

VOLUME 71, NUMÉRO 10 | 19 MAI 2026  
ACTUALITÉS SUR LE MORAL ET LE BIEN-ÊTRE | BFC ESQUIMALT, VICTORIA, C.-B.

the **LOOKOUT**   
NEWSPAPER & PUBLISHING

**COS?**  
Let's get your home  
**SOLD!**

Chris  
**Esbati**

**REMAX**  
CAMOSUN

250.744.3301 victoriaforsale.ca



« La paix.  
n'a pas  
venu  
...facilement »

*La bataille de l'Atlantique,  
article en page 3*

Un membre de la Marine royale canadienne se tient debout lors de la cérémonie de la bataille de l'Atlantique à Victoria, le 3 mai. Photo : matc Bryan Underwood, unité d'imagerie des FMAR(P)

NOUVELLES SUR LE MORAL ET LE BIEN-ÊTRE  
BFC ESQUIMALT, VICTORIA, C.-B.  
Une division des Programmes de soutien du personnel

Le journal The Lookout et ses services d'édition fournissent des informations sur le moral et le bien-être à la BFC Esquimalt, aux Forces maritimes du Pacifique, et est diffusé à l'échelle nationale toutes les deux semaines en ligne sur lookoutnewspaper.com, avec des mises à jour sur les réseaux sociaux via Facebook, Instagram et LinkedIn.

N'hésitez pas à nous contacter, nous serions ravis de recevoir vos commentaires et vos suggestions d'articles !

Publié un lundi sur deux, sous l'autorité du capitaine (Marine) K. Whiteside, commandant de la base, BFC Esquimalt.

Le rédacteur en chef se réserve le droit de modifier, d'abrégé ou de refuser tout article ou publicité afin de se conformer à la politique énoncée dans le manuel des politiques du PSP. Les points de vue et opinions exprimés ne reflètent 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

Leslie Eaton

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

Lindsay Groves

Lindsay.Groves@forces.gc.ca

### CONSEILLERS ÉDITORIAUX

Lt(N) Wilson Ho

250-363-4006

Rodney Venis

250-363-7060

### LIENS RAPIDES VERS THE LOOKOUT :

[THE LOOKOUT ONLINE](#)

[PETITES ANNONCES](#)

[L'HÉRITAGE DU LOOKOUT](#)

[GUIDE DES ACTIVITÉS MARPAC](#)

Portée numérique : plus de 10 000 membres de la communauté de la Défense

Rejoignez la communauté et suivez-nous

pour en savoir plus :

Facebook : @LookoutNewspaperNavyNews

Instagram : @lookoutnewspaper

LinkedIn : Lookout Newspaper

lookoutnewspaper.com



# SPORTS COIN

Une joueuse de l'équipe de volleyball des Tritons de la BFC Esquimalt s'apprête à frapper le ballon lors du championnat national de volleyball féminin des FAC qui s'est tenu en avril.  
Photo : Cpl Randy Bross, Images de la CAF



## De grandes victoires, de superbes actions et un esprit d'équipe encore plus fort.

Voici un aperçu de certaines des équipes et athlètes de la Base des Forces canadiennes (BFC) d'Esquimalt qui ont fait parler d'eux en avril.

- Bravo Zulu à toutes les équipes et à tous les athlètes des Tritons qui ont représenté la BFC Esquimalt lors des championnats nationaux annuels des Forces armées canadiennes (FAC) en avril.
  - » L'équipe masculine de volleyball a remporté la médaille d'argent en terminant deuxième
  - » L'équipe féminine de volleyball et l'équipe masculine de basketball ont terminé quatrièmes
- Dix-sept athlètes de la BFC Esquimalt représenteront l'ouest du Canada lors des prochains championnats nationaux de course à pied des FAC
- Le stage de golf féminin des FAC ainsi que les éliminatoires de golf ont débuté en mai



L'équipe de volleyball des Tritons de la BFC Esquimalt pose pour une photo lors du Championnat national de volleyball masculin des FAC qui s'est tenu en avril. Photo : S1 Filip Opacic, Images des

# « La paix n'a pas été facile à obtenir »

## En souvenir de la bataille de l'Atlantique

Un convoi pendant la bataille de l'Atlantique en 1942. Photo : archives de Lookout

Archana Cini

Journal Lookout  
Contributions de l'Association navale du Canada

Sous un ciel dégagé, devant le Parlement de la Colombie-Britannique (C.-B.), les membres de l'équipe de la Défense, leurs familles, des anciens combattants et des civils se sont rassemblés pour la cérémonie de commémoration de la bataille de l'Atlantique.

Organisée chaque année le premier dimanche de mai, la cérémonie rendait hommage aux milliers de Canadiens qui ont servi pendant la plus longue campagne ininterrompue de la Seconde Guerre mondiale — près de six ans de conflit en mer.

Tout au long du conflit, la Marine royale canadienne (MRC) a aidé à escorter des milliers de convois à travers l'Atlantique, protégeant les lignes d'approvisionnement vitales

entre l'Amérique du Nord et l'Europe contre les attaques des sous-marins allemands.

S'adressant aux participants lors de la cérémonie, le contre-amiral David Patchell, commandant des Forces maritimes du Pacifique/Force opérationnelle interarmées du Pacifique (FMAR(P)/FOIP), a évoqué à la fois le sacrifice et la force d'âme dont ont fait preuve les participants à cette campagne.

