



VOLUME 70 NUMÉRO 26 15 DÉCEMBRE 2025

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

# LOOKOUT

JOURNAUX ET ÉDITION | NEWSPAPER & PUBLISHING



Buying or Selling?

I can help!

CHRIS  
**ESBATI**

Knowledgeable Trustworthy  
Dedicated



RE/MAX

CAMOSUN

250.744.3301

chris@victoriaforsale.ca

victoriaforsale.ca



Les membres de la communauté locale de la Défense tendent la main pour taper dans celle du Père Noël lors de l'événement « Skate and Swim with Santa » (Patiner et nager avec le Père Noël) organisé le 6 décembre à la Wurtele Arena par les Programmes de soutien du personnel (PSP) et le Mess des premiers et seconds officiers. Photo : Lindsay Groves

*Cheryl Barnes*  
REALTOR®  
RETIRED MILITARY FAMILY

Macdonald  
Realty  
1910 Sooke Road  
Colwood BC  
Cheryl Barnes  
250-413-7943  
Cherylbarnes.ca



We proudly serve the  
Canadian Forces Community

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

**MOLLY MAID**  
www.mollymaid.ca

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

Your Relocation Specialists



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

**250-474-4800**  
SouthIslandHomeTeam.com



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





## 2025 OUTLANDER PHEV SE S-AWC

LEASE FOR

**\$109**

WEEKLY\*

WITH A \$2,998 DOWN PAYMENT

AT

**2.99%<sup>^</sup>**

FOR 36 MONTHS

MSRP: \$53,998 | SAVINGS: \$1,500 | SELLING PRICE: \$52,498\*\*

/ 61+km of Electric Range<sup>4</sup>

/ 7 Passenger Seating

/ Blind Spot Warning

/ No-Charge 2-Year Maintenance Package<sup>5</sup>

SCAN HERE FOR DETAILS



ASK US ABOUT

SAVINGS UP TO **\$6,000<sup>1</sup>**

FINANCING & LEASING RATES AS LOW AS **0%<sup>1</sup>**

WINTER TIRE CREDIT **\$1,000<sup>2</sup>**

MILITARY REBATE **\$500<sup>3</sup>**

**TEST DRIVE TODAY**



**VICTORIA  
MITSUBISHI**

3342 Oak Street, Victoria, BC, V8X 1R1

victoriamitsubishi.ca

**(250) 220-8100**

\* \$109 weekly is equivalent to \$218 bi-weekly. Offer based on Stock No. 302461. \$218 bi-weekly payment for 36 months, with \$2,998 down, or equivalent trade, at 2.99% A.P.R., on approved credit, is based on a selling price of \$52,498 and 16,000 km per year. Lease-end residual value is \$32,572.78. MSRP is \$53,998. Payment is net of all available manufacturer incentives, including a \$1,000 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, PSPA fees, \$595 finance placement fee (if financing or leasing), or licensing. Exact vehicle not shown. Some models excluded. Terms and conditions apply. Offer expires January 2, 2026. See dealer for details.

\*\* Selling price of \$52,498 does not include the \$1,000 Loyalty Rebate. The loyalty program is available to eligible Mitsubishi owners or household members. Supporting documents will be required. Terms and conditions apply. See dealer for details. Offer expires January 2, 2026.

1 Some units excluded. Subject to approved credit and eligibility. Restrictions and limitations apply. The \$6,000 cash savings includes a \$1,000 Loyalty Rebate available to eligible Mitsubishi owners or household members. Cash savings cannot be combined with Mitsubishi subvented interest rates. Offer expires January 2, 2026. See dealer for complete terms and conditions.

2 Offer available from December 2, 2025 to January 2, 2026. Credit is exclusively eligible to be applied toward the purchase of a set of four winter tires from Mitsubishi Motors dealers in Canada with purchase or lease of new 2025 Outlander and Outlander PHEV models.

Offer must be redeemed at time of vehicle purchase or lease, no cash equivalent. Conditions apply. Visit participating dealers for more details.

3 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.

4 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.

5 Certain terms and conditions apply. Visit [www.mitsubishi-motors.ca](http://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 January 2, 2026 and subject to change without notice.

# Vœux de fin d'année du FMAR(P)



Matelot-chef (matc) Bryan Underwood, Service d'imagerie de la FMAR(P)

## Membres de l'équipe de défense du FMAR(P)/FOIP,

En cette période des fêtes, nous avons hâte de nous réunir entre amis et en famille pour célébrer l'année qui s'achève avec gratitude. Ma femme Christian, moi-même et tout le personnel du siège du FMAR(P) tenons à vous remercier pour votre service et vous souhaitons à tous de joyeuses fêtes remplies d'espoir, de paix, de joie et d'amour. Nous avons collectivement la responsabilité énorme de former et d'employer la marine dont le Canada a besoin et qu'il attend pour défendre notre pays. Il s'agit d'une tâche importante qui exige des efforts considérables de la part de tous les membres du FMAR(P) et du FOIP. Grâce à votre travail acharné tout au long de l'année, nous faisons des progrès incroyables vers la mise en place d'une armée prête, résiliente et pertinente. Si 2026 apportera de nouveaux défis, elle offrira également d'incroyables opportunités de se régénérer, de croître et d'atteindre l'excellence.

J'apprécie énormément les efforts de tous les marins, aviateurs, soldats et fonctionnaires qui ont travaillé sans relâche en 2025 et qui s'engagent à faire de 2026 une année de nouveaux succès et de transformation. J'ai eu l'occasion de visiter plusieurs de nos unités, notamment nos écoles de la flotte à Victoria, Halifax et Québec, qui forment et motivent la prochaine génération. J'ai été impressionné par l'innovation, l'engagement, l'énergie et le dévouement dont font preuve nos marins.

De plus, je suis reconnaissant envers les amis et les familles qui soutiennent tout ce que nous faisons, qui rendent possible le service à notre pays et qui donnent un sens incroyable à nos vies. J'espère sincèrement que tous les membres de la Formation auront le temps, pendant les fêtes, de passer du temps avec ceux qui comptent le plus pour eux.

Avec le soutien de tous les membres de la BFC Esquimalt, de l'IMF Cape Breton, de l'Unité de plongée de la flotte, de la Flotte canadienne du Pacifique et du centre de développement de l'instruction navale, nous avons franchi plusieurs étapes importantes en mer. Les navires Canadien de Sa Majesté *Regina*, *Max Bernays* et *MV Asterix* ont participé à l'opération Latitude, et le *Max Bernays* a établi un record en naviguant plus au nord que tout autre navire de la MRC dans l'histoire. Le NCSM *Corner Brook* a non seulement repris la mer avec succès, mais il a également constitué un incroyable moyen de dissuasion stratégique, démontrant aux Canadiens pourquoi nous devons développer notre flotte de sous-marins. De plus, notre équipe de recherche et de sauvetage a répondu à plus de 2 500 appels de détresse, assurant ainsi la sécurité des Canadiens.

Ce fut une année de changement, avec les navires NCSM *Edmonton*, *Nanaimo* et *Yellowknife* qui ont fait le tour du continent pour rejoindre leur nouveau port d'attache sur la côte est, tandis que nous avons fait nos adieux aux navires NCSM *Brandon*, *Saskatoon* et *Whitehorse* lors de leur cérémonie de désarmement. Mais ces adieux s'accompagnent de l'espoir d'une nouvelle marine régénérée, une marine qui bénéficiera d'investissements importants et connaîtra une croissance significative au cours de la prochaine décennie.

