

MARS
2024
MARCH

LE JOURNAL DE LA BASE DES FORCES CANADIENNES DE BAGOTVILLE
THE CANADIAN FORCES BASE BAGOTVILLE NEWSPAPER

Volume 19 Numéro 3



VORTEX

Bagotville



Opération FIERTÉ EN PUISSANCE

pages 2 - 3

Cougar South : le 425 ETAC en Arizona / 425 Squadron in Arizona... **page 5**

La 2^e Escadre dans le Pacifique / 2 Wing in Pacific area... **page 6**

L'impressionnante dynamophilie / Impressive Powerlifting... **page 7**



**VITRES+
ACCESSOIRES**

Garage Jean-Pierre Tremblay

418 545-4455 | 1737 boul. Talbot, Chicoutimi

Les spécialistes du pare-brise !

Remplacement | Réparation | Assurance



Une impressionnante démonstration



Le jeudi 15 février 2024 n'a pas débuté comme les autres jours à la BFC Bagotville. Cette journée était l'aboutissement de plusieurs semaines de planification et d'organisation afin de mettre en branle l'opération FIERTÉ EN PUISSANCE, qui culminait ce jour-là avec le survol de la région par une formation de treize chasseurs CF-18.

Par Eric Gagnon
Rédacteur en chef
Le Vortex

Pour les non-initiés, ce genre de démonstration peut sembler simple. Dans le fond, n'est-ce pas pour faire voler des CF-18 que tout le monde travaille à Bagotville?

Même s'il est vrai que bien des gens s'assurent continuellement que le maximum d'avions peut prendre les airs chaque jour à la BFC Bagotville, faire en sorte que 13 appareils soient prêts en même temps et s'envolent sans incident n'est pas une mince affaire et demande quelques semaines de planification.

« Afin de souligner le 100^e anniversaire de l'Aviation royale canadienne qui aura lieu dans quelques semaines, le 1^{er} avril 2024, et de mettre la région dans l'ambiance du Spectacle aérien international de Bagotville qui sera présenté les 22 et 23 juin prochain, le commandant de la

3^e Escadre et de la BFC Bagotville, le col Colin Marks, voulait une démonstration de puissance et de fierté », explique le capitaine Arthur McKay, responsable de la coordination de l'événement.

« Il a fallu coordonner avec les opérations afin de sélectionner les pilotes et de planifier le vol. Le soutien des équipes de maintenance était aussi essentiel afin d'avoir le maximum d'appareils prêts à voler. Il nous fallait aussi des hélicoptères pour prendre des images et des vidéos de l'événement », raconte le capt McKay.

Pas moins d'une centaine de personnes ont donc directement été mises à contribution pour s'assurer que l'opération FIERTÉ EN PUISSANCE prenne son envol.

C'est le major Pierre-Claude « Dozer » Quirion qui a pris la tête de la formation. « Il fallait un pilote d'expérience pour planifier l'opération en vol et Dozer avait toutes

les qualifications pour être le leader d'une formation massive comme celle-là. C'est donc lui qui s'est chargé de cet aspect de l'opération », ajoute le coordonnateur de l'événement.

Le major Quirion a donc sélectionné les pilotes et leur a attribué un rôle dans la formation. La formation principale a été divisée en formations plus petites, dirigées par des pilotes expérimentés et formés. « Pour les autres positions, plusieurs pilotes d'expérience ont laissé leur place à des pilotes plus jeunes pour leur donner la chance de vivre l'expérience », lance le capitaine McKay.

Mais avant même le décollage, l'une des parties les plus impressionnantes de l'opération s'est déroulée au sol alors que les 13 appareils se sont déplacés sur la piste en formation rapprochée (photo de couverture). Cette manœuvre, appelée « Elephant Walk », remonte à la Seconde Guer-

re mondiale, alors que des centaines d'avions s'alignaient sur la piste pour des raids aériens massifs. Les observateurs d'alors ont comparé le mouvement des avions à la marche des éléphants vers leur prochain point d'eau. Signe d'unité et de travail d'équipe, l'expression est demeurée.

Pour arriver à ce moment fatidique, les équipes de maintenance de la 3^e Escadre ont été sollicitées plusieurs semaines à l'avance afin d'adapter le calendrier de maintenance des aéronefs dans le but d'avoir le plus d'avions disponibles en même temps à la date prévue.

« Nous avons révisé toutes les demandes de pièces et les réparations en cours pour nous assurer de compléter le plus possible de réparations à temps. Nous avons aussi dû prévoir les heures de travail en conséquence », explique celui qui était responsable de la maintenance pour cette opération, le major Alexandre Gagné.

Cette planification s'est étendue jusqu'à la dernière minute puisque le vol local s'est poursuivi jusqu'au jour précédent l'opération.

« Tout s'est déroulé comme prévu. J'avais estimé à 14 avions, à plus ou moins deux appareils près, le nombre de CF-18 qui pourrait participer et il y en a eu treize en fin de compte! », lance le major Gagné.

Pour les équipes de maintenance, la préparation et l'exécution de l'opération s'apparentaient davantage au travail exécuté par les techniciens en déploiement. « C'est une bonne façon de

Le VORTEX de Bagotville

Le Vortex est un journal non officiel, autorisé et publié mensuellement avec la permission du commandant de la Base des Forces canadiennes de Bagotville. Les opinions et les points de vue exprimés ne sont pas nécessairement ceux du ministre de la Défense nationale, du commandant de la BFC Bagotville ou de l'équipe du journal. The Vortex is an unofficial newspaper, authorized and published monthly with the permission of the Commander of Canadian Forces Base Bagotville. The opinions and views expressed are not necessarily those of the Minister of National Defense, the Commander of CFB Bagotville or the newspaper team.

