culture de santé et de bien-être au FMAR(P) et encourage les membres de l'équipe de la Défense à consulter le site web de la Semaine nationale de sensibilisation aux dépendances du CCSA (www.ccsa.ca/en/guidance-tools-resources/communities/national-addictions-awareness-week) pour obtenir plus d'informations et demander de l'aide et du soutien si vous ou quelqu'un de votre entourage êtes aux prises avec une dépendance ou une toxicomanie.

Mythes & réalités

des cliniciens
spécialisés en
toxicomanie des
services de santé
mentale de la base

Mythe n° 1 :

« *L'alcool et le cannabis sont légaux, donc sans danger.* »

RÉALITÉ : Des directives récentes soulignent les risques associés à la consommation d'alcool et de cannabis. Ces directives et études de recherche peuvent être consultées à l'adresse suivante :

www.ccsa.ca/en/guidance-tools-resources/substances (alcool)

www.canada.ca/en/health-canada/services/drugs-medication/cannabis/resources/lower-risk-cannabis-use-guidelines.html (cannabis).

Mythe n° 2 :

« *Si je consulte un clinicien de Base Addictions pour obtenir de l'aide concernant ma consommation de substances / ma dépendance, je devrai suivre un traitement en milieu hospitalier.* »

RÉALITÉ : Les cliniciens de Base Addictions procèdent à une évaluation initiale complète et les recommandations de traitement varient entre les soins hospitaliers et ambulatoires en fonction de la prévalence et de la gravité du trouble lié à l'usage de substances ou de la dépendance.

Mythe n° 3 :

« *Si je demande de l'aide pour ma consommation de substances, je devrai être abstinent à 100 %.* »

RÉALITÉ : Les cliniciens de Base Addictions travaillent avec les clients sur leurs objectifs personnels en matière de consommation de substances et communiquent régulièrement avec les soins primaires afin de s'assurer que des contraintes à l'emploi pour raisons médicales sont mises en place si nécessaire.

Mythe n° 4 :

« *Le cannabis est présent dans la nature, je ne peux donc pas en devenir dépendant.* »

RÉALITÉ : La dépendance au cannabis est possible et la consommation de cannabis peut entraîner de nombreux risques pour la santé mentale. Pour en savoir plus, consultez le site : www.canada.ca/en/health-canada/services/drugs-medication/cannabis/resources/lower-risk-cannabis-use-guidelines.html

Mythe n° 5 :

« *Si je révèle à un clinicien de Base Addictions que je consomme des substances illicites, cela mettra fin à ma carrière militaire.* »

RÉALITÉ : Les cliniciens spécialisés dans les dépendances communiquent avec les cliniciens de soins primaires afin de formuler des recommandations pour l'emploi futur. Les recommandations de traitement pour aider à surmonter un trouble lié à l'usage de substances se concentrent sur le rétablissement et l'emploi rémunérateur, lorsque cela est possible.

Les membres des FAC doivent consulter leur médecin traitant afin de déterminer s'il est approprié de les orienter vers un clinicien spécialisé dans les dépendances à la base.

RESSOURCES

BFC ESQUIMALT

Services de santé/Base Addictions
250-363-4122

Programme d'aide aux membres (PAMFC)
1-800-268-7708

Centre de ressources pour les familles des militaires (CRFM)
1-800-353-3329

Service des aumôniers
250-363-4106 (bureau)
250-363-4032 (après les heures de bureau)

GRAND VICTORIA

CARE (Services centralisés d'accès et d'intervention rapide) Traitement ambulatoire des dépendances
Groupes de soutien et d'éducation, counseling, traitement de jour, évaluation, aiguillage et consultations avec des médecins.
250-519-3485

Alcooliques Anonymes :
Ligne d'assistance
250-383-7744

Ligne d'information et d'orientation sur l'alcool et les drogues en Colombie-Britannique
Informations et orientations sur la consommation et l'abus d'alcool et de drogues.
1-800-663-1441 (24 h)

Foundry :
foundrybc.ca
250-383-3552

Narcotics Anon. Ligne d'assistance
250-383-3553

Ligne d'aide pour les problèmes de jeu
1-888-795-6111

Gambling Support BC
gamblingsupport.ca

Umbrella Society
250-380-0595

Homewood Health – Ravensview
Traitement de la toxicomanie pour les militaires et membres.
1-866-203-1793

FORMATION SUR LA NALOXONE



18 novembre
13 h 30 – 15 h 30
Salle Rainbow
Mess des officiers supérieurs et des officiers



Inscription obligatoire pour obtenir le kit de naloxone et le matériel nécessaire à l'atelier.