À l'horizon 2026, la transformation se poursuivra avec notre détermination à défendre le Canada et à renforcer notre marine en investissant dans la prochaine génération de nos incroyables marins. Nous vous remercions pour cette année couronnée de succès, sur laquelle nous continuerons à bâtir ensemble afin de fournir à la marine les moyens dont le Canada a besoin. De notre famille à la vôtre, nous vous souhaitons espoir, paix, joie et amour en cette période des fêtes, ainsi qu'une bonne année.

*Contre-amiral (Cam) David Patchell*





## Nouveaux essais de navettes du MDN pour le transport du personnel de la BFC Esquimalt

**Archana Cini**  
Journal Lookout

La Base des Forces canadiennes Esquimalt a mené à bien un nouvel essai de transport visant à simplifier et à rendre plus abordable le trajet quotidien des membres locaux de la Défense à travers l'île de Vancouver.

Du 24 novembre au 12 décembre, le service transport, génie électrique et mécanique (TGEM) a mis à l'essai l'initiative du service d'autobus de la base et la navette de la base, un service de transport gratuit. Destiné à améliorer la connectivité entre les propriétés de la BFC Esquimalt, le service d'autobus de la base reliait le Dépôt de munitions des Forces canadiennes (DMFC) Rocky Point, la BFC Albert Head et Colwood à des arrêts à Esquimalt, notamment l'hôpital de la base, Naden, le chantier naval et Work Point. Le service de la navette de la base a également été testé afin de réduire le besoin de véhicules personnels en encourageant les membres de l'équipe de la Défense à utiliser une navette exploitée par la base pour se rendre aux propriétés de la BFC Esquimalt et en revenir.

Pendant la période d'essai, les participants ont emprunté à la fois le service d'autobus de la base, un autocar

de 56 places, et le service de la navette de la base, une fourgonnette de 12 places. Le TGEM a également recueilli des données quotidiennes sur le nombre de passagers et des informations spécifiques à chaque arrêt tout au long de la période d'essai afin d'évaluer la nécessité de chaque arrêt, les fluctuations du nombre de passagers et l'utilisation globale du service.

Pour le Maître de 1re classe (m 1) Troy Dierk, responsable de l'ingénierie des armes, l'expérience a été globalement positive. « Il y avait beaucoup moins de stress pendant les périodes de forte circulation, moins de consommation de carburant et donc moins de dépenses pour moi », a-t-il déclaré. « Je réévaluerais certains arrêts afin de confirmer s'ils sont nécessaires pour fluidifier la circulation des conducteurs, car plusieurs arrêts se sont avérés un peu plus problématiques pour manœuvrer les bus. »

Lorsqu'on lui a demandé s'il utiliserait le service lors de la prochaine période d'essai en 2026, le M1 Dierk a répondu : « Il y aura toujours des jours où je devrai utiliser mon propre véhicule en raison d'engagements personnels, mais j'utiliserais certainement le service s'il est mis en place. »

Si vous avez emprunté le service d'autobus de la base ou la navette entre le 24 novembre et le 11 décembre, veuillez partager vos commentaires sur votre expérience à l'adresse [forms.office.com/r/xyE9Dp5BSE](https://forms.office.com/r/xyE9Dp5BSE).



Le service d'autobus de la base en route vers l'une des nombreuses propriétés de la base des Forces canadiennes Esquimalt pendant la période d'essai de la navette, du 24 novembre au 12 décembre. Photo : Rodney Venis

**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](http://www.galaxymotors.net)   [www.galaxyrv.net](http://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.

# BASE Esquimalt



# Vœux de fin d'année

## **Membres de l'équipe de défense de la Base des Forces canadiennes Esquimalt,**

Membres de l'équipe de défense de la Base des Forces canadiennes Esquimalt,

Alors que l'année 2025 touche à sa fin, Sue, moi-même et nos familles vous exprimons notre sincère gratitude, à vous et à vos proches. Votre professionnalisme, votre résilience et votre engagement ont été les fondements de notre succès tout au long de l'année.

Cette année, la base a continué d'apporter un soutien exceptionnel aux opérations menées au pays et à l'étranger. Qu'il s'agisse de faciliter les déploiements dans la région indo-pacifique, de soutenir les opérations locales ou de participer à des exercices majeurs, vos efforts ont assuré le succès des missions, renforcé la présence du Canada sur la scène internationale et amélioré la compréhension et le soutien des Canadiens à l'égard de nos mandats fondamentaux.

L'année 2025 a également été marquée par une étape importante dans la modernisation des infrastructures avec l'achèvement et l'inauguration de la nouvelle jetée B. Cette jetée ultramoderne accueillera la prochaine génération de navires de la Marine royale canadienne, notamment les navires de soutien interarmées et les patrouilleurs hauturiers de l'Arctique, et représente l'un des investissements les plus importants dans les infrastructures navales depuis la Seconde Guerre mondiale. C'est le début de nombreux changements à venir en matière d'infrastructures. En 2024, nous avons également pris livraison de nos nouveaux remorqueurs navals de grande taille, le Haro et le Barkerville, qui ont atteint leur pleine capacité opérationnelle à la fin du mois de mars de cette année.

Au-delà des opérations, nous avons continué à renforcer nos liens au sein de l'équipe de la Défense et avec notre communauté. Nos relations avec les Premières Nations, les dirigeants locaux et les sympathisants de la communauté continuent de se développer, établissant des relations fondamentales qui nous aideront à orienter et à éclairer nos décisions, en veillant à ce que nous respections les voisins les plus responsables et les plus respectueux possible tout en soutenant les opérations, nos familles et toutes les Canadiens et les Canadiens. Grâce à des événements tels que « La Défense sur le quai », la course et la randonnée cycliste de la Marine, la semaine « Go by Bike », le mois de la santé au travail, les cérémonies de la semaine des anciens combattants, plusieurs événements d'appréciation des Forces armées canadiennes avec des organisations sportives locales et de nombreuses activités de

reconnaissance, nous nous sommes réunis pour faire connaître l'excellent travail que nous accomplissons, promouvoir le bien-être et honorer ceux qui servent et ont servi avant nous. Votre générosité lors de la campagne de charité 2025 de la Défense nationale a été extraordinaire, permettant une fois de plus de dépasser nos objectifs de collecte de fonds pour venir en aide aux plus démunis. Cette réussite reflète la compassion et le dévouement qui caractérisent notre équipe.

Chaque jour, vous incarnez notre devise, *Portare per omnia* — Soutien pour tous. Des plus hauts dirigeants à nos nouveaux membres, chacun d'entre vous et vos proches qui nous soutenez jouez un rôle essentiel dans notre succès collectif. C'est un honneur de servir aux côtés d'une équipe aussi dévouée et diversifiée.

L'année 2026 sera passionnante, car nous lancerons une multitude de projets qui nous permettront d'être prêts à répondre aux exigences opérationnelles et aux besoins de notre main-d'œuvre actuelle et future pour les générations à venir. À l'approche des fêtes de fin d'année, nous vous encourageons à prendre le temps de vous reposer, de vous ressourcer et de passer du temps avec ceux qui comptent le plus pour vous. Continuez à veiller les uns sur les autres et à faire preuve de gentillesse chaque fois que cela est possible. Quelles que soient les traditions que vous célébrez, puissiez-vous trouver la paix, la joie et le renouveau en cette période de fêtes.