Éditeur / Editor
Lcol Alexandre Dubois (BFC/CFB Bagotville)

Édition, rédaction, publicité
Edition, Redaction, Publicity
Brin d'com (Eric Gagnon)
418-306-2592
brindcom@royaume.com

Affaires publiques BFC Bagotville / CFB Public Affairs
418-677-7277 ou 418-677-4145

Gestionnaire PSP Manager
Annie Côté 677-4000 (poste 4180)

Le Vortex est publié le second jeudi de chaque mois disponible en version numérique au
Le Vortex is published on the second Thursday of each month available in digital version at
www.vortexbagotville.com
au www.facebook.com/VortexBagotville
et sur pressreader.com

Prochaine publication / Next Publication
11 avril 2024 / April 11, 2024
Date de tombée pour la prochaine édition /
Deadline for next edition
Mardi / Tuesday 2 avril

RESTAURANT TERRASSE

La Fringale

•Déjeuner •Menu du jour •Pizza

Notre succulent CLUB DÉJENEUER à 9,55 \$ +taxes

SPÉCIAUX du MOIS

Pizza

9\$ +taxes

Spaghetti

8.50\$ +taxes

OUVERT

du lundi au vendredi
de 6 h à 13 h 30

Menu du jour
tous les midis

7112 ch St-Anicet - 418-677-1443

de fierté et de puissance!



La formation de treize CF-18 survole ici la rivière Saguenay à hauteur de Chicoutimi dans le cadre de l'opération FIERTÉ EN PUISSANCE. / The formation of thirteen CF-18s flies over the Saguenay River near Chicoutimi as part of Operation PRIDE IN POWER

résumer ce que nous avons dû faire. Normalement, le tempo et les besoins opérationnels sont beaucoup moins grands à la base que lors de mission ou de déploiements, mais notre personnel a prouvé à plusieurs reprises son efficacité et son professionnalisme », ajoute le major Gagné.

Pour lui aussi, le moment le plus intense fut celui de la préparation au décollage. « Nous n'avions pas moins de 50 techniciens sur la rampe pour assurer le bon déroulement de l'opération. Pour les inspections, le démarrage des avions, la supervision, la sécurité, et le reste c'était un début de journée occupé », raconte-t-il.

Chaque pilote ayant été affecté à l'avance à l'un des avions positionnés sur le tarmac en fonction de sa position dans la formation, les techniciens devaient s'assurer que tout se déroulait dans l'ordre prévu.

Tout ce travail a porté ses fruits puisque la mission FIERTÉ EN PUISSANCE a été un vif succès et a fait abondamment parler d'elle.

Les treize CF-18 de la 3^e Escadre ont survolé la région pendant près d'une heure et demie, offrant principalement aux gens du Saguenay l'occasion d'admirer le savoir-faire de l'ensemble des membres de la BFC Bagotville.

An impressive demo of pride and power

Thursday, February 15, 2024 did not start like any other day at CFB Bagotville. This day was the culmination of several weeks of planning and organization to set in motion Operation PRIDE IN POWER, which culminated that day with the flight over the region by a formation of thirteen CF-18 fighters.

To the uninitiated, this kind of demonstration may seem simple. Basically, isn't it to fly CF-18s that everyone works in Bagotville? While it is true that many people continually ensure that as many planes as possible can take to the air each day at CFB Bagotville, ensuring that 13 planes are ready at the same time and take to the skies without incident is no small feat and requires a few weeks of planning.

“To mark the 100th anniversary of the Royal Canadian Air Force which will take place in a few weeks, on April 1, 2024, and to put the region in the mood for the Bagotville International Air Show which will be presented on June 22 and 23, the

commander of 3 Wing and CFB Bagotville, Col Colin Marks, wanted a demonstration of power and pride,” explains Captain Arthur McKay, responsible for coordinating the event.

“We had to coordinate with operations to select the pilots and plan the flight. Support from maintenance teams was also essential to have as many aircraft as possible ready to fly. We also needed helicopters to take images and videos of the event,” says Capt McKay.

No less than a hundred people were therefore directly involved in ensuring that operation PRIDE IN POWER took off.

Major Pierre-Claude “Dozer” Quirion took charge of the formation. “It took an experienced pilot to plan the flight operation and Dozer had all the qualifications to be the leader of a massive formation like this. It was therefore he who took charge of this aspect of the operation,” adds the event coordinator.

So Major Quirion selected the

pilots and assigned them a role in training. The main formation was divided into smaller formations, led by experienced and trained pilots. “For the other positions, several experienced pilots gave up their place to younger pilots to give them the chance to experience it,” says Captain McKay.

But even before takeoff, one of the most impressive parts of the operation took place on the ground as the 13 aircraft moved across the runway in close formation (first page photo). This maneuver, called “Elephant Walk,” dates back to World War II, when hundreds of planes lined the runway for massive air raids. Observers at the time compared the movement of planes to the march of elephants towards their next watering hole. A sign of unity and teamwork, the expression has remained.