« La bataille de l'Atlantique fut une campagne qui ne se définit pas par des moments isolés, mais par une endurance sans faille et un courage discret », a déclaré le contre-amiral Patchell. « Elle s'est déroulée sur un océan vaste et impitoyable, loin des regards du public, où le danger était constant et le réconfort rare. »

Aujourd'hui, on attribue à la MRC la destruction de 33 sous-marins et de 42 navires de surface jusqu'à la fin de la guerre, période

durant laquelle plus de 110 000 Canadiens avaient pris part à la campagne. Cependant, le coût de la guerre fut immense. La Marine a perdu 34 navires et plus de 2 000 marins, tandis que l'Aviation royale canadienne (ARC) et la marine marchande ont également subi des pertes importantes.

« Le prix de ce devoir a été lourd », a déclaré le contre-amiral Patchell. « Des milliers de Canadiens de la Marine royale canadienne, de l'Aviation royale canadienne et de la marine marchande ne sont jamais rentrés chez eux... Cette perte est particulièrement poignante car elle nous rappelle que la vigilance est de mise jusqu'au tout dernier moment, et que la paix n'a pas été facile à obtenir, mais qu'elle est le fruit de la persévérance face à l'épuisement. »

La cérémonie a non seulement rendu hommage, mais a également rappelé les valeurs

durables que perpétuent encore aujourd'hui les marins, les aviateurs et les soldats : le devoir, la vigilance et le sens du service avant tout.

« Nous vivons dans un monde de plus en plus incertain, où la stabilité ne va pas de soi et où la paix ne peut être considérée comme acquise », a déclaré le contre-amiral Patchell. « L'histoire nous rappelle que la sécurité maritime n'est pas une question théorique. »

Alors que les couronnes étaient déposées et que la cérémonie touchait à sa fin, la fanfare a continué son chemin sur la rue Government sous les acclamations de la foule. Le message restait clair : nous rendons hommage au passé et à tous ceux qui se sont sacrifiés et continuent de se sacrifier — pour nous.



Des membres de la communauté de la Défense se lèvent lors de la cérémonie annuelle de la bataille de l'Atlantique qui s'est tenue le 3 mai à Victoria. Photo : matc Bryan Underwood, unité d'imagerie des FMAR(P)



## Le yoga sur la pelouse fait son retour pour promouvoir le bien-être au sein de l'équipe de la Défense

Archana Cini

Journal Lookout

Les membres de l'équipe de la Défense ont déroulé leurs tapis sous un ciel ensoleillé le 5 mai pour le retour de « Yoga on the Lawn », une initiative hebdomadaire de bien-être visant à encourager l'activité physique et la pleine conscience tout au long de l'été.

Organisée sur la pelouse du commodore au chantier naval de Sa Majesté, à la Base des Forces canadiennes (BFC) Esquimalt, la première séance de la saison a marqué un excellent début pour le programme en accueillant plus de 20 participants. Ouverte à tous les employés de la base, cette initiative encourage les membres à s'éloigner de leur bureau pendant leur pause déjeuner pour une pause en milieu de journée axée sur la santé et le bien-être. Organisées dans le cadre de la stratégie de santé et de bien-être des Forces maritimes du Pacifique (FMAR(P)), les séances sont animées par l'institutrice Allison Jones, et des tapis et des blocs sont fournis sur place.

Au-delà des bienfaits physiques immédiats des étirements et de l'activité physique en plein air, des initiatives comme « Yoga on the Lawn » favorisent également une culture plus large du bien-être et de la préparation opérationnelle au sein de l'équipe de la Défense. Le yoga favorise la santé mentale et le bien-être physique général, des éléments essentiels au maintien de la préparation opérationnelle dans les milieux de travail militaires et civils au rythme soutenu. Le cadre détendu en plein air permet également aux participants de différentes unités et services de créer des liens, ce qui contribue à renforcer l'esprit de communauté et le moral sur l'ensemble de la base.

À mesure que la saison estivale se poursuit, « Yoga on the Lawn » aura lieu de 12 h 05 à 12 h 50 tous les mardis sur la pelouse du Commodore jusqu'à la mi-septembre. Aucune inscription n'est requise.

Les membres de l'équipe de la Défense participent à la première édition 2026 de « Yoga on the Lawn » le 5 mai. Photo : Archana Cini, Lookout Newspaper

Fond d'herbe : Nastco et Lotus : Základní RGB / iStock Photo via Getty Images



**La LOOKOUT**  
JOURNAUX ET ÉDITION

**Du bureau au quai**  
Nous sommes là pour vous aider avec :

- Documents ◊ Affiches ◊ Autocollants
- Signalétique ◊ Certificats ◊ Bannières
- Brochures ◊ Programmes ◊ Cartes de visite
- Cartes de vœux ◊ Badges de motivation et bien plus encore !

# Camion-restaurant Alert!

**JUSQU'À LA FIN MAI  
DU LUNDI AU VENDREDI  
11 H - 17 H**

**GREEK N GO  
DEVANT  
CANEX  
ESQUIMALT**

DÉCOUVREZ  
LE MENU!  
GREEKNGO.CA

# Journée de la robe rouge avec Movement is Medicine

Les membres et les alliés de la communauté autochtone et de l'équipe de défense se sont réunis le 5 mai pour l'événement « Movement is Medicine », en l'honneur de la Journée de la robe rouge — la Journée nationale de sensibilisation aux femmes, filles et personnes 2SLGBTQIA+ autochtones disparues et assassinées (FFPADA2S+).  
Encadré : Lisa deWit en compagnie de Mary Anne Thomas, aînée de la nation Esquimalt, le 5 mai à l'occasion de la Journée de la robe rouge, journée nationale de sensibilisation aux femmes, filles et personnes 2SLGBTQIA+ autochtones disparues et assassinées (FFPADA2S+). Photos : Lindsay Groves, journal Lookout

## Lindsay Groves

Journal Lookout

Le 5 mai, à Clover Point, des membres et des alliés de la communauté autochtone et de l'équipe de défense se sont réunis pour l'événement « Movement is Medicine », à l'occasion de la Journée de la robe rouge — la Journée nationale de sensibilisation aux femmes, filles et personnes 2SLGBTQIA+ autochtones disparues et assassinées (FFPADA2S+).