De nos familles aux vôtres, nous vous souhaitons de joyeuses fêtes et une nouvelle année radieuse et prospère.

*Bien à vous,*

*Capitaine de vaisseau Kevin Whiteside  
Commandant de la base CFB Esquimalt*

*Premier maître de 1re classe Sue Frisby  
Premier maître de la base*



**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](http://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](mailto:Lindsay.Groves@forces.gc.ca)

### PRODUCTION

**Leslie Eaton**  
[eaton.leslie@cfmws.com](mailto:eaton.leslie@cfmws.com)

### RÉDACTEUR/COORDONNATEUR DES MÉDIAS NUMÉRIQUES

**Archana Cini**  
[archana.cini@forces.gc.ca](mailto:archana.cini@forces.gc.ca)

### ADMINISTRATION ET COMPTABILITÉ

**Andrea Modesto**  
250-363-3127  
[andrea.modesto@forces.gc.ca](mailto:andrea.modesto@forces.gc.ca)

### PUBLICITÉ

**Joshua Buck**  
778-977-5433  
[military.base.advertising@gmail.com](mailto:military.base.advertising@gmail.com)

**Danielle Thompson**  
[forces.ads@westcoastmarketing.net](mailto: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 Cameron

*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 défense ainsi que les passions personnelles qui motivent notre travail au Lookout.*

### Archana Cini

Journal Lookout

Depuis plus de cinq ans, je suis l'un des moteurs qui font avancer le journal Lookout, au sens propre comme au figuré ! Je m'appelle Cameron (Cam) Carnell et je suis l'un des assistants administratifs de l'équipe.

Je travaille pour le Lookout depuis 2019, lorsque j'ai commencé à livrer les journaux. Depuis 2020, je m'occupe également de notre processus d'envoi postal bihebdomadaire. Ce que je préfère dans mon travail, c'est la tournée du dimanche matin. Les arrêts sont devenus familiers et, au fil des ans, j'ai rencontré beaucoup de gens sympathiques et authentiques sur mon parcours. Savoir que quelqu'un reçoit un autre exemplaire du Lookout parce que je l'ai livré ou envoyé par la poste me rend très heureux. Cela a de l'importance.

J'ai grandi dans un élevage de porcs

dans l'est des Kootenays, entouré d'une ménagerie d'animaux. Cela m'a beaucoup appris sur la vie et sur ce qui compte le plus. La devise « Un travail n'est pas terminé tant qu'il n'est pas bien fait » me vient à l'esprit et me guide souvent.

Comme dans la vie, il y a des défis à relever. J'ai eu un accident de voiture il y a quelques années, et depuis, il m'est difficile de rester assis ou debout pendant de longues périodes. J'ai un but ici, alors je continue d'avancer et les liens que nous avons avec la communauté locale de la Défense m'aident.

Le service a toujours été très présent dans ma famille. L'un de mes grands-pères a servi dans l'Aviation royale canadienne, et l'autre dans les Forces armées canadiennes. Mon frère ainé a servi dans la Marine royale canadienne, et aujourd'hui, ses deux aînés servent dans la MRC et les FAC. Mon frère jumeau sert également dans la MRC. Avec tout cela autour de moi, j'ai toujours considéré le concept de service comme

simple : faire quelque chose de concret pour les autres.

En dehors du travail, de nombreuses activités me permettent de garder les pieds sur terre. Je joue au basket et j'adore tirer au panier depuis l'âge de six ans. Mon amour pour ce sport ne s'estompera probablement jamais et me permet de rester actif. Je collectionne également les cartes Magique: The Gathering, une activité que j'ai commencée à l'adolescence. Il existe une camaraderie particulière entre les joueurs que j'apprécie beaucoup.

C'est spécial de penser que je suis moi-même devenu un visage familier pour les lecteurs de la région qui reçoivent leur exemplaire du Lookout. Mon père s'occupait de cette tournée, puis nous l'avons finalement faite ensemble. J'ai pris la relève. Il est décédé depuis, et aujourd'hui, la continuité de tout cela a une signification particulière. Chaque trajet, chaque exemplaire et chaque lecteur perpétuent cet héritage.

*« Le service a toujours été très présent dans ma famille. »*

### ANECDOTES

**Q : Quelle anecdote amusante personne ne connaît à votre sujet ?**

J'ai remporté des prix de mathématiques à Waterloo. Et je suis doué pour les tours de cartes !

**Q : Quel est votre livre préféré ?**

R : En fait, je suis plutôt amateur de bandes dessinées... Spiderman.



Photo de Cameron fournie  
Carte Magic : The Gathering. Photo : Wikimedia Commons  
Journaux provenant de Getty Images / iStock Photo : Makhbubakhon Ismatova



# Canadien Capacité Capacité en 2026 et au-delà :

## L'avenir de la MRC avec le Armstrong

**Archana Cini**  
Journal Lookout

La Marine Royale Canadienne (MRC) se trouve actuellement au seuil d'une décennie de transformation et, selon le Contre-amiral Jason Armstrong, directeur général du développement des forces de la Marine, les années à venir promettent certaines des modernisations de capacités les plus substantielles depuis des décennies.

« Nous venons de recevoir la livraison de la classe Harry DeWolf », a déclaré le Cam Armstrong, faisant référence à la nouvelle flotte de six Navires de patrouille extracôtiers et de l'Arctique (NPEA) qui aident la MRC à opérer dans des régions autrefois inaccessibles. Le Contre-amiral Armstrong a qualifié cette classe de « capacité phénoménale », soulignant ses déploiements réussis dans l'Arctique, dans l'Indo-Pacifique et dans les Caraïbes, où la flotte continue de démontrer sa polyvalence internationale. Il est à noter que les NPEA se sont également déployés plus au nord que tout autre navire de la MRC dans l'histoire canadienne.

Avec le plus long littoral au monde, la capacité de surveillance sous-marine du Canada est au cœur des préoccupations du leadership de la MRC. « De nombreuses nouvelles constructions passionnantes arrivent pour nos marins », a partagé le Cam Armstrong. « Le Projet de sous-marins patrouilleurs canadiens (PSPC) est très cher à mon cœur. »

Le PSPC verra jusqu'à 12 nouveaux sous-marins rejoindre la MRC au cours de la prochaine décennie, chaque sous-marin étant doté des capacités nécessaires pour détecter, suivre, dissuader et, si nécessaire, vaincre efficacement les adversaires dans les trois océans du Canada. « Je suis très optimiste quant à la direction que nous prenons collectivement », a déclaré le Contre-amiral. « Des projets d'infrastructure sont également en cours pour améliorer la qualité de vie de nos marins, et un travail novateur est réalisé en ce qui concerne les drones et

les systèmes non habités. C'est une période passionnante. »

En ce qui concerne la résolution et le comblement des lacunes en matière de capacités navales au cours des cinq prochaines années, le Cam Armstrong a partagé des informations concernant à la fois l'intelligence artificielle et l'espace extra-atmosphérique. « Nous étudions l'intelligence artificielle et la manière dont elle va permettre de mener des opérations de combat au sein d'une marine plus efficace. Il ne s'agit pas seulement de rédiger des rapports il s'agit désormais de permettre aux marins de faire les choses plus rapidement et mieux. » Le Cam Armstrong a également noté que les équipes de la Défense à Ottawa et sur les deux côtes cherchent à tirer parti des technologies en tandem avec l'espace extra-atmosphérique pour mieux protéger les actifs canadiens. « Certains de nos jeunes marins en savent vraiment plus que moi », a déclaré le Cam Armstrong avec un sourire. « Nous comptons sur un grand nombre d'entre eux pour être innovants et nous allons vraiment de l'avant. »