To arrive at this fateful moment, the maintenance teams of the 3 Wing were requested several weeks in advance to adapt the aircraft maintenance schedule with the aim of having the most aircraft

available at the same time. the expected date.

“We have reviewed all part requests and ongoing repairs to ensure we complete as many repairs as possible on time. We also had to plan the working hours accordingly,” explains the man who was responsible for maintenance for this operation, Major Alexandre Gagné.

This planning extended to the last minute since the local flight continued until the day before the operation. “Everything went as planned. I had estimated the number of CF-18s that could participate at 14 planes, give or take two aircraft, and in the end, there were thirteen! », says Major Gagné.

For the maintenance teams, the preparation and execution of the operation was more akin to the work performed by the deployment technicians. “That's a good way to sum up what we had to do. Normally, the tempo and operational needs are much lower at the base than during missions or deployments, but our personnel

have repeatedly proven their efficiency and professionalism,” adds Major Gagné.

For him too, the most intense moment was that of preparing for takeoff. “We had no less than 50 technicians on the ramp to ensure the smooth running of the operation. For inspections, starting the planes, supervision, security, and the rest it was a busy start to the day,” he says.

Each pilot having been assigned in advance to one of the planes positioned on the tarmac according to their position in the formation, the technicians had to ensure that everything took place in the planned order.

All this work paid off since the PRIDE IN POWER mission was a great success and received a lot of attention.

The thirteen CF-18s from the 3 Wing flew over the region for nearly an hour and a half, mainly offering people from Saguenay the opportunity to admire the know-how of all the members of CFB Bagotville.

De retour à Bagotville pour le printemps

Après les mois de janvier et de février qui furent bien occupés, nous avons enfin pu profiter d'une semaine de relâche bien méritée.

En effet, les derniers mois ne furent pas de tout repos! Du 22 au 26 janvier, nous avons eu l'entraînement de type ANGLE/RENAISSANCE ici à Bagotville. Par la suite, l'équipe de commandement de la 2^e Escadre commença son long voyage à travers l'Angleterre, la Corée du Sud et Guam.



Nous avons tout d'abord commencé avec l'établissement de rapports avec les dirigeants clés de la Force aérienne royale (RAF) à Manchester. Nous avons notamment discuté de systèmes de défense contre les aéronefs sans pilote, des forces de sécurité aérienne, de transmissions, et de l'Escadre aérienne des Forces spéciales interarmées.

Par adjuc Dany Flamand
Adjutant-chef de la
2^e Escadre Bagotville

Deuxième destination, la Corée du Sud, avec une poursuite des rapports avec les dirigeants clés de la Force aérienne de la république de Corée (ROKAF) et l'attaché de défense à Séoul. Nous avons cette fois-ci parlé de réparations d'aérodromes, de génie de construction, du Commandement des Nations unies en Corée, puis de potentiels exercices en collaboration avec la ROKAF dans la région de l'Indopacifique. Ce qui nous amène précisément à notre dernière destination : Guam.

Nous sommes allés rendre visite aux membres de la 2^e Escadre en entraînement sur l'exercice COPE NORTH 24. Nous étions très fiers de voir le travail qu'ils ont accompli dans les domaines du génie construction, de la logistique, du contrôle aérien et plus encore, sans compter les relations inestimables qu'ils ont développées avec nos partenaires et alliés de l'Indopacifique.

De retour à Bagotville, nous avons accueilli le Brigadier-général Ronald Walker, Commandant adjoint - Mise sur pied de la force de la 1^{re} Division aérienne du Canada, commémoré le Mois de l'histoire des Noirs, puis célébré la Journée internationale des femmes. C'est avec fierté que je constate notre progression dans la bonne direction, tout le monde ensemble. Les membres de la 2^e Escadre ont également profité d'une belle journée sportive au Club de Curling de Chicoutimi.

Nous continuons à connaître du succès dans le maintien de la désignation d'unité à haut niveau de préparation opérationnelle pour le 2^e Escadron de soutien opérationnel, le 2^e Escadron de soutien de mission, et le 8^e Escadron de communication et de contrôle aérien. De plus, nous avons récemment établi un processus de vérification des membres avant leur affectation dans l'une de ces trois unités. Sur le sujet des affectations, je vous conseille vivement de consulter le *Guide pour votre déménagement militaire* disponible sur le site des Services de bien-être et moral des Forces canadiennes. Les affectations ne sont pas toujours faciles, mais les Forces armées canadiennes offrent une multitude de ressources qui permettent de faciliter cette période de transition!

A word from CWO

of 2 Wing

Back in Bagotville for spring

After a bustling January and February, it was finally time to take a well-deserved break.

These past months have been anything but quiet! We kicked off with the ANGLE/RENAISSANCE training in Bagotville from January 22 to 26. Following that, the 2 Wing Command team embarked on an extensive journey spanning England, South Korea, and Guam.

Our journey began with Key Leaders Engagement with the Royal Air Force (RAF) in Manchester. Topics ranged from unmanned aircraft defence systems to air security forces and the Joint Special Forces Aviation Wing.

Next stop: South Korea. Here, we continued to foster relationships with key leaders of the Republic of Korea Air Force (ROKAF) and the Defence Attaché in Seoul. Discussions centred around airfield repairs, construction engineering, the United Nations Command in Korea, and potential joint exercises in the Indo-Pacific region.