Cet événement, coordonné par Caitlin Hancock de l'installation de maintenance de la Flotte (IMF), visait à sensibiliser le public à la cause des FFPADA2S+, à soutenir les efforts visant à mettre fin à la violence sexiste et racialisée à l'encontre des peuples autochtones, et à encourager la guérison, la réflexion et le soutien communautaire. Les participants étaient invités à porter du rouge, à marcher, courir ou rouler en signe de solidarité.

Le sergent (sgt) Nathan Spence, membre de la Première Nation de Sandy Bay au Manitoba et coprésident militaire du Groupe consultatif autochtone de la Défense (GCAD) de la région du Pacifique, a ouvert l'événement par une reconnaissance du territoire prononcée dans sa langue anishinaabemowin. Il a ensuite évoqué son lien profond avec la Journée de la robe rouge.

« Pour moi, ce mouvement n'est pas abstrait », a-t-il déclaré. « Il n'est pas symbolique. Il est personnel. »

Sa tante, Charlene Ward-Lake, a été assassinée le 1er novembre 2007 — « une date gravée à jamais dans mon esprit, mon cœur et mon âme », a confié le sgt Spence.

Il a poursuivi en expliquant que la violence de cette journée ne s'était pas arrêtée avec son décès. Elle s'est répercutée sur ses proches, laissant les filles de Mme Ward-Lake sans leur mère et ses petits-enfants sans leur grand-mère. Ceux qui restent sont désormais privés du « rire, de la chaleur et de la joie qu'apportait » Mme Ward-Lake, a déclaré le sergent Spence. Au lieu de cela, sa famille se retrouve « face à un vide qui ne peut être comblé ».

Le sergent Spence a poursuivi en affirmant que

dans ce « vide béant », il n'y a eu ni réponses ni justice au cours des 6 760 jours qui se sont écoulés depuis que la vie de Mme Ward-Lake a été fauchée.

« Mais aujourd'hui », a-t-il dit, « cet événement, et d'autres comme lui... nous offrent, à moi, à ma famille, à mes amis et à nous tous en tant que société, l'occasion de remettre ces histoires au premier plan. De refuser de laisser le nom de Charlene, sa vie et sa mémoire sombrer dans le silence. »

« Aujourd'hui, nous nous souvenons. Aujourd'hui, nous sommes unis... nous rendons hommage à toutes les femmes, filles et personnes bispirituelles autochtones disparues et assassinées. »

Lisa deWit, fière d'être Wet'suwet'en et membre de GCAD, a également pris la parole lors du rassemblement pour partager une réflexion sur la gratitude, la guérison et le respect de la terre et des ancêtres.

Lisa deWit, fière d'être Wet'suwet'en et membre du Groupe consultatif autochtone de la Défense (GCAD), a ouvert le rassemblement par une réflexion sur la gratitude, la guérison et le respect de la terre et des ancêtres.

« Aujourd'hui, il s'agit d'un engagement sincère à mettre fin à la violence, à guérir les relations et à favoriser le respect », a déclaré Mme deWit. « Nos pieds se posent là où vivaient nos ancêtres, et Mary Anne [Mary Anne Thomas, aînée de la nation Xwsepsum (Esquimalt), qui fait partie des Lekwungen (Songhees)] m'a appris que nous devons toujours dire aux anciens ce que nous faisons afin qu'ils puissent nous guider et nous protéger. »

« Je vous remercie pour la terre sur laquelle nous sommes réunis aujourd'hui », a poursuivi deWit. « Et je sens votre esprit autour de nous alors que nous rendons hommage à nos familles et à nos proches. Je lève les mains en signe de gratitude pour nous avoir accueillis en tant qu'invités sur votre terre ancestrale. »

Tout au long de l'événement, les participants ont été encouragés à prendre soin d'eux-mêmes et les uns des autres.

« Bougez, nourrissez-vous, faites une pause si vous en avez besoin, mais tout est permis », a

déclaré deWit. Elle a également partagé l'histoire très personnelle de sa tante, Frances Brown, qui a disparu en 2017.

« Pour moi, le téléphone a sonné le 15 octobre 2017. C'était un dimanche matin », a-t-elle raconté. « Ma mère est allée droit au but : tante Frances a disparu. On ne la trouve pas. »

Brown avait 53 ans lorsqu'elle a disparu. Elle a été décrite comme une femme autochtone, aux yeux et aux cheveux bruns, mesurant 1,73 mètre et pesant 54 kilos. DeWit se souvient de sa tante comme de quelqu'un qui « m'a appris à faire du perlage », évoquant une femme qui « a mis deux enfants au monde » et qui était en train de se réapproprier sa vie et son temps.

Selon les rapports de la GRC, 18 femmes et filles autochtones ont disparu le long de la « Route des larmes », un tronçon d'environ 700 kilomètres de la route 16 entre Prince George et Prince Rupert en Colombie-Britannique (C.-B.). Les organisations autochtones estiment que le nombre de femmes et de filles autochtones disparues avoisine les 40. Beaucoup, dont Mme Brown, n'ont jamais été retrouvées.

« Cela fera neuf ans en octobre que j'ai reçu cet appel téléphonique », a déclaré Mme deWit. « Nous n'avons jamais retrouvé son corps. »

Réfléchissant aux répercussions durables de la perte et de l'incertitude, Mme deWit a évoqué les réalités auxquelles de nombreuses communautés autochtones continuent de faire face.



« Je ne connais pas de réalité où je n'ai pas été profondément consciente que l'on peut cesser d'exister sans que personne ne sache ce qui nous est arrivé », a déclaré Mme deWit. « Au fil du temps, on en vient à se demander ce qu'est la justice. »

Elle a également souligné l'importance de la guérison et de l'éducation menées par la communauté.