Lorsqu'on lui a demandé ce que le leadership signifiait pour lui, le Cam Armstrong a marqué une pause avant de partager ses réflexions. « Pour moi, le leadership consiste à montrer l'exemple de la bonne façon de faire les choses. Il faut permettre aux gens de réussir, les soutenir et, lorsque des erreurs se produisent, assumer la responsabilité. Il fait partie de mon travail en tant que directeur général du développement des forces de la Marine de contribuer à rendre ce succès possible. Nous avons des marins et des officiers phénoménaux dans notre marine. Ils sont vraiment notre avenir, nous devons donc les encadrer et les guider efficacement vers celui-ci. »

Avec une nouvelle décennie de croissance qui se dessine à chaque nouvelle coque posée et technologie testée, le Canada continue de bâtir plus qu'une flotte, il construit également un avenir naval centré sur le marin, qui mérite d'être défendu.

Le NCSM Vancouver effectue des manœuvres d'officier de quart avec le NCSM Ottawa et le navire à moteur Asterix pendant la traversée de l'océan Pacifique. Photo : Aviateur (Avr) Gregory Cole, Forces armées canadiennes

# l', Les ailes de l'émerveillement :

## les aiglons apprennent à voler à la BFC Esquimalt

**Marc Bibeau**  
UPF(Pacifique)

Les membres de l'Unité de plongée de la flotte (Pacifique) ont eu la chance d'assister à un spectacle naturel remarquable juste à côté de leur lieu de travail au cours de la dernière saison. Un couple de pygargues à tête blanche, nichant tranquillement près de l'unité, a fait l'objet d'un projet photographique de plusieurs mois qui a permis de capturer la croissance de deux aiglons, depuis leur éclosion jusqu'à leur premier vol.

Découverts pour la première fois à la fin du mois de mai, les aigles ont été observés peu après leur éclosion. Au fil des semaines, ils ont commencé à se transformer, passant de fragiles oisillons couverts de duvet à de jeunes oiseaux confiants, prêts à voler.

« Les voir grandir était extraordinaire », a déclaré le Premier maître de 2e classe (Pm 2) Marc Bibeau, coordinateur de la formation. « À chaque visite, on voyait à quel point ils s'adaptent rapidement et devenaient plus forts. » Le Pm2 Bibeau a également photographié les aigles tout au long de la saison.

En juin, la personnalité des aiglons avait commencé à se dessiner : l'un était aventureux et agité, l'autre relativement patient et observateur. Pour les photographier, il fallait se lever tôt le matin, attendre de longues heures et les observer attentivement.

« Cela m'a rappelé que la nature suit son propre rythme », a déclaré le Pm2 Bibeau. « Cela m'a appris la patience et le respect du processus. » La vie dans la

nature comportait également des défis. Le nid, perché haut dans un pin, était parfois le théâtre d'escarmouches aériennes avec un balbuzard pêcheur voisin qui défendait son territoire de chasse. Ces brèves rencontres ont donné un aperçu de l'équilibre entre coexistence et compétition qui caractérise depuis longtemps une grande partie du monde naturel.

À la fin de l'été, la transformation des aiglons était bien avancée, leur duvet gris clair ayant été remplacé par des plumes brunes lisses. Les oiseaux testaient désormais leurs ailes dans la brise.

« Les voir apprendre à voler était inspirant. Ces premiers battements d'ailes hésitants témoignaient à la fois de leur détermination et de leur courage. » À la mi-août, les deux jeunes aigles avaient enfin pris leur envol, quittant le nid qui les avait abrités pendant tant de mois. Après avoir suivi leurs mouvements et leur croissance tout au long de la saison, le Pm2 Bibeau a admis que leur dernier vol était doux-amé. « Ce fut un moment fort, qui m'a rappelé que grandir signifie apprendre à lâcher prise », a-t-il déclaré.

Pour le Pm2 Bibeau, cette expérience est devenue plus qu'un simple projet photographique personnel. Elle a également été l'occasion d'une réflexion poignante sur la résilience, la liberté et les merveilles simples que l'on trouve dans la nature. « Ces aiglons m'ont rappelé que même dans notre quotidien, la beauté est partout autour de nous », a-t-il déclaré. « Il suffit de prendre le temps de la regarder. »

Les deux aiglons photographiés pendant leur saison de croissance. Photo : Premier maître de 2e classe (CPO2) Marc Bibeau



**“Things just clicked. I’ve never been happier.”**

Justin, UAV Operator to Construction Labourer



Registration is  
easy & it's free



Funded in part by the Government of Canada's Canadian Apprenticeship Strategy

Financé en partie par le gouvernement du Canada par le biais de la Stratégie canadienne en matière d'apprentissage

Canada

## DÉCLARATION DU CONTRE-AMIRAL David Patchell, COMMANDANT DES FORCES MARITIMES DU PACIFIQUE/ FORCE OPÉRATIONNELLE INTERARMÉES PACIFIQUE

Le décembre 8, 2025, à 14 h 43 p.m. le Centre conjoint de coordination des opérations de sauvetage (CCCOS) Victoria a été alerté d'une personne à la mer. Un de nos membres de la marine royale canadienne avaient tombé d'une embarcation pneumatique à coque rigide environ 0,5 milles à l'est de Bentinck, près de Albert Head en Colombie Britannique. À ce moment-là, le semi-rigide revenait de l'exécution de tâches de sentinelle au large du champ de tir de l'île Bentinck.

En réponse, le CCCOS a mobilisé de multiples ressources de recherche et sauvetage, incluant un hélicoptère CH-148 Cyclone, un hélicoptère CH-149, un avion CC-295 Kingfisher, un hélicoptère MH-65 Dolphin de la Garde côtière des États-Unis, de multiples navires de la Garde côtière canadienne, des patrouilleurs de classe Orca de la MRC, et le Navire canadien de Sa Majesté Regina. Malgré des conditions difficiles (vents forts, grandes houles et obscurité), le membre a été localisé à 17 h 00, heure locale, faisant des signaux alors que les sauveteurs approchaient. Il a ensuite été récupéré par le navire Pacific Guardian de l'Administration de pilotage du Pacifique et transféré aux Services de santé d'urgence locaux.

« Grâce à la coordination rapide et au professionnalisme inébranlable de toutes les agences impliquées, une vie a été sauvée aujourd'hui. Cet incident nous rappelle de manière percutante le dévouement et la préparation de nos partenaires de recherche et sauvetage, ainsi que la force dont nous faisons preuve lorsque nous intervenons ensemble. Nous sommes profondément reconnaissants des efforts inlassables de tous ceux qui ont participé à cette opération. Au nom de l'unités des Forces maritimes du Pacifique et de la Force opérationnelle interarmées du Pacifique, nous exprimons notre sincère gratitude à tous ceux qui ont contribué à ramener notre membre en toute sécurité. »

Contre-amiral David Patchell Commandant,  
Forces maritimes du Pacifique et Force opérationnelle interarmées du Pacifique



*« Nous exprimons notre sincère gratitude à tous ceux qui ont contribué à ramener notre membre en toute sécurité. »*

Contre-amiral David Patchell

## 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**



**GRAND OPENING**  
DECEMBER 19 10:00 AM

We support  
veterans from  
all branches of  
the Canadian  
Armed Forces  
and Reserves,  
as well as first  
responders.