Our final destination was Guam, where we visited 2 Wing members training on Exercise COPE NORTH 24. We were very proud to see the work they did in construction engineering, logistics, air

traffic control, and more, not to mention the invaluable relationships they have developed with our partners and allies in the Indo-Pacific.

Upon returning to Bagotville, we welcomed the visit of Brigadier-General Ronald Walker, Deputy Commander Force Generation of the 1st Canadian Air Division. We also celebrated Black History Month and International Women's Day, reflecting on our collective progress in the right direction. Additionally, members of 2 Wing enjoyed a memorable sports day at the Chicoutimi Curling Club.

We are proud to report ongoing success in achieving high operational readiness designations for 2 Operational Support Squadron, 2 Mission Support Squadron, and 8 Air Communication and Control Squadron. Recently, we have implemented a screening process for members before they are posted to one of these three units.

Regarding postings, I also strongly recommend consulting the *Guide to Relocating* available on the Canadian Forces Morale and Welfare Services website. While postings can be challenging, the Canadian Armed Forces offer many resources to facilitate this transition period!

Exercice majeur en Arizona

Un important contingent de militaires de la 3^e Escadre et plusieurs chasseurs CF-18 de l'Escadron 425 prennent part actuellement en Arizona à l'important exercice Cougar South 24.

La délégation de Bagotville a succédé à celle de la 4^e Escadre de Cold Lake le 28 février dernier.

Cet exercice d'envergure vise à optimiser l'interopérabilité entre les aviations canadiennes et ses alliés des États-Unis. « Le but de l'exercice est de générer une

force de combat aérien létale en s'intégrant à nos alliés américains, notamment les F-16, A-10, MH-60 et F-35 américains dans divers scénarios d'entraînement afin aussi d'accroître notre préparation », explique le commandant du 425 ETAC, le lcol Maxime Renaud.

Les conditions météorologiques près de la base aérienne Davis-Monthan, en Arizona, facilitent grandement la tenue de nombreuses missions d'entraînement et un rythme soutenu d'opération.



L'exercice Cougar South permet aux pilotes canadiens de s'entraîner aux côtés de différents types d'appareils et de renforcer la collaboration avec les alliés des États-Unis. / Exercise Cougar South allows Canadian pilots to train alongside different types of aircraft and strengthen collaboration with United States allies.



Le col Joshua Kutryk, astronaute de l'Agence spatiale canadienne de même que pilote de chasse et d'essai de l'ARC, a visité le 425 ETAC à la base aérienne Davis-Monthan au cours de l'exercice Cougar South 24. Le col Kutryk a parlé avec les troupes des défis du vol spatial et de l'importance du travail qu'ils accomplissent pour la paix et la sécurité mondiale. Il a également raconté l'époque où il s'est envolé pour la première fois avec une bombe GBU-49 lors des premiers tests de développement. Cette arme est actuellement utilisée dans le cadre de l'exercice. / Col Joshua Kutryk, Canadian Space Agency astronaut and RCAF Fighter and Test Pilot visited 425 TFS at Davis-Monthan AFB during Cougar South 24. Col Kutryk spoke with the troops about the challenges of space flight and the importance of the work they do for global security. He also recounted the time he first flew to with the GBU-49 bomb during initial development testing, a weapon that is currently being employed on the exercise.

Major exercise in Arizona

A large contingent of soldiers from the 3 Wing and several CF-18 fighters from 425 Squadron are currently taking part in the important Cougar South 24 exercise in Arizona.

The Bagotville delegation succeeded that of the 4 Wing of Cold Lake on Feb-

ruary 28. This major exercise aims to optimize interoperability between Canadian air forces and its United States allies.

“The goal of the exercise is to generate a lethal air combat force by integrating with our U.S. allies, including U.S. F-16s, A-10s, MH-60s and F-35s in various training sce-

narios to also to increase our preparation,” explains the commander of 425 ETAC, LCol Maxime Renaud.

The weather conditions near Davis-Monthan Air Force Base, Arizona, greatly facilitate the holding of numerous training missions and a sustained tempo of operations.

GARAGE
La Baie **SP**
PNEUS + MÉCANIQUE

Vente et installation de pneus
Mécanique générale
Accessoires pour autos et camions
For English speaking advisor ask for Guy Choinière

IL EST TEMPS DE MAGASINER VOS PNEUS D'ÉTÉ...
VENEZ NOUS VOIR!
Possibilité de financement en collaboration avec **CANEX**
Toutes les grandes marques de pneus
Grande sélection de jantes (Roues et Mags)

ASTUCE DE PRO...
Faites gonfler vos pneus à l'azote. Ce gaz inerte vous permet de limiter l'usure des pneus, car il n'est pas affecté par la température, donc moins de consommation d'essence, de perte de pression et de risque d'éclatement.