« Organisez des cercles de guérison et éduquez les jeunes générations à l'aide de solutions fondées sur les forces », a déclaré Mme deWit. « Nous guérissons, trouvons notre voix, veillons sur les plus jeunes et devenons des matriarches... [La guérison] repose sur les relations. »

Mme deWit a fait référence au rapport final de l'Enquête nationale, intitulé « Reclaiming Power and Place », qui présente les appels à la justice visant à lutter contre la violence systémique à l'encontre des femmes, des filles et des personnes 2SLGBTQIA+ autochtones.

« Nous portons du rouge parce que nous croyons que c'est la couleur que l'Esprit peut voir et qu'il saura ainsi que nous continuons à chercher », a déclaré Mme deWit. « Profitez de la médecine aujourd'hui. »



Sergeant Nate (Nathan) Spence, (right), opening the event.

**La Journée de la robe rouge a été inspirée par l'artiste métisse Jaime Black et son projet REDress, lancé en 2010 pour rendre hommage aux femmes et aux filles autochtones disparues et assassinées. Cette journée commémorative coïncidait également avec la Semaine de la santé mentale de l'Association canadienne pour la santé mentale, qui vise à sensibiliser le public à la santé mentale et au bien-être communautaire.**

**Une récompense de 10 000 dollars est offerte pour l'arrestation et la condamnation de la ou des personnes responsables de la disparition de Frances Brown ou pour son retour sain et sauf. Si vous ou l'une de vos connaissances disposez d'informations susceptibles d'aider à localiser Frances Brown, veuillez contacter la GRC de Smithers (250-847-3233).**



Moments forts des représentations précédentes dirigées par la fanfare de la Marine de la République de Corée. Photos fournies.

Ci-dessus : L'orchestre de Naden de la Marine royale canadienne. Photo : Jayden Eric Beaudoin

## Les fanfares navales s'unissent pour un concert international

**Matelot-chef Zachary Everett**

Musique Naden de la MRC

La Musique Naden de la Marine royale canadienne (MRC) a le plaisir de vous inviter, vous et vos familles, à assister à un concert conjoint avec la fanfare de la Marine de la République de Corée (ROKN). Le concert aura lieu le 26 mai à 19 h au Royal Theatre, 805, rue Boughton, à Victoria.

Ce spectacle est une occasion unique d'entendre des musiciens professionnels des deux pays unir leurs forces pour interpréter des morceaux classiques et pop issus des cultures canadienne et coréenne, allant de Gordon Lightfoot et John Estacio à Bangtan Sonyeodan, également connu sous le nom de Bangtan Boys (BTS), en passant par des mélodies folkloriques d'Arirang. L'orchestre de la ROKN mettra également en avant le talent vocal de ses membres, leur expérience du beatboxing et leurs talents de breakdancers. Il offrira également une occasion rare d'entendre le Taepyeongso, un instrument traditionnel coréen à anche double.

La musique est depuis longtemps un puissant outil de diplomatie, transcendant à la fois la langue et la culture, et ce spectacle reflète un partenariat durable fondé sur la coopération, le respect mutuel et la sécurité régionale et mondiale. De plus, de nombreuses occasions seront offertes de réfléchir aux valeurs communes des deux pays et aux relations personnelles qui les sous-tendent.

### ANDY MCGHEE

PERSONAL REAL ESTATE CORPORATION

HELPING MILITARY FAMILIES RELOCATE WITH CONFIDENCE.



My Story



**778.678.8290**  
VICTORIABCHOMESALES.COM

**REMAX**  
Sabre Realty - Victoria



Les billets pour cet événement sont au prix de 15 \$ et sont disponibles à la billetterie des théâtres Royal & McPherson en ligne sur [www.rmts.bc.ca](http://www.rmts.bc.ca) ou en appelant le 250-386-6121.



## La classe Orca intègre des capacités d'armes légères pour renforcer la préparation maritime

Le mat 1 Brett Truscott-Arthur (à gauche) et le mat 1 Justin Vonn Arenas (à droite) préparent des fusils C8 avant un exercice de tir aux armes légères mené à bord du navire COUGAR le 22 avril.

Archana Cini

Journal Lookout

Un coup sec a retenti au-dessus des eaux au large de Constance Bank le 22 avril, alors que des membres de la Marine royale canadienne (MRC) effectuaient un tir réel à bord du Cougar, un navire de patrouille de classe Orca.

Ces tirs s'inscrivent dans le cadre d'un effort plus large visant à introduire des capacités opérationnelles en matière d'armes légères à bord des navires de classe Orca de la MRC, qui sont exploités par des membres de l'Unité des patrouilleurs d'entraînement (UPE). Alors que les navires de classe Orca sont principalement utilisés comme plateformes d'entraînement, l'introduction d'armes embarquées reflète à la fois l'évolution de l'environnement maritime mondial moderne et l'accent renouvelé mis par la MRC sur la préparation opérationnelle à tous les niveaux de formation.

« L'intégration d'une capacité d'armes légères sur la classe Orca reflète l'évolution du contexte sécuritaire », a déclaré le lieutenant de vaisseau Jeremy Morissette. « On reconnaît de plus en plus que même les plateformes d'entraînement doivent être prêtes à opérer en toute sécurité et de manière crédible dans diverses situations. »

Cette nouvelle capacité comprend les fusils C8 et C22, ainsi que la mitrailleuse C6. Pour l'Unité des patrouilleurs d'entraînement cette capacité représente bien plus qu'un simple ajout d'armes à une plate-forme : elle renforce également le principe selon lequel « nous nous entraînons comme nous combattons », comblant ainsi le fossé entre l'environnement d'entraînement et l'environnement opérationnel.