**DONATE TODAY**  
and make  
an impact!





# Joyeuses Fêtes

de la part du journal *Lookout* et des services créatifs

Alors que notre équipe termine une autre année riche en événements au service de ceux qui servent sur la côte ouest, nous tenons à vous remercier chaleureusement, vous, nos lecteurs, nos supporters et notre communauté. Votre engagement, votre curiosité et votre loyauté sont ce qui fait battre le cœur du Lookout tout au long de l'année. Que vous ayez acheté un journal, cliqué sur un article, partagé une publication ou nous ayez contactés pour nous faire part d'un mot gentil ou d'une idée d'article, vous avez joué un rôle essentiel dans notre année.

Nous espérons que cette période des fêtes vous permettra de ralentir le rythme, de renouer avec vos proches, de vous reposer et de créer des souvenirs inoubliables. Cette année a été riche en récits et en récompenses, et nous vous sommes reconnaissants de nous avoir accompagnés à chaque étape.

Et ce n'est pas fini ! Notre équipe a des projets passionnants et de nouvelles fonctionnalités en perspective alors que nous entrons dans une nouvelle année riche en récits de la communauté de la Défense.

De la part de toute l'équipe du journal Lookout et des services créatifs : merci, joyeuses fêtes et rendez-vous en 2026 !

**the** **LOOKOUT**   
NEWSPAPER & PUBLISHING

Photo et illustration Getty Images / iStock Photo - Photo : poliki

## The Kia Niro EV



**KIA**  
Movement that inspires

**Kia Victoria**



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



(250) 360-1111  
2620 Government Street  
[www.kiavictoria.ca](http://www.kiavictoria.ca)  
[sales@kiavictoria.ca](mailto:sales@kiavictoria.ca)

@kiavictoriabc   

**Kia Victoria**



## Les Rangers juniors canadiens acquièrent des compétences et de la confiance lors de la SISNL 2025

**Cplc Jason Shafto**  
4CRPG

Du 28 juillet au 8 août, les Rangers juniors canadiens (RJC) des cinq groupes de patrouille des Rangers canadiens ont participé à la session nationale de formation avancée des leaders (SISNL) 2025, un événement annuel organisé par le 4e groupe de patrouille des Rangers canadiens (4GPRC).

La SISNL est un programme de 12 jours conçu pour renforcer la confiance, les compétences en leadership et les aptitudes pratiques des RJC. Pour lancer la SISNL 2025, environ 40 RJC (accompagnés de Rangers canadiens, d'instructeurs des Rangers juniors canadiens (RJC) et de dirigeants des Rangers canadiens) se sont rendus au centre de formation des cadets NCSM Quadra à Comox, en Colombie-Britannique. Là, la lieutenant-colonel honoraire (Lcol hon.) Adele Donaldson du 4GPRC a prononcé une allocution lors de la cérémonie d'ouverture. Les RJC ont ensuite été affectés à leurs sections respectives, et la formation a commencé.

La formation a débuté par des exercices fondamentaux de con-

solidation d'équipe et des ateliers sur le leadership qui mettaient l'accent sur le mentorat et la sécurité. Les RJC ont également collaboré avec les dirigeants du programme des cadets de la marine afin de partager des idées et d'explorer les concepts et la théorie du leadership.

Après deux jours de consolidation d'équipe et de collaboration avec les cadets de la marine, les RJC se sont rendus au Strathcona Park Lodge, à l'ouest de Campbell River, en C.-B., pour mettre en pratique leurs compétences dans le cadre d'expéditions avancées comprenant de la randonnée, du canoë et de l'escalade. Une fois arrivés, le personnel du lodge a formé les RJC aux activités de plein air qu'ils avaient choisies. Après une journée de formation, les RJC, guidés par le personnel du SPL et soutenus par les Rangers canadiens et les RJC, se sont lancés dans une aventure de quatre jours. À leur retour, une cérémonie a été organisée pour récompenser les membres de l'équipe qui ont apporté une contribution significative.

Le groupe s'est ensuite rendu de Duke Point, près de Nanaimo, en Colombie-Britannique, à Vancouver, où il a pris en charge, planifié et dirigé des activités en utilisant un budget quotidien pour

la nourriture et les activités. Chaque section a pris des décisions en groupe, les RJC et les Rangers canadiens servant de chaperons. Les activités comprenaient des visites à l'aquarium de Vancouver, au parc Stanley et à Playland. Après leur séjour à Vancouver, les RJC ont réfléchi à leurs expériences de leadership et se sont préparés pour la conclusion du programme.

Le SISNL 2025 s'est terminé par une cérémonie de clôture qui s'est tenue au Colonel (Col) Sherman Armoury à Richmond, en Colombie-Britannique. Le brigadier-général Paul Ursich, commandant adjoint de la 3e Division canadienne, et le lieutenant-colonel Vincent Couturier, commandant du 4GPRC, ont assisté à l'événement. Cinq RJC, représentant chacun un groupe de patrouille des Rangers canadiens, ont reçu la Médaille du mérite des anciens combattants de l'Armée, de la Marine et de l'Armée de l'air du Canada en reconnaissance de leurs performances exceptionnelles pendant le programme.

Félicitations à tous les RJC qui ont participé au SISNL 2025 !



Un groupe de randonneurs composé de Rangers juniors canadiens (RJC) pose pour une photo de groupe au Strathcona Park Lodge. Photo : Caporal-chef (Cplc) Jason Shafto

# Rencontre avec Matelot de 1re classe Yaretsky, qui sert à la fois en uniforme et en civil



Rencontrez le équipe de défense comme jamais auparavant. Notre nouvelle série met en lumière les métiers et talents qui qui BFC Esquimalt avec un plus personnalisé regard sur les nombreux marins, techniciens, et spécialistes qui façonnent l'industrie pacifique présence .

## Brittany Wiseman FMAR(P)

Le Matelot de 1re classe Daniel Yaretsky a grandi à Cranbrook, en Colombie-Britannique, entouré par la beauté des montagnes Rocheuses. Son enfance a été remplie d'aventures en plein air, randonnée, ski et temps passé sur les lacs un environnement qu'il décrit comme un endroit incroyable pour grandir.

Après ses études secondaires, le Mat1 Yaretsky a déménagé à Lethbridge, en Alberta, où il a poursuivi et obtenu deux baccalauréats de premier cycle en musique et en éducation, avec des majeures en musique et en éducation de plein air. Après avoir obtenu son diplôme, le Mat1 Yaretsky a consacré cinq ans à l'enseignement, partageant sa passion d'apprendre avec les élèves.