Les visiteurs sont les bienvenus

Pour vous inscrire, contactez :
vicky.doucette@forces.gc.ca



AVI Health and
Community Services
where harm reduction works

NOTE D'INFORMATION SUR LE CANNABIS

Lundi
17 novembre

09h30-11h

Rainbow Room
Mess des officiers supérieurs et des officiers

Tout le monde est le bienvenu
Pour plus d'informations, veuillez contacter
vicky.doucette@forces.gc.ca



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

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



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

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

Ooh La La
CUPCAKES + CAKES



Bring a little joy to your world this holiday season with our Holiday Menu. Available starting November 21

OohLaLaCupcakes.ca • 250 385-0707

PETITES ANNONCES

À LOUER

SUITE NEUVE, JAMAIS HABITÉE, à Saanich Ridge Estates, à Saanichton. Entrée séparée et compteur électrique. La chambre et le salon sont orientés vers le sud, mais la suite dispose de sa propre pompe à chaleur pour la climatisation en été et un chauffage efficace en hiver ! Laverie, réfrigérateur, cuisinière et micro-ondes dans la suite. 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

2 CHAMBRES, 1 SALLE DE BAIN, près de l'entrée de la BFC sur Grenville Ave. Appartement avec jardin de 1 000 pieds carrés au sous-sol d'une maison. Disponible le 1er décembre, 2 300 \$/mois. Durée du bail : au mois ou à l'année. Non-fumeurs, animaux non admis. Non meublé. Charges comprises : électricité et eau chaude. Lave-linge et sèche-linge, une place de stationnement dans la rue. Caractéristiques : nombreuses fenêtres avec vue sur le jardin. Grand salon, nombreux rangements. Entrée privée et coin salon extérieur donnant sur le jardin et la terrasse pour les barbecues. À quelques pas des commodités. Transports en commun à proximité. Veuillez envoyer un message pour organiser une visite au 250 888 3383.

SPACIEUX APPARTEMENT DE 1 CHAMBRE AU SOUS-SOL à Saxe Point Nous recherchons un locataire fiable pour un bail initial de six mois, pouvant être prolongé pour un locataire qui convient parfaitement. Occupation simple, appartement au rez-de-

chaussée. Moquette, peinture et cuisine rénovées. Baignoire profonde. Pas de fêtes, fumer dans les zones désignées. Le loyer est réduit à 1 800 \$ par mois (normalement 1 850 \$) sur présentation d'une preuve d'affiliation à l'armée et/ou au CRFM. Date d'emménagement : 1er novembre 2025. Récemment rénové, dans une rue calme avec stationnement dans la rue. À quelques pas de Naden, des transports en commun et des commodités. Cour arrière avec jardin et coin salon ensoleillé près d'un terrain de jeu de fer à cheval, le tout entretenu par les propriétaires. Inclus : chauffage électrique complété par une chaudière au mazout, eau, électricité, télévision par satellite et buanderie commune. Stores neufs. Animaux non admis. Veuillez contacter le 250 661 2255.

RECHERCHE MAISON

NOUS SOMMES UNE JEUNE FAMILLE QUI SOUHAITE S'INSTALLER et s'intégrer à la communauté d'Esquimalt ou de Vic West. Nous avons l'espoir de 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 délais et prendrons soin de votre maison avec le même amour que vous. Contact : Zach Mallett 788-402-4227 zachmallett@gmail.com

À VENDRE

MAISON MOBILE À VENDRE dans le parc de maisons mobiles Twin Oaks, 32-1498 Admirals Road. Maison de 2 chambres et 1 salle de bain avec une extension pouvant servir de 3e chambre ou de bureau/salon. Peinture neuve, fenêtres neuves,

pompe à chaleur Lennox et appareils électro-ménagers. Cuisine et salle de bain rénovées. Jardin paysager avec irrigation, cour arrière entièrement clôturée avec terrasse et jacuzzi. Atelier/studio câblé de 20 x 16. Proche de NADEN, en face du centre commercial Admirals Walk. RobynLalev@gmail.com 299 999 \$

TENUE DE MESS D'OFFICIER DE MARINE TAILLE 40 AVEC GALON DORÉ Veste pour homme, pantalon avec gilet. Galon doré en bon état rerr Mia, la couturière de la base. Pour la veste de mess, la largeur des épaules est d'environ 43 cm. La longueur des épaules aux poignets est de 63,5 cm. 47 cm de laisselle à l'extrémité de la manche. 57 cm de la nuque au bas du gilet. La taille du pantalon semble être de 86 cm. Longueur de l'ourlet extérieur : 104 cm. Longueur de l'entrejambe : 75 cm. Prix demandé : 500 \$. Contact : 250-415-5812

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 bbsvictoria.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 d'histoire militaire. Nous recherchons des bénévoles. Si vous souhaitez nous aider, veuillez contacter Chris Preston au (250) 479-7634 ou à l'adresse prestcnm@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 des traductions en français. 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.