« Les navires de classe Orca sont sans doute ceux de la MRC qui passent le plus de jours en mer tout au long de l'année, et c'est là que de nombreux marins vivront leur première expérience en mer », a déclaré le lieutenant de vaisseau Morissette. « La présence d'armes à bord permet aux marins de tous grades de se familiariser avec les procédures d'utilisation des armes en mer, tout en rendant les navires plus aptes, sur le plan opérationnel, à répondre à des menaces potentielles. »

Au-delà des avantages opérationnels, la mise en place de cette capacité offre également aux marins une précieuse expérience pratique des

procédures, des responsabilités et des normes de sécurité liées à la conduite d'exercices de tir en mer.

Avant que les tirs du 22 avril puissent avoir lieu, des préparatifs approfondis et l'élaboration de procédures ont été nécessaires. Les membres impliqués dans l'organisation de la sécurité des armes à bord du navire ont également suivi des qualifications officielles au champ de tir et bénéficié d'un encadrement par des officiers supérieurs, conformément aux normes établies par les Forces armées canadiennes (FAC).

« La sécurité est au cœur du fonctionnement de la MRC, et cette capacité ne fait pas exception », a noté le lieutenant de vaisseau Morissette. « Le processus rigoureux de planification et d'entraînement qui a permis de mener à bien ces tirs a garanti une atmosphère calme et sereine à bord, et a permis à chaque membre de connaître exactement son rôle et ses tâches. »

Pour le lieu de tir, l'équipe a choisi Constance Bank, une zone d'entraînement maritime bien établie au large de Victoria. Même si elle a été choisie pour l'abondance de ses eaux sûres permettant de mener des séries de tirs réels et pour sa situation géographique, le tir d'armes en mer présente un niveau de complexité unique par rapport à un champ de tir terrestre statique.

« Lors d'un tir à terre, le champ de tir est presque entièrement prévisible », a déclaré le lieutenant de vaisseau Morissette. « En mer, il faut tenir compte des autres navires, des mammifères marins, de la distance par rapport à la terre, de l'état de la mer et des conditions environnementales en constante évolution. »

En fin de compte, ces facteurs, combinés à des procédures de sécurité strictes, font des capacités en matière d'armes maritimes un ensemble de compétences distinct et exigeant. Alors que la MRC continue de se moderniser et de s'adapter aux exigences maritimes en constante évolution, des initiatives comme celle-ci contribuent à garantir que l'opérabilité commence tôt — même à bord des navires d'entraînement de la Flotte du Pacifique canadienne.

Lorsqu'on lui a demandé de décrire en un mot l'intérêt de cette nouvelle capacité en matière d'armes légères, la réponse du lieutenant de vaisseau Morissette a été simple : la préparation.



Le mat 1 Nathan Anderson rappelle les procédures relatives au C8 avant l'exercice de tir aux armes légères organisé à bord du navire COUGAR le 22 avril. Photos : mat 1 Jordan Schilstra





Parcelles entretenues par les membres du Work Point Garden Club.  
Photo : Sonia MG

## Un nouveau chapitre s'ouvre pour le Work Point Garden Club

Archana Cini

Journal Lookout

Niché entre les bâtiments communautaires et le rythme des opérations de la Base des Forces canadiennes (BFC) Esquimalt, le Work Point Garden Club cultive discrètement bien plus que des légumes et des fleurs.

Le club est désormais entré dans une nouvelle phase après avoir emménagé dans un nouveau site de jardinage, où les membres se remettent à la tâche, réaménagent les parcelles et cultivent ensemble un esprit communautaire. Pour les personnes impliquées, le club est devenu bien plus qu'un simple lieu de loisirs. C'est un lieu de liens, de bien-être, de sécurité alimentaire et de calme au milieu des nombreuses exigences de la vie au sein de la Défense.

Ouvert aux militaires, aux employés de l'équipe de la Défense, aux personnes à charge et au personnel des fonds non publics (FNP), le Work Point Garden Club propose des parcelles de jardinage, des espaces de jardinage

partagés, des outils et un accès à l'eau pour les membres de tous niveaux d'expérience. Qu'il s'agisse de cultiver des herbes aromatiques pour la cuisine, de s'occuper de fleurs ou d'apprendre à planter leurs premières graines, les membres sont accueillis dans un environnement bien plus que des légumes et des fleurs. C'est un lieu de liens, de bien-être, de sécurité alimentaire et de calme au milieu des nombreuses exigences de la vie au sein de la Défense.

Pour la capitaine de frégate (capf) Paula McHale, présidente du Work Point Garden Club, le jardinage est depuis longtemps à la fois une passion personnelle et un exutoire enrichissant.

« Vivre à Esquimalt offre une occasion incroyable de jardiner toute l'année », a déclaré la capf McHale. « J'adore cultiver du chou frisé, de l'ail, des pommes de terre, des oignons, des zinnias, des courgettes, des herbes aromatiques... C'est tellement bénéfique de passer du temps à l'extérieur, et beaucoup de gens n'ont pas leur propre jardin pour s'adonner au jardinage. »

L'ancien site du club, situé près du quartier résidentiel de Work Point, était devenu au fil des ans une oasis très

appréciée. Selon Mme McHale, l'espace fourmillait de colibris, de fleurs et de pollinisateurs, tandis que les jardiniers apprenaient les uns des autres tout en s'occupant de leurs propres parcelles.

« C'était vraiment magique », a déclaré la commandante McHale. « C'était paisible, et c'était une joie de voir les plantes pousser là-bas et d'apprendre les uns des autres grâce à nos pratiques et nos expériences. »

Lorsque le site a ensuite été désigné pour un futur projet de l'Agence de logement des Forces canadiennes (ALFC), le club a dû faire face à un déménagement. Ce déménagement a alors

été source d'incertitude et de travail physique pour de nombreux membres de longue date qui avaient passé des années à aménager leur sol et leurs jardins.