Tout en enseignant en Alberta, le Mat1 Yaretsky a rejoint la Réserve Navale à bord du NCSM Tecumseh. Il s'est enrôlé en tant

que manœuvrier, un métier qu'il a fièrement qualifié de « le plus cool de la Marine royale canadienne ». Le rôle, a-t-il expliqué, est dynamique et pratique, impliquant tout, de la conduite de petites embarcations et la manipulation des câbles, à la gestion du fret, à la supervision de l'équipement de sauvetage, à l'organisation d'événements protocolaires et au travail avec les armes légères. Le Mat1 Yaretsky a également expérimenté des aspects de ce métier lorsqu'il a été déployé à bord du NCSM Vancouver lors des OP HORIZON et NEON en 2023. Pour le Mat1 Yaretsky, la variété des tâches et la responsabilité de son rôle rendent chaque jour unique et gratifiant.

En plus de son service naval, le Mat1 Yaretsky travaille comme répartiteur 911 au Centre de communications d'urgence de l'île de Vancouver, une carrière qui complète son rôle militaire. Le Mat1 Yaretsky a la capacité de rester calme sous la pression, de communiquer clairement et de prendre des décisions rapides et éclairées, toutes des compétences qui lui sont utiles à la fois au

téléphone et à bord du navire. Il estime que son travail civil a renforcé sa conscience de la situation, son esprit d'équipe, sa résilience émotionnelle et son souci du détail, car ce sont toutes des qualités essentielles pour le quart, les opérations de sauvetage et l'efficacité à bord avec la RESNAV.

Inversement, son temps au sein de la RESNAV a continué à améliorer sa carrière civile. Le Mat1 Yaretsky a noté que la formation militaire a aiguisé sa discipline, sa concentration et ses capacités de leadership, l'a aidant à prendre des décisions claires lors d'appels très stressants. Cette confiance et cette résilience développées en uniforme continuent de soutenir directement son travail avec les appelants et les premiers intervenants. Le Mat1 Yaretsky croit fermement en la valeur de la RESNAV, notant comment elle a permis à des civils professionnels de servir dans deux mondes : soutenir leurs communautés par leur carrière, tout en servant leur pays en uniforme.

Dans les coulisses de  
l'équipe de la Défense :



Un matelot de 1re classe  
au travail.  
Photos fournies.



## CareerCOACH+

One-on-one coaching and  
digital learning hub for military spouses.

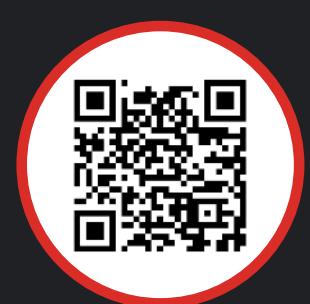
• • •

## CarrièrePRO+

Accompagnement personnalisé et plateforme  
d'apprentissage pour les partenaires des militaires.

**YOUR CAREER MATTERS.**  
Register now!

**VOTRE CARRIÈRE COMpte.**  
Inscrivez-vous dès aujourd'hui!



 [cfmws.ca/careercoach](http://cfmws.ca/careercoach)

 [sbmfc.ca/carrierepro](http://sbmfc.ca/carrierepro)



# Le Symposium sur la Ménopause Apporte Sensibilisation et Soutien à l'Équipe de la Défense



Shirley Weir, fondatrice de Menopause Chicks, prend la parole lors du Symposium sur la ménopause le 21 novembre. Photo : Matelot de 1re classe Brendan McLoughlin

## Kelley Stark

Affaires publiques des FMPAC

Le tout premier Symposium sur la ménopause des Forces maritimes du Pacifique a eu lieu le 21 novembre, marquant une étape vers la promotion de la sensibilisation et du soutien à la santé des femmes sur le lieu de travail.

La ménopause a un impact non seulement sur le bien-être individuel dans la vie, mais aussi sur la dynamique d'équipe, la productivité et la rétention pourtant, elle reste l'une des phases de la vie les moins discutées. En créant un espace d'éducation et de dialogue sur le lieu de travail, les FMPAC ouvrent la voie pour briser les stigmates et promouvoir l'inclusivité. L'événement a réuni des participants de divers groupes d'âge et horizons, soulignant que la ménopause continue d'être un sujet qui résonne au-delà du groupe démographique des femmes d'âge moyen.

Le Capitaine de vaisseau Mike Stefanson, Champion de l'Organisation consultative des femmes de la Défense, a ouvert l'événement, rappelant aux auditoires que la santé mentale, physique et spirituelle est essentielle au succès opérationnel. « Si c'est important pour vous, c'est important pour moi et pour l'Amiral », a-t-il déclaré, encourageant les gens à s'appuyer sur l'équipe de l'OCFD en cas de besoin.

La première conférencière, Susannah Stewart, physiothérapeute en santé pelvienne à Victoria, a donné une conférence intitulée Menopause 101. Elle a expliqué que la ménopause peut survenir pour de nombreuses raisons, y compris une intervention chirurgicale ou un traitement médical, et qu'elle affecte également les personnes de diverses identités de genre. Il existe plus de 130 symptômes associés à

la ménopause, notamment les bouffées de chaleur, le brouillard cérébral et l'anxiété. Elle a également partagé que les bouffées de chaleur pourraient signaler des risques de maladies cardiaques ou de démence. Mme Stewart a souligné la valeur de la physiothérapie pelvienne et a abordé la thérapie hormonale.

Ensuite, Shirley Weir, défenseure de la santé des femmes et fondatrice de Menopause Chicks, a parlé de l'évolution des attitudes. Elle a noté que de nombreuses femmes se sentent encore ignorées lorsqu'elles consultent des médecins. Son conseil : défendez-vous, posez des questions, faites vérifier votre thyroïde chaque année et croyez aux expériences des femmes.

Serena Peck, kinésiologue agréée et fondatrice de Serene Motion, s'est concentrée sur l'exercice. Elle a expliqué la différence entre l'activité physique et l'exercice, et pourquoi les deux sont importants pour la santé du cœur, des muscles et des os, en disant avec un peu d'humour : « rester assis est le nouveau fumer ». Son conseil pour soulever des poids : commencez doucement, puis augmentez le poids et l'intensité au fil du temps.

La dernière conférencière du symposium, la Dre Shana Johnston, médecin de famille et défenseure de la santé holistique, a exploré la santé émotionnelle. Elle a exhorté tout le monde à accepter ses émotions et que les sentiments sont de l'énergie en mouvement. Elle a encouragé les gens à repenser les « il faudrait » de leur vie et à commencer à envisager également les avantages de dire « non ».

Enfin, la journée s'est terminée par les remarques de clôture du Contre-amiral David Patchell, qui a déclaré : « La ménopause est un sujet de santé important qui touche de nombreuses personnes dans notre communauté de la Défense. En donnant la priorité à la santé, nous renforçons non seulement le bien-être individuel, mais aussi

l'efficacité opérationnelle des Forces armées canadiennes. »

Suite aux commentaires positifs après l'événement, les coprésidentes de l'OCFD, Vanessa Nicholson et l'Adjudant-maître Samantha Crowe, prévoient d'offrir un symposium de nature similaire à l'avenir.

Comment rejoindre l'OCFD : Au niveau des politiques et des programmes, l'OCFD aide à identifier les obstacles systémiques à l'emploi, fournit des perspectives uniques pour affecter le changement et conseille directement les dirigeants locaux et nationaux sur les problèmes qui nuisent à leurs communautés. L'importance de l'OCFD est qu'elle soulève des préoccupations au sein de l'organisation pour que la haute direction les examine et y donne suite. Ces préoccupations peuvent aller de problèmes uniques affectant notre base à des problèmes de niveau national, y compris des politiques ou des programmes qui ne sont pas avantageux pour la communauté qu'elle représente.