Prenez rendez-vous aujourd'hui
418-544-4455
2460, rue Bagot
La Baie
f /garagesplabaie

PRINCIPES D'ENTRAÎNEMENT
LA PROGRESSION

AUGMENTER LA CHARGE D'ENTRAÎNEMENT PROGRESSIVEMENT POUR ↓ LES RISQUES DE BLESSURES ET ↑ VOS PERFORMANCES

EXEMPLES:
↑ L'INTENSITÉ: ↓ TEMPS DE REPOS / ↑ CHARGE OU LA VITESSE
↑ LE VOLUME: + SÉRIES / + DE RÉPÉTITIONS / + DE DISTANCE

COMMUNIQUEZ AVEC VOS KINÉSIOLOGUES POUR PLUS DE DÉTAILS GYMNASSE.BAGOTVILLE@FORCES.GC.CA

La 2^e Escadre dans la région du Pacifique

Du 5 au 23 février, plus de 2 400 militaires en provenance des États-Unis, du Japon, de l'Australie, de la Corée du Sud, de la France et du Canada se sont réunis à Guam dans le cadre de l'exercice COPE NORTH 24 (Ex CN). Parmi ceux-ci se trouvait un détachement de l'Aviation royale canadienne (ARC) composé entièrement de membres de la 2^e Escadre de Bagotville.

Collaboration spéciale
Lt Nabil Allou
Affaires publiques 2^e ERE

Créé en 1978 à la Base aérienne de Misawa au Japon, l'Ex CN fut déplacé à la Base Andersen de la Force aérienne américaine à Guam en 1999. Initialement structuré comme exercice bilatéral, il devint un exercice trilatéral avec l'ajout de la Force aérienne royale australienne en 2012. Aujourd'hui, l'Ex CN figure comme l'un des plus grands exercices multilatéraux annuels des Forces aériennes américaines du Pacifique. L'édition de 2024 est cependant une itération spéciale, du moins pour le Canada, car il s'agit de la toute première participation de l'ARC au-delà de l'observation.

La mission générale de l'exercice, réparti sur la Base Andersen, l'aérodrome de Northwest Field, l'aéroport international Antonio B. Won Pat de Guam et les îles Mariannes du Nord, était de mener des opérations multilatérales aériennes de combat, des opérations agiles et des opérations de contingences basées sur un scénario prédéterminé. Au niveau de la 2^e Escadre, l'intention était « de poursuivre le développement du concept d'emploi de forces de combat adaptables, d'améliorer l'interopérabilité, l'esprit de guerre, ainsi que les relations avec les alliés et partenaires de la zone de responsabilité de l'Indopacifique », tel que le souligne le commandant de la formation, le colonel Steeve Belley.

Les membres de la 2^e Escadre

en exercice ont participé à plusieurs entraînements à Guam destinés notamment à l'escadrille de protection de la force, lors du cours des forces de sécurité multinationales, et au génie construction, à travers le cours de réparation rapide des dommages et d'installations de plaques d'aérodromes. Les membres ont également participé au contrôle expéditionnaire du trafic aérien, au ravitaillement d'aéronefs, aux opérations logistiques et à la planification de missions aériennes. Cette multitude d'activités et de tâches était toute coordonnée et complétée sous un thème commun, celui de l'emploi de forces de combat adaptables (EFCA).

Le concept d'EFCA est un schéma de manœuvre opérationnel récemment introduit par la Force aérienne des États-Unis. Il s'agit principalement de favoriser l'agilité, la dissuasion et la résilience dans un environnement contesté ou dégradé. Et cela entre précisément dans le champ d'expertise expéditionnaire de la 2^e Escadre, qui a le mandat de se déployer rapidement au Canada ou l'étranger à tout moment.

Nous retrouvons un exemple concret de l'application d'EFCA sur l'Ex CN lorsque « l'équipe expéditionnaire canadienne de gestion du trafic aérien a contrôlé le tout premier atterrissage d'un chasseur étranger au Northwest Field et testa les plaques d'aérodromes récemment installées avec l'aide des Canadiens de l'équipe de génie construction de la force opérationnelle multinationale », nous explique le capitaine Alan Morgan, commandant du détachement de l'ARC sur Ex CN 24. Un moment véritablement historique pour le Canada et le concept d'EFCA.

« Nous avons développé de formidables relations durant cet exercice, et nous avons déjà grandement hâte de revenir à Guam », ajoute le capitaine Morgan. Sur ce, on se dit donc à l'année prochaine!



La capt Sarah Hardie, le sgt Joshua Black et le cplc Jarad Inman du 8^e Escadron de transmissions et contrôle aérien de la 2^e Escadre participent au contrôle aérien sur le terrain à Northwest Field sur la base américaine d'Andersen à Guam. / Capt Sarah Hardie, Sgt Joshua Black and MCpl Jarad Inman from 2 Wing's 8 Air Communications and Control Squadron participate in field air traffic control at Northwest Field on US AFB Andersen in Guam.



Accompagné de militaires japonais, américains, et australiens, le cpl Samuel Létourneau, du génie construction de la 2^e Escadre, au centre, participe à la formation sur la réparation rapide des dommages et l'installation de plaques d'aérodromes. / Accompanied by Japanese, American and Australian soldiers, Cpl Samuel Létourneau, from the construction engineering of the 2 Wing (in the center) participates in training on the rapid repair of damage and the installation of airfield plates.

2 Wing in Pacific region

More than 2,400 military personnel from the United States, Japan, Australia, South Korea, France and Canada gathered in Guam from February 5th to 23rd, for the 2024 iteration of Exercise COPE NORTH 24 (Ex CN). Among them was a Royal Canadian Air Force (RCAF) detachment made up entirely of 2 Wing members.

Established in 1978 at Misawa Air Base in Japan, Ex CN was moved to the Andersen Air Force Base in Guam in 1999. Initially structured as a bilateral exercise, it became a trilateral exercise with the addition of the Royal Australian Air Force in 2012. Today, Ex CN is one of the largest annual multilateral exercises of the United States' Pacific Air Forces. The 2024 iteration, however, marks a special occasion for Canada as it is the first time the RCAF has participated beyond observation.