Vous souhaitez louer, acheter, vendre ou annoncer quelque chose ?

Soumettez votre annonce en ligne et elle sera publiée dans notre journal et sur notre site web !

https://lookoutnewspaper.com/fr/petites-annonces/

HEALTH PROMOTION COURSES
COURS DE PROMOTION DE LA SANTÉ

SENSIBILISATION AUX DÉPENDANCES: ALCOOL, AUTRES DROGUES, JEUX DE HASARD ET JEUX D'ARGENT

***POUR SUPERVISEURS *CODE ARCARIEN**

1 COURSE = 1.5 DAYS
DAY 1 NOV 19 0800-1600
DAY 2 NOV 20 0800-1200

1 COURS = 1.5 JOURNÉES
JOUR 1 19 NOV 08H 00-16H 00
JOUR 2 20 NOV 08H 00-12H 00

ALCOHOL, OTHER DRUGS, GAMBLING & GAMING AWARENESS
***FOR SUPERVISORS *MITE CODE**

MORE INFO & REGISTRATION: LISA.JEFFERY@FORCES.GC.CA **POUR PLUS D'INFO ET INSCRIPTION: LISA.JEFFERY@FORCES.GC.CA**

CONDO FOR SALE MLS#1018840
309-3277 Glasgow Ave.
1 Bedroom / 1 Bathroom
OPEN HOUSE info online
www.shellyreed.com

\$379,900

Shelly Reed & Brian Niles
Synergy Realty Group brokered by eXp Realty
Direct 250-213-7444

exp REALTY
301-3450 Uptown Blvd.
Victoria

CANEX
A division of CFMWS
Une division des SBMFC

CANADA'S MILITARY STORE

CANEX.CA

1343 Woodway Rd., Esquimalt 250.388.6428

20 ANS D'EXISTENCE :

Les inscriptions pour la Navy Run 2026 sont ouvertes

Archana Cini

Journal Lookout

La course Navy Run de la base des Forces canadiennes (BFC) Esquimalt est de retour, et cette année marque une étape importante.

Le samedi 20 juin 2026, la BFC Esquimalt accueillera la 20e édition annuelle de la course Navy Run pour célébrer Victoria, la communauté de la défense et 20 ans de course.

Depuis ses débuts en 2006, la course Navy Run de la BFC Esquimalt est devenue une tradition très appréciée des familles des militaires et des civils. Cette année, les participants pourront à nouveau

choisir entre deux options, une course de 5 km ou une course de 10 km, chacune offrant des vues panoramiques sur la communauté d'Esquimalt.

Plus qu'une simple course, la course de la marine de la BFC Esquimalt incarne depuis longtemps l'esprit de persévérance et de camaraderie de la Marine royale canadienne (MRC), en rassemblant des personnes de tous âges et de tous niveaux pour courir dans un but précis.

« 2026 sera une année passionnante pour la course de la marine de la BFC Esquimalt », a déclaré Gillian Larsen, codirectrice de la course et responsable des loisirs communautaires pour les programmes de soutien du personnel (PSP). « Je fais partie du comité d'organisation de cette course

depuis 16 ans, malgré les vagues de chaleur et les tempêtes de pluie. Nous sommes prêts à tout. Je suis très heureuse de pouvoir célébrer cet événement avec tous les coureurs, la communauté et la marine. Vingt ans, c'est une grande réussite, et nous préparons plusieurs nouveautés passionnantes pour faire de cette édition un événement à ne pas manquer. »

Inscrivez-vous dès maintenant à la 20e édition annuelle de la course de la Marine à la BFC Esquimalt sur sbmfc.ca/esquimalt/esquimalt-navy-run.

Suivez @navyrunesquimalt sur Instagram et @Navy Run sur Facebook pour connaître les dernières nouvelles et mises à jour concernant la course de 2026 !