« Le jardinage est un travail de bricolage et de construction qui s'effectue au fil du temps », a expliqué McHale. « L'idée de perturber ce qui avait été construit au fil des décennies a été vécue comme une perte pour certains membres. »

Malgré ces défis, la transition a révélé la force et la résilience de la communauté de jardiniers elle-même. Les membres se sont mobilisés pour déplacer les systèmes d'irrigation, aménager de nouvelles parcelles, trans-

porter les plantes et les arbres, et préparer le nouveau site pour la saison de culture 2026.

Le nouveau site, situé près du parc de stationnement pour camping-cars et de l'école primaire Macauley, offre une protection légèrement meilleure contre les vents côtiers, même si les membres doivent désormais lutter contre les ronces de mûres de l'Himalaya et les genêts à balais envahissants. Malgré tout, l'optimisme revient peu à peu.

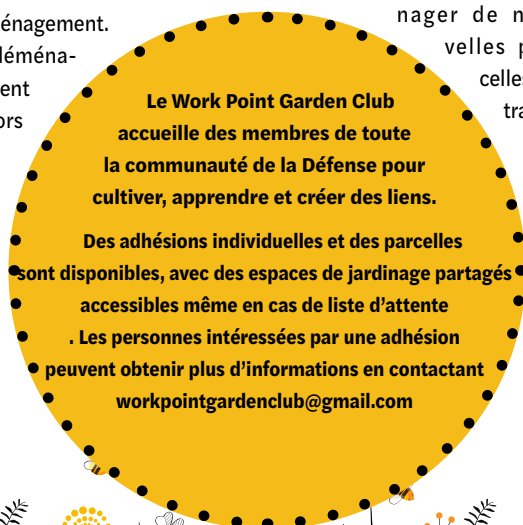
« Maintenant que le déménagement est derrière nous, c'est formidable de voir autant de membres travailler ensemble et mettre la main à la pâte pour s'installer », a déclaré M. McHale. « Ce nouveau départ a en fait rapproché les membres dans cet effort. »

M. McHale a attribué une grande partie du succès de cette transition au soutien des bénévoles du club, du personnel des Programmes de soutien au personnel (PSP) et des Opérations immobilières (Ops imm), qui ont aidé à installer des clôtures, à assurer l'accès à l'eau et à fournir des bacs à fleurs pour permettre aux

membres de recommencer rapidement à cultiver. Parmi les nombreuses contributions de la communauté, les membres ont déplacé un pommier de l'ancien site, installé des ruches pour les abeilles maçonnes afin de favoriser la pollinisation, trouvé du fumier et du carton pour la préparation du sol, et se sont entraînés pour reconstruire les espaces de jardinage à partir de zéro.

« Il faudra plusieurs années pour aménager le nouveau site du jardin », a déclaré McHale. « Mais assister à ces progrès sera aussi gratifiant que de voir pousser une plante dans ma propre parcelle. »

Alors que le printemps s'installe sur l'île de Vancouver et que les premiers radis commencent à pointer le bout de leur nez, le Work Point Garden Club continue d'offrir quelque chose de plus en plus précieux au sein de la communauté de la Défense : un espace partagé pour ralentir le rythme, renouer avec la nature et tisser des liens communautaires.



Dog Daycare Short & Long Term Boarding Outdoor Adventures

**Ruffin It** RETREAT & SPA

"where your best friend, is treated like ours"

8-1950 Government St.  
Victoria, BC  
778 - 433 - 2267  
www.ruffinitdogcare.com

10% Military Discount

Canine Enrichment Specialty Pet Store Grooming

Posted to CFB Esquimalt?

I can help plan your home search before you arrive

Payam Karimi, CD  
REALTOR®

Call or text: (250) 580-4754  
payamrealestate.ca/relocation

CANEX CANADA'S MILITARY STORE

A division of CFMWS  
Une division des SBMFC

**CANEX**

**CANEX.CA**

1343 Woodway Rd., Esquimalt 250.388.6428



## La cérémonie de remise des distinctions et de reconnaissance des FMAR(P) célèbre l'excellence au sein de l'équipe de la Défense

**Archana Cini**

Journal Lookout

Les membres de l'équipe de la Défense et leurs familles se sont réunis à la résidence du gouverneur général le 16 avril pour rendre hommage aux services, au leadership et au dévouement exceptionnels au sein des Forces maritimes du Pacifique/Force opérationnelle interarmées du Pacifique (FMAR(P)/FOIP).

Présidée par le contre-amiral David Patchell, commandant de la FMAR(P)/FOIP, la cérémonie annuelle de remise des distinctions et de reconnaissance a rendu hommage aux personnes dont les efforts exceptionnels au cours de l'année écoulée ont contribué à renforcer divers aspects de la formation, tant au pays qu'à l'étranger. Les distinctions remises au cours de la cérémonie ont mis en avant l'excellence opérationnelle lors de multiples déploiements, notamment les opérations (Op) HORIZON, NEON et CARIBBE, ainsi que la formation nationale, le leadership institutionnel et l'engagement communautaire.

En rendant hommage à 37 membres de l'équipe de défense issus de différentes unités et occupant des fonctions variées, allant des marins subalternes aux employés civils, la cérémonie a mis en lumière à la fois la richesse des talents et l'étendue des contributions nécessaires au maintien des opérations de la Flotte du Pacifique.

Bravo Zulu à tous ceux qui ont été récompensés lors de la cérémonie.