Spread across Andersen Air Force Base, Northwest Field, Antonio B. Won Pat International Airport and the Northern Mariana Islands, the overall mission of the exercise was to conduct multilateral

Combat Air Force operations, agile operations and contingency operations based on a predetermined scenario. At the 2 Wing level, the intention was "to further develop the concept of Agile Combat Employment, improve interoperability and the warfighting spirit, and strengthen relations with our allies and partners in the Indo-Pacific area of responsibility", as emphasized by 2 Wing Commander, Colonel Steeve Belley.

The 2 Wing members on exercise took part in a number of training opportunities in Guam, including those for the Force Protection Flight, on the Multinational Security Forces course, and for the Construction Engineers, on the Rapid Airfield Damage Repair and Matting Installation course. The members also took part in expeditionary air traffic control, aircraft refuelling, logistics operations and air mission planning. This multitude of activities and tasks was all coordinated and complemented under the common theme of Agile Combat Employment (ACE).

The ACE concept is an operational scheme of maneuver

recently introduced by the United States Air Force. It is primarily designed to promote agility, deterrence and resilience in a contested or degraded environment. And this is precisely within the expeditionary expertise of 2 Wing, which has a mandate to deploy rapidly within Canada or abroad at any time.

A concrete example of the ACE's application on Ex CN was when "the Canadian Expeditionary Air Traffic Management Team controlled the first-ever landing of a foreign fighter aircraft at Northwest Field and tested the new Airfield Matting installed with the help of the Canadians from the Multinational Task Force Construction Engineering Team", explains Captain Alan Morgan, commander of the RCAF detachment on Ex CN 24. A truly historic moment for Canada and the concept of ACE.

"We have developed some incredible relationships during this exercise, and we are already looking forward to returning to Guam," adds Captain Morgan. On that note, we are looking forward to next year!

Des records du monde en dynamophilie

En 15 ans, le major Tavis Harris, officier de renseignement au 3 ESO, a cumulé des dizaines de records nationaux et pas moins de six records mondiaux en dynamophilie, mieux connue sous l'appellation anglaise « powerlifting ».

Dans ce sport qui commence à prendre de l'importance en Amérique du Nord, l'objectif est de lever la plus lourde charge possible lors des compétitions. Il se distingue de l'haltérophilie par ses mouvements techniquement plus basiques, où les charges sont plus lourdes et l'amplitude des mouvements plus courte. Il se divise en trois types de levées, la flexion des jambes (squat), le développé couché (bench press) et le soulevé de terre (deadlift).

Chaque compétiteur a droit à trois essais par épreuve et le meilleur est reconnu pour le

total de la compétition.

« Quand j'étais en poste dans l'Ouest en 2008, il y a quelqu'un au gymnase où je m'entraînais qui m'a dit que j'avais l'air fort et que je devrais essayer le powerlifting. J'ai contacté un entraîneur pour faire un essai et voilà où j'en suis aujourd'hui! Je n'ai jamais arrêté », raconte le major Harris.

Aujourd'hui âgé de 43 ans, il s'entraîne tous les jours en compagnie d'une quinzaine d'autres adeptes de ce sport dans un gymnase privé de Jonquière. Car même si la dynamophilie est un sport individuel, elle demande le soutien de toute une équipe.

« Lors des entraînements, il faut souvent cinq à six personnes pour assurer la sécurité et pouvoir retenir les charges en cas de problème. Les conseils des autres sont aussi



Le major Harris arrive à lever plus de 837 livres en flexion des genoux. On le voit ici à l'œuvre lors d'une compétition nationale de la WRP. / Major Harris can lift more than 837 pounds in squat. We see him here at work during a national WRP competition.

World records in Powerlifting

In 15 years, Major Tavis Harris, intelligence officer at 3 ESO, has accumulated dozens of national records and no less than six world records in powerlifting.

In this sport, which is starting to gain importance in North America, the objective is to lift the heaviest weight possible during competitions. It differs from weightlifting by its more technically basic movements, where the loads are heavier and the range of movements shorter. It is divided into three types of lifts, the squat, the bench press, and the deadlift.

Each competitor is allowed three attempts per event and the best is recognized for the competition total. "When I was stationed out west in 2008, there was someone at the gym I was training at who told me I looked strong and that I should try powerlifting. I contacted a trainer to give it a try and this is where I am today! I never

stopped," says Major Harris.

Now aged 43, he trains every day with around fifteen other fans of this sport in a private gymnasium in Jonquière. Because even if powerlifting is an individual sport, it requires the support of an entire team.

"During training, five to six people are often needed to ensure safety and to be able to hold the loads in the event of a problem. Advice from others is also very important when preparing for a competition and watching videos of our movements," explains Major Harris.

Indeed, when a powerlifter lifts at arm's length, lying on his back, a load of 733 pounds (more than 332 kilos), if it slips from his hands, he needs good arms to hold him back before the bar crashes into his face.

Major Harris' personal marks are impressive, with 733 pounds in the bench press,

678 pounds in the deadlift and 837 pounds in the squat, for a total of 2,067 pounds.

Depending on the competitions in preparation, athletes plan training loads in waves to reach maximum capacity when it counts. "When I arrive at the competition, I have a very specific objective and I trained with the weights before getting there," explains the powerlifter.