L'enseigne de vaisseau de 1re (Ens1) Kayvan Aflaki (au centre) pose avec l'épée Merritt Chisholm pour l'esprit de corps et la persévérance et le bouclier commémoratif du capitaine David W. Groos de la Marine royale canadienne (MRC) aux côtés des présentateurs, le commandant à la retraite (capf) Rod Huges (à gauche) et Hilary Gross (à droite). Photo : Gerald Pash

L'Ens1 Kayvan Aflaki reçoit l'épée Merritt Chisholm et le bouclier commémoratif du capitaine Groos

Archana Cini

Journal Lookout avec la contribution de l'Association navale du Canada (section de l'île de Vancouver) et de Gerald Pash

Bravo Zulu à l'enseigne de vaisseau de 1re classe (Ens1) Kayvan Aflaki, récipiendaire de l'épée Merritt Chisholm pour son esprit de corps et sa persévérance, ainsi que du bouclier commémoratif du capitaine David W. Groos de la Marine royale canadienne (MRC).

Remis au Ens1 Aflaki le 4 novembre au NCSM *Venture*, l'épée a été présentée par le capitaine de frégate à la retraite (Capf) Rod Huges de l'Association navale du Canada (section de l'île de Vancouver) et le bouclier par Hilary Gross, membre de la communauté.

L'épée, remise en même temps qu'un prix sous forme de livre de l'Association navale du Canada, est traditionnellement décernée lors de la remise des diplômes du cours d'officier de guerre navale (NWO). Elle est remise à une personne qui a su insuffler le moral, la camaraderie, l'inclusion, la résilience et bien d'autres qualités aux participants du cours. Le bouclier est remis à une personne qui a fait preuve d'excellence et de leadership en mer.

Diplômé de l'Université de Toronto avec une maîtrise en épidémiologie, l'ens 1 Aflaki s'est enrôlé dans la MRC en mars 2023. Après avoir suivi une instruction de base à Saint-Jean, au Québec, l'ens 1 Aflaki a commencé une formation d'officier de guerre navale au NCSM *Venture*. Entre les phases de formation, il s'est également porté volontaire auprès de la station 35 de la Garde côtière canadienne. Le FLS Aflaki est affecté à bord du navire de Sa Majesté le Canada (NCSM) *Calgary*.

La fanfare des officiers et sous-officiers donnera un concert pour Wounded Warriors Canada



Archana Cini

Journal Lookout avec la contribution de Marc Eagle

La musique envahira à nouveau l'église St. Peter and St. Paul's à Esquimalt lorsque l'orchestre de l'Association des chefs et officiers marins montera sur scène pour un concert-bénéfice spécial au profit de Wounded Warriors Canada.

Le concert aura lieu le samedi 22 novembre et les portes ouvriront à 13 h 30. Tous les profits de l'événement seront versés à des programmes qui soutiennent les anciens combattants, les premiers intervenants et leurs familles.

Créé à l'automne 1987 en tant que groupe « d'anciens élèves » pour les membres retraités de la Musique des Forces canadiennes, le Chief and Petty Officers' Band est aujourd'hui une organisation à but non lucratif basée à la base des Forces canadiennes (BFC) Esquimalt et composée de plus de 30 musiciens militaires à la retraite et musiciens locaux. Il convient de noter que le premier concert de l'orchestre, intitulé « A Salute to Seniors » (Hommage aux aînés), a été donné en 1988 dans ce qui est aujourd'hui le centre sportif Archie Browning. Après plus de trois décennies d'engagement communautaire, l'orchestre des officiers supérieurs et des maîtres de bord continue de présenter des concerts de grande qualité et de soutenir la communauté militaire à Esquimalt et dans la région métropolitaine de Victoria.

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

ANDY MCGHEE
 PERSONAL REAL ESTATE CORPORATION
 HELPING MILITARY FAMILIES RELOCATE WITH CONFIDENCE.

 My Story
778.678.8290
VICTORIABCHOMESALES.COM

 Sabre Realty – Victoria

the LOOKOUT
 NEWSPAPER & PUBLISHING
www.lookoutnewspaper.com


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


BROWNS CRAFTHOUSE®
 KITCHEN & BAR
 Browns Crafthouse Vic West
 100-184 Wilson Street • Victoria, BC
OPEN 11AM DAILY

• Hats • Vinyl Decals • Home Decor • Stickers • 3D Printing • Signs • Gifts • Decor • and so much more!
Sutton Trading Post

suttontradingpost.ca
 DESIGNED JUST FOR YOU • WE OFFER A CF1 DISCOUNT

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

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**

**Georgia Strait | WOMENS
CLINIC**

**GSWC.CA
1.866.487.9040**