Tous les membres des FAC et les employés de la fonction publique du MDN, quelle que soit leur appartenance ethnique, leur genre, leur orientation, leur handicap, leur âge ou leur origine, sont invités à se joindre à l'OCFD. Si vous êtes intéressé à vous joindre, veuillez contacter : l'Organisation consultative des femmes de la Défense +DWAO-MARPAC@MARPAC HQ@Esquimalt



**CANEX**  
A division of CFMWS  
Une division des SBMFC

**CANADA'S MILITARY STORE**

**CANEX.CA**

1343 Woodway Rd., Esquimalt    250.388.6428

YOUR TRUSTED SOURCE FOR REAL ESTATE

**NANCY VIEIRA**  
Personal Real Estate Corporation  
250-514-4750  
info@nancyvieira.com  
[WWW.NANCYVIEIRA.COM](http://WWW.NANCYVIEIRA.COM)

MLS® SILVER AWARD 2024  
20 YEAR Standing Achievement Award 2024

SCAN ME!

**PEMBERTON HOLMES REAL ESTATE**

**MUSIC BINGO**  
WEDNESDAYS 7:30

**PUB TRIVIA**  
THURSDAYS 7:30

**HAPPY HOUR**  
EVERY DAY 3:50-3:30

**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

## Patinage et Natation avec le Père Noël de retour pour le plaisir de la communauté de la Défense locale

La joie des fêtes a rempli l'Aréna Wurtele et le Centre sportif Naden le 6 décembre alors que les familles de la communauté de la Défense se rassemblaient pour le Patinage et la Natation avec le Père Noël des Jolly Days de cette année, une célébration communautaire gratuite organisée par les PSP et commanditée par Seaspan Victoria Shipyards. L'événement a invité les familles à glisser, à s'éclabousser et à rencontrer le Père Noël lors d'un après-midi de décembre rempli de joie.

Les foules sont arrivées avec l'esprit des fêtes pour un programme double : une séance de patinage de 12 h 30 à 14 h 30, suivie d'une séance de natation de 15 h à 17 h.

Pour de nombreux jeunes participants, patiner avec le Père Noël a été le moment fort de la saison. Kristiauna Shale, trois ans, qui a appris à patiner en octobre, était ravie de se joindre au Père Noël. Sa mère, Morgan Shale, a partagé que la première chose que Kristiauna a dite lorsqu'elle a appris était : « Maintenant, je peux patiner avec le Père Noël ! »

Merci aux commanditaires de l'événement, Seaspan et Domino's Pizza. Merci au Régime d'assurance-revenu militaire (RARM) et à Canex pour leur soutien à l'événement. Et merci à tous les bénévoles, au personnel et au Père Noël pour avoir rendu possible cet événement tant aimé.



Andrew, Morgan, Kristiauna et Olivia Shale prennent une photo avec le Père Noël lors de l'événement Patinage et Natation avec le Père Noël le 6 décembre. Photo fournie.

## ANNONCES CLASSÉES

### À LOUER

**2 chambres, 1 salle de bain**, près de l'entrée de la BFC sur l'avenue Grenville. Suite de jardin de 1 000 pieds carrés au niveau inférieur d'une maison. Disponible le 1<sup>er</sup> décembre, 2 300 \$ / mois. Durée du bail : de mois en mois ou à l'année. Non-fumeur, pas d'animaux. Non meublé. Services publics inclus : Hydro et eau chaude. Laveuse et sécheuse, une place de stationnement dans la rue. Caractéristiques : beaucoup de fenêtres avec vue sur le jardin. Grand salon, beaucoup de rangement. Entrée privée et coin salon extérieur donnant sur le jardin et la terrasse pour le barbecue. Facile d'accès à pied aux commodités. Transport en commun à proximité. Veuillez envoyer un message pour organiser une visite au 250-888-3383.

### À VENDRE :

**Maison mobile** à vendre dans le parc de maisons mobiles Twin Oaks, 32-1498, chemin Admirals. Maison de 2 chambres/1 salle de bain avec une annexe qui pourrait être une 3<sup>e</sup> chambre ou un bureau/salon. Nouvelle peinture, nouvelles fenêtres, pompe à chaleur

Lennox et électroménagers. Cuisine et salle de bain rénovées. Aménagé avec irrigation, cour arrière entièrement clôturée avec terrasse et spa. Un atelier/studio électrifié de 20x16. Près 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, pantalon et gilet pour hommes. Galon doré en bon état selon Mia la couturière de la base. Pour la veste de mess, la largeur des épaules est d'environ 17 pouces. De l'épaule au poignet est de 25 pouces, 18,5 pouces de l'aisselle à l'extrémité de la manche, 22,5 pouces du dos du cou au bas du gilet. La taille du pantalon semble être de 34 pouces, 41 pouces de long pour la couture extérieure, 29,5 pour l'entrejambe du pantalon. Prix demandé : 500 \$. Contact : 250-415-5812

**TENUE DE MESS POUR FEMME** - 100 \$ Tenue de mess pour femme bleu foncé. Mesures - Jupe : taille 27 pouces, hanche 38 pouces, longueur 39 pouces. Veste : longueur 21 pouces, largeur des épaules 15 pouces. Chemisier taille

12. Prix demandé : 100 \$. Texter au 250-886-2361 si intéressée.

### CLUBS LOCAUX

Victoria Youth Paddling Club (VYPC) Nous proposons des programmes ainsi que des camps d'été pour que les jeunes apprennent les techniques de pagaille, essaient différents types d'embarcations et s'amusent en se dépassant. Contactez Marianne à commodore@vypc.ca ou au (250) 744-8543

### BÉNÉVOLAT

**GRANDS FRÈRES GRANDES SŒURS** de Victoria Services gratuits de collecte de vêtements. Protéger l'environnement et soutenir les enfants locaux depuis plus de 20 ans ! Réduisez, réutilisez, faites le bien. Station de dépôt en voiture ouverte 7 jours sur 7, de 10 h à 18 h au 230, rue Bay. Visitez [bbbsvictoria.com](http://bbbsvictoria.com)

**FAITES UNE DIFFÉRENCE** Devenez une(e) Amitié du Réseau. Vous seriez jumelé(e) selon des intérêts communs pour établir une amitié à long terme avec une personne ayant un handicap ou un problème de santé mentale. Contact : volunteer@lnv.ca Pour en savoir plus, visitez [lifenetworks.org](http://lifenetworks.org)

**DES FOYERS D'ACCUEIL SONT NÉCESSAIRES** - Les gens choisissent de devenir familles d'accueil pour de nombreuses raisons, mais tous partagent l'amour des enfants et le désir d'aider ceux qui en ont besoin sans attendre quelque chose en retour. Visitez [www.fosterhope.ca](http://www.fosterhope.ca)

**Les AMIS du Musée de l'Arsenal Ashton** sont une société à but non lucratif composée de bénévoles passionnés par l'histoire militaire. Nous recherchons des bénévoles. Si vous souhaitez aider, veuillez contacter Chris Preston, au (250) 479-7834, ou [prestoncm@shaw.ca](mailto:prestoncm@shaw.ca).

**La Fondation des Programmes WITS** est à la recherche d'un bénévole qui parle couramment le français et qui a une formation en éducation élémentaire pour éditer et réviser les traductions françaises des documents. Veuillez nous contacter à [info@witsprogram.ca](mailto:info@witsprogram.ca) pour plus d'informations !