## DISTINCTIONS ET LAUREATS

### Commandant du Commandement des opérations interarmées du Canada

- ◆ Sous-lieutenant (SLt) Isaac Hossie
- ◆ Matelot-chef Eric-Olivier Frappier
- ◆ Matelot de 1re classe (mat 1) Svyatoslav Hliva
- ◆ Matelot de 1re classe (mat 1) Connor Lorenz

### Mention élogieuse du commandant de la Marine royale canadienne

- ◆ Capitaine de frégate (capf) Nicholas Kucher, CD
- ◆ Capitaine de corvette (capc) Evan Roberts, CD
- ◆ Lieutenant de vaisseau (Ltv) Robert MacKay, CD
- ◆ Mat 1 Andrée-Anne Dion-Tessier
- ◆ Mme Tiffany Eygenraam

### Commandant du personnel militaire

#### Mention élogieuse du commandement

- ◆ Premier maître de 2e classe (pm 2) Zachary Lye, CD

#### Certificat de mérite du commandant de la composante maritime

- ◆ Capitaine de corvette Corey Davidson
- ◆ Capitaine de corvette Andrew Pink, CD
- ◆ Lieutenant de vaisseau Gordon Emerslund
- ◆ Capitaine Pedram Mohyeddin
- ◆ Maître de 1re classe (m1) Elizabeth Morin-Fortin, CD
- ◆ Sergent (sgt) Kyle Mitchell, CD
- ◆ Mat 1 Jared Fass
- ◆ Mat 1 Isabelle Roy

### FMAR(P) Bravo Zulu

#### Certificats de mérite

- ◆ M 1 Stephen Mahabir, CD
- ◆ Matc Joseph Dimayuga
- ◆ Mat 1 Jaqueline Abutin
- ◆ Mme Courtney Looye-Pohoney
- ◆ Mme Danielle Wickens
- ◆ M. Steven Hills
- ◆ M. Matthew Miller
- ◆ M. Matthew Stidston
- ◆ M. Christopher Schreyer
- ◆ M. Wayne Young
- ◆ M. Mladen Rudman

### Force opérationnelle interarmées du Pacifique

#### Certificats de mérite « Bravo Zulu »

- ◆ Premier maître de 1re classe (pm 1) Rob DeProy, CD
- ◆ M 1 Steven Donegan, CD
- ◆ M 2 Allison Zaichkowski, CD
- ◆ M 2 Barrie Sorensen, CD
- ◆ Matc Zachary Everett
- ◆ Mat 1 Lachlan Barry
- ◆ Mat 1 Andrew George

#### Premier maître de 1re classe Scroll

- ◆ PM 1 Francine Griffin, CD



## Comment les REER et les CELI favorisent l'investissement à long terme

### SISIP Financial

Équipe d'Esquimalt

De nombreux investisseurs voient souvent des projections impressionnantes illustrant la croissance future de leur portefeuille, pour ensuite se demander : « Pourquoi ai-je l'impression que mon argent n'a pas tellement fructifié ? » Il s'agit là d'un décalage courant – qui peut facilement être minimisé en comprenant mieux les règles fiscales et le timing.

En ce qui concerne la réalité de la croissance des placements, les projections d'investissement supposent une capitalisation régulière. Or, la réalité est tout autre : les marchés évoluent par cycles, les rendements sont irréguliers et la croissance à long terme ne se concrétise qu'à un stade avancé du parcours. Si l'on ajoute à cela les frais, l'inflation et les impôts, la croissance peut sembler modeste. Dans ce cas, le problème principal n'est généralement pas le rendement du placement en soi, mais la manière et le moment où les impôts sont payés.

#### Comment les REER et les CELI peuvent vous aider

En tant que puissants outils de report d'impôt, les cotisations à un régime enregistré d'épargne-retraite (REER) réduisent le revenu imposable aujourd'hui et permettent aux placements de croître sans

être pénalisés par l'impôt chaque année. Les REER sont particulièrement avantageux lorsque vous cotisez à un taux d'imposition plus élevé que celui auquel vous effectuerez vos retraits, ces derniers étant étalés dans le temps. Lorsque les retraits sont trop tardifs ou effectués en montants importants, le revenu peut se retrouver dans une tranche d'imposition plus élevée – donnant l'impression que la croissance n'a « servi qu'à payer l'impôt ». Plutôt qu'un défaut du REER, il s'agit d'un problème de planification qui peut être évité.

Avec un compte d'épargne libre d'impôt (CELI), la croissance est exonérée d'impôt et les retraits n'ont aucune incidence sur les tranches d'imposition ou les prestations. De cette manière, les CELI apportent de la clarté et une assurance psychologique, ce qui est précieux à la retraite et lors des grandes transitions de la vie.

En fin de compte, l'investissement crée rarement une richesse soudaine. Il permet toutefois de protéger le pouvoir d'achat, de transformer le temps en possibilités, de réduire la dépendance vis-à-vis des revenus futurs et d'empêcher l'épargne de se déprécier discrètement face à l'inflation. Lorsqu'ils sont utilisés conjointement avec les REER et les CELI, les résultats peuvent être incroyablement efficaces.



Communiquez dès maintenant avec votre bureau local du RARM [www.cfmws.ca/insurance-finance](http://www.cfmws.ca/insurance-finance) pour découvrir comment ces outils de croissance financière peuvent vous être utiles et s'intégrer à votre plan de retraite global.

## 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!



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



Visit [www.broadmeadcare.com/veterans-legacy](http://www.broadmeadcare.com/veterans-legacy) to make your donation today.

## It's a great way to say Thanks.

When you donate to the Veterans Legacy Fund, you ensure the best in comfort and care for Canada's veterans today, and in the future.

To find out more through a confidential conversation, contact Mandy at [Mandy.Parker@broadmeadcare.com](mailto:Mandy.Parker@broadmeadcare.com), or visit [www.broadmeadcare.com](http://www.broadmeadcare.com).