Thus, all the athletes support each other and ask for help from other team members depending on the stage of training they are at.

For Major Harris, the next competition is scheduled for May 4 in Sainte-Thérèse, near Montreal. He wants to reach a cumulative load of 2,200 pounds for all three events.

Until then, he continues to hit the gym at least five days a week and support his teammates in practice.

très importants lorsqu'on se prépare pour une compétition et qu'on regarde les vidéos de nos mouvements », explique le major Harris.

En effet, lorsqu'un dynamophile lève à bout de bras, couché sur le dos, une charge de 733 livres (plus de 332 kilos), si elle lui glisse des mains, il faut de bons bras pour le retenir avant que la barre ne s'écrase sur son visage.

Les marques personnelles du major Harris sont impressionnantes, avec 733 livres au développé couché, 678 livres au soulevé de terre et 837 livres en flexion des jambes, pour un total de 2 067 livres.

En fonction des compétitions en préparation, les athlètes

planifient les charges à l'entraînement en vague pour atteindre le maximum de capacité lorsque ça compte. « Lorsque j'arrive à la compétition, j'ai un objectif bien précis et je me suis entraîné avec les charges avant d'y arriver », explique le dynamophile.

Ainsi, tous les athlètes se soutiennent et demandent plus ou moins de l'aide des autres membres de l'équipe selon le stade d'entraînement auquel ils sont rendus.

Pour le major Harris, la prochaine compétition est prévue le 4 mai prochain à Sainte-Thérèse, près de Montréal. Il souhaite atteindre un cumulatif de charge de 2 200 livres pour l'ensemble des trois épreuves.

Pour vous servir!



Retraité des FAC en vente automobile

Released on march 15th of 2021 as a Military Police at CFB Bagotville. I am now a salesman at the family business and it will be a pleasure to serve the CAF community.

Alexandre Bergeron
Conseiller en produits
Tél: 418-549-5574
Cell: 418-817-2953

rocoto
TOYOTA
1540, boul du Royaume
Chicoutimi

VOUS ÊTES MUTÉS?

LAISSEZ-NOUS VOUS AIDER!

WE WILL BE GLAD TO SERVE YOU IN ENGLISH

Expérience - Expertise - Intégrité

Militaire à la retraite



Marie-Josée Grenon

Courtier immobilier
résidentiel et commercial

418-812-9660



Marc Dubois

Courtier immobilier
résidentiel et commercial

418-812-6004



Réjean Aubry

Courtier immobilier
résidentiel et commercial

418-591-3131



Via Capitale
Saguenay-Lac-Saint-Jean
Agence immobilière

POUR ACHETER OU VENDRE contactez nous!

viaprotections

HYPOTHÉCAIRE

DOMICILIAIRE

PROPRIÉTAIRE

Accrédités BGRS

STRENGTHENING THE ÉNERGISER LES **FORCES**

Améliorez votre bien-être grâce au pouvoir de votre ventre!

Oui, le titre peut sembler étrange, mais comme le souligne la nutritionniste Andréanne Martin, « il y a énormément de communication qui se fait entre l'intestin et le cerveau d'en haut. L'intestin produit beaucoup de neurotransmetteurs, comme ceux du bien-être. Beaucoup de neurotransmetteurs associés à la gestion du stress sont produits dans l'intestin également. C'est assurément notre deuxième cerveau. »

Notre microbiote est comme une fête dans notre ventre, avec près de 100 000 milliards d'invités microscopiques. Ensemble, ce sont des vedettes de notre bien-être mental et physique. Le microbiote a plusieurs fonctions de mieux en mieux connues des chercheurs. Ces derniers sont maintenant en mesure de faire un lien direct entre un microbiote déséquilibré et plusieurs maladies chroniques.

L'excellente nouvelle, c'est que nous avons tous le pouvoir de jouer positivement sur cette fête. Chacun d'entre nous possède un microbiote différent. Cependant, on évalue à plus de 40 % la proportion que l'on peut contrôler et améliorer à l'aide, entre autres, de l'alimentation.

Pour en apprendre davantage sur le microbiote, Radio-Canada a écrit un magnifique article : [Le microbiote, notre deuxième cerveau | Mordu \(radio-canada.ca\)](#)

Andrew Huberman, un scientifique reconnu, a fait une excellente vidéo sur le sujet. Recherchez : « How to enhance your gut microbiome for brain and overall health ».

Pour terminer, rappelons que le mois de la nutrition est toujours en cours. Deux belles activités se déroulent présentement, communiquez avec la Promotion de la santé afin d'être certain de ne rien manquer au poste 661-7102 ou à l'adresse promosante@forces.gc.ca

Improve your well-being with the power of your belly!

Yes, the title may sound strange, but “there’s a huge amount of communication that happens between the gut and the brain above. The intestine produces a lot of neurotransmitters, such as those for well-being. Many neurotransmitters associated with stress management are produced in the gut as well. It’s definitely our second brain,” underlines nutritionist Andréanne Martin.

Our microbiota is like a party in our belly, with nearly 100 trillion microscopic guests. Together, they are stars of our mental and physical well-being. The microbiota has several functions that are increasingly better known to researchers. The latter are now able to make a direct link between an unbalanced microbiota and several chronic diseases.