**HABITAT POUR L'HUMANITÉ ET LE RESTORE** sont à la recherche de bénévoles pour aider avec le service à la clientèle, l'entreposé et comme assistants-chauffeurs. Nous recherchons également des ambassadeurs pour des événements spéciaux. Veuillez contacter Nancy à [nancy@habitatvictoria.com](mailto:nancy@habitatvictoria.com) ou au 250-480-7688, poste 105.

**the LOOKOUT**  
NEWSPAPER & PUBLISHING

Besoin de louer, acheter, vendre ou annoncer quelque chose ? Soumettez-le en ligne et vous serez dans le journal et sur notre site Web !

[lookoutnewspaper.com/classifieds](http://lookoutnewspaper.com/classifieds)

## TRACKSIDE AUTO SERVICES LTD.

A FULL SERVICE AUTO REPAIR FACILITY

WHERE DEPENDABILITY AND TRUST ARE A PRIORITY.

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



ASK ABOUT BG PROTECTION PLAN FOR UNDER 80,000KM



BBB

WALKER HANKOOK Castrol

84 Fairview Rd. • 250-383-5509 • [tracksideautoservice.ca](http://tracksideautoservice.ca)

### CONDO FOR SALE

MLS#1018840

309-3277 Glasgow Ave.

1 Bedroom / 1 Bathroom

OPEN HOUSE info online

[www.shellyreed.com](http://www.shellyreed.com)

\$350,000



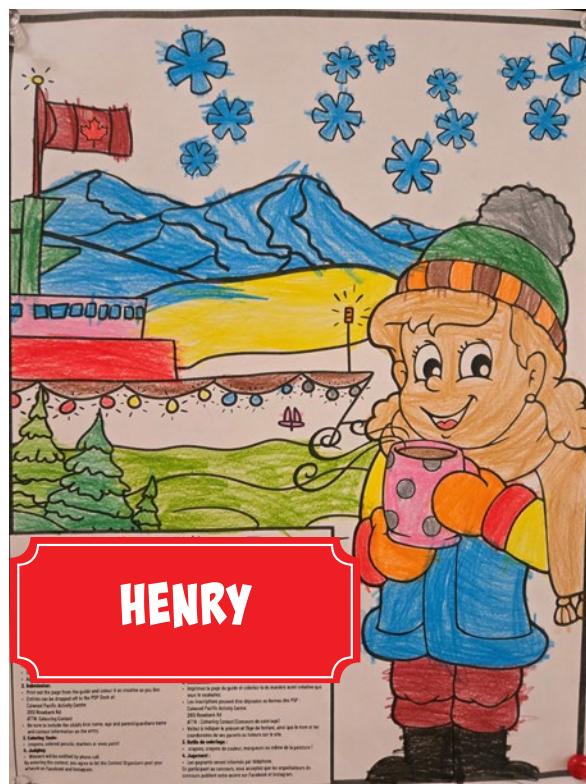
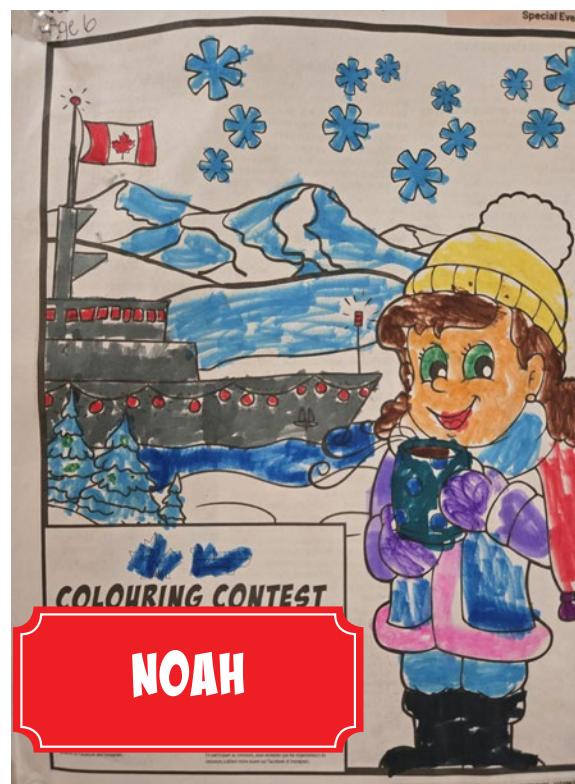
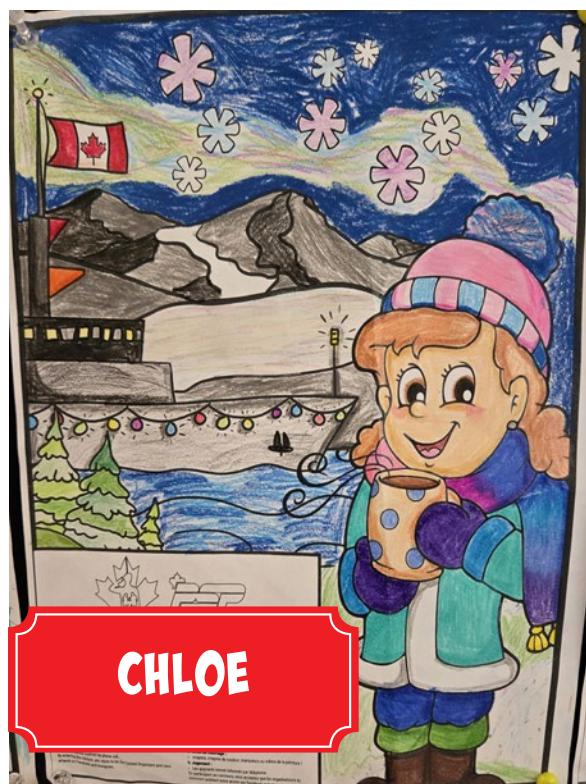
**Shelly Reed & Brian Niles**  
Synergy Realty Group brokered by eXp Realty  
Direct 250-213-7444

**exp**  
REALTY  
301-3450 Uptown Blvd.  
Victoria

**Ooh La La**  
• CUPCAKES + CAKES •

OohLaLaCupcakes.ca  
250 385-0707

SCAN HERE



**Félicitations aux gagnants du Concours de Coloriage des Programmes de soutien du personnel (PSP) : Henry (4 ans), Noah (6 ans), Sarah (8 ans), Chloe (10 ans) et la gagnante « coup de cœur » Scarlette !**

**Merci à tous ceux qui ont participé au concours de coloriage.**



## ANDY MCGHEE

PERSONAL REAL ESTATE CORPORATION

HELPING MILITARY FAMILIES RELOCATE WITH CONFIDENCE.



My Story

778.678.8290

VICTORIAHOMESELLERS.COM



**COMMITTED TO THE CRAFT**  
BROWNS CRAFTHOUSE

**EAT**

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

**BROWNS CRAFTHOUSE® KITCHEN BAR**

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

**OPEN 11AM DAILY**

**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

**GAGNANTS DU CONCOURS DE COLORIAGE !**

# 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.



ACCREDITATION CANADA  
AGRÉMENT CANADA

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



**Sunshine Coast  
Health Centre**

SCHC.CA  
1.866.487.9010

**Georgia Strait | WOMENS  
CLINIC**

GSWC.CA  
1.866.487.9040