**Broadmead Care**  
Where Love, Life and Living Matter

# Red Truck Beer Company renforce la communauté à Messes

Lindsay Groves

Journal Lookout

La Red Truck Beer Company contribue à renforcer l'esprit communautaire dans certains mess de la Base des Forces canadiennes (BFC) Esquimalt grâce à un partenariat avec les Services du moral et du bien-être des Forces canadiennes (SMBFC). Les mess des officiers — le carré des officiers et le Gunroom — ainsi que le mess des subalternes — le Pacific Fleet Club — disposent désormais chacun de leur propre bière blonde de marque, et l'engouement a rapidement dépassé toutes les attentes.

Dans le cadre de cette initiative, Red Truck a organisé une opération spéciale de « tap takeover » en concevant et en installant des poignées de robinet personnalisées, inspirées des armoiries et des couleurs de chaque mess participant. La bière servie est la Road Trip Classic Lager de Red Truck, décrite par l'entreprise comme une lager de style européen

traditionnel, élaborée à partir de malts 100 % canadiens et de houblon Saaz. Depuis son lancement, cette idée de rebranding a pris une dimension plus significative pour les membres de ces lieux.

« Nous ne savions pas comment les gens allaient réagir à un changement de bière », a confié Kyle Murphy, responsable régional de Red Truck pour l'île de Vancouver. « Chaque groupe a son type de bière préféré — cela peut parfois se retourner contre nous. Nous sommes vraiment ravis de voir à quel point cela a été bien accueilli. »

La réaction a été positive. En effet, les lagers portant le nom des mess sont devenues les bières les plus vendues dans leurs mess respectifs, ce qui reflète non seulement leur popularité gustative, mais aussi le sentiment de fierté et d'appartenance lié au fait de posséder quelque chose qui leur est propre.

« Le prix est correct, et cela représente le mess », a déclaré Adolfo Gil, responsable du mess du Club de la

flotte du Pacifique pour les grades subalternes. « Ça a été un énorme succès. Les deux premiers mois, on n'arrivait pas à suivre la demande ! »

Ce partenariat reflète également la volonté de Red Truck de soutenir la communauté militaire au-delà des simples relations commerciales.

« Nous essayons de redonner autant que possible », a déclaré Murphy. « J'ai de la famille dans l'armée et le frère de notre directeur des opérations est militaire. Nous considérons cela davantage comme un partenariat que comme un simple accord commercial. »

En alliant tradition et techniques modernes de renforcement de la communauté, ce partenariat montre comment même de petits gestes — des poignées de robinet personnalisées à une pinte partagée — peuvent contribuer à renforcer le moral et les liens au sein de la présence des FAC à la BFC Esquimalt.

Les traditions et les coutumes continuent de jouer un rôle central au sein des Forces armées canadiennes (FAC), la culture du mess constituant une partie importante de cette histoire. Dans *Customs and Traditions of the Canadian Armed Forces*, l'auteur E.C. Russell décrit le mess comme un espace qui favorise la camaraderie, le mentorat et le développement professionnel. Russell écrit : « Le sergent-major régimentaire chevronné connaît la valeur de l'atmosphère amicale et informelle du mess de l'unité où, au fil du temps, l'attitude militaire et la compétence professionnelle des sergents subalternes se forment lentement mais sûrement pour atteindre un niveau proche de la perfection — bien mieux que ce qui peut être accompli en salle de classe. »



Contexte : Avector / iStock Photo via Getty Images

La Red Truck Beer Company s'est associée à la SMBFC pour rebaptiser ses bières en lagers spécifiques à chaque mess. La poignée de robinet personnalisée s'inspire des armoiries et des couleurs de chaque mess participant.



# Le saviez-vous ?

## VENEZ COURIR AVEC VOTRE MARINE

Bâtissez l'esprit communautaire, soutenez les familles militaires et prenez part à 20 ans d'héritage.

### CHOISISSEZ VOTRE DÉFI

- 10 km courir, marcher, flâner
- 5 km courir, marcher, flâner
- Course amusante pour enfants

Participation en personne ou virtuelle, peu importe où vos fonctions vous mènent.

### ÉVÉNEMENT FAMILIAL

Ouvert à tous les âges et à tous les niveaux  
la participation compte plus que la performance.

### GARDE D'ENFANTS GRATUITE

Inscription préalable, afin que les parents puissent participer l'esprit tranquille.



### DÉFI DES UNITÉS

Mobilisez votre unité pour le droit de vous vanter !

Classement basé sur la participation par capita

Inclut les coureurs, marcheurs, enfants, bénévoles et participants virtuels. Les membres de la famille et les proches peuvent être comptés pour votre unité. Ce n'est pas une question de vitesse — c'est une question de participation et d'esprit d'équipe.

Si votre unité n'a pas de représentant ou de capitaine d'équipe, veuillez nous contacter à [recreationCPAC@forces.gc.ca](mailto:recreationCPAC@forces.gc.ca)

CFB / BFC ESQUIMALT NAVY RUN / COURSE DE LA MARINE



## Courez pour une bonne cause

Les profits de la Course de la marine sont versés directement à des programmes et services qui soutiennent les membres militaires et leurs familles à Esquimalt.



· NAVY ·  
**BIKE  
RIDE**

**DÉFI  
VÉLO**  
· DE LA ·  
**MARINE**

Presented by

Présenté par

**BMO**



30 May / mai 2026

**Ready, Aye, Ride**  
**Prêt, Aye, Partez**

Register  
online  
[navybikeride.ca](http://navybikeride.ca)



S'inscrire  
en ligne  
[navybikeride.ca/fr/](http://navybikeride.ca/fr/)