The excellent news is that we all have the power to have a positive impact on this holiday. Each of us has a different microbiota. However, it is estimated that more than 40% of the proportion can be controlled and improved using, among other things, diet.

To learn more about the microbiota, Radio-Canada has written a magnificent article: [The microbiota, our second brain | Mordu \(radio-canada.ca\)](#)

Andrew Huberman, a renowned scientist, made an excellent video on the subject. Search: “How to enhance your gut microbiome for brain and overall health.”

Finally, let's remember that nutrition month is still in progress. Two great activities are currently taking place, contact Health Promotion to be sure not to miss anything at extension 661-7102 or at promosante@forces.gc.ca

17 MAI À BAGOTVILLE—INSCRIVEZ-VOUS



www.rcafrun.ca



IT IS HERE!

C'EST ICI!



MAY 17 IN BAGOTVILLE—REGISTER

Parcours militaire : naviguer avec succès la transition de carrière

Pendant les 30 dernières années, j'ai été aux côtés d'employés du ministère de la Défense nationale pour les aider à passer d'une carrière à une autre, que ce changement soit volontaire, obligatoire ou pour des raisons médicales. Ce sont des centaines d'entre eux, chacun avec leurs particularités financières et fiscales, que j'ai accompagnés pour faciliter leur transition.

Avec les années, j'ai remarqué, avec tous ces programmes et règles fiscales qui changent, que les choix à faire pour la transition de carrière sont plus complexes. Mon expérience m'a enseigné que les militaires ont tous un parcours de transition différent et que chacun d'entre eux a sa propre réalité. Il est donc important d'avoir un plan où la personne est au centre des préoccupations.

C'est la raison qui motive ma chronique. Chaque mois, je présenterai un parcours qui regroupe plusieurs étapes de la transition de carrière à réaliser en tant que militaire. Bien entendu, ce ne sont pas des étapes obligatoires, mais plutôt une référence ou un guide de différentes actions à réaliser pour aider à surmonter les difficultés qui peuvent se présenter.

Face aux défis de la transition, il est essentiel d'explorer de nombreuses options afin de choisir ce qui convient le mieux à sa situation. Pour prendre les décisions avantageuses, il faut connaître les différentes possibilités et s'informer en consultant les différents professionnels du milieu. Avec mes chroniques, je m'engage à vous fournir autant d'informations que possible pour permettre la prise de décision éclairée.

Il est important de ne pas rester passif face à la transition de carrière. Être proactif, c'est la clé du succès et le processus devient moins stressant. Plus vous serez informé, moins le poids de la transition vous pèsera, rendant l'ensemble de l'expérience plus agréable.

PATRICE BERGERON
Directeur général
de la Caisse Desjardins
des militaires



Desjardins
Caisse des militaires

Besoin d'une relocalisation sans tracas?

Contactez-nous!

Notre personnel expert:

- Simplifie votre vie lors de vos relocalisations
- Comprend vos particularités financières
- Est là pour chaque étape de votre carrière (et même après!)
- Offre des rabais et avantages exclusifs

Nous avons 7000 membres, ce n'est pas pour rien!

 **Desjardins**
Caisse des militaires

Need a hassle-free relocation? Contact us!

Our expert staff:

- Makes relocation easier
- Understands your specific financial needs
- Is there at every stage of your career (even after!)
- Offers exclusive discounts and benefits

7,000 members, they can't be wrong!



caissedesmilitaires.com

Before you receive your
posting instruction, visit our
website for:

The
ABCs
of military
postings

*Getting on the road to sound financial, housing,
and military life decisions for Canadian Armed
Forces members and their families*

Avant de recevoir votre directive
d'affectation, visitez notre site
web pour :

L',
ABC
des
affectations
militaires

*Sur la bonne voie : la prise de décisions avisées en
matière de finances, de logement et de vie militaire
pour les membres des FAC et leurs familles*

Ombudsman
National Defence and
Canadian Armed Forces  Défense nationale et
Forces armées canadiennes

WWW.OMBUDS.CA
WE ARE READY TO HELP.
NOUS SOMMES PRÊTS À VOUS AIDER.
1-888-828-3626

 **Canada**

Atelier de prévention des blessures

Le 5 février dernier, deux entraîneurs du PSP ont donné un atelier de deux heures sur la prévention de blessures pour les étudiants-techniciens en armement aérien du 3 EMA.

Collaboration spéciale
L'équipe de conditionnement physique PSP

Ce sont les enseignants du 3 EMA qui sont à l'origine de cette initiative, ayant fait une demande de soutien à l'équipe PSP en novembre dernier. Le mandat donné aux membres du conditionnement physique était de développer des outils d'enseignement et d'entraînement physique spécifiques aux tâches de ces techniciens afin de réduire les blessures et d'amener une prise de conscience des risques liés aux mouvements qu'ils exécutent régulièrement dans le cadre de leur travail.

Cette demande rejoint la mission du conditionnement physique des PSP qui est de soutenir les militaires dans le maintien de leur bonne condition physique durant leurs opérations en leur offrant des entraînements de groupe, des programmes personnalisés et des ateliers sur différents sujets selon les besoins.

Les techniciens en armement doivent effectuer beaucoup de mouvements à répétitions incluant souvent la levée de charges, des positions de travail difficiles et des mouvements contraignants. Lors d'un sondage réalisé en 2019 auprès des militaires du 3 EMA, une majorité a fait état de blessures ou de douleurs au bas du dos, au haut des épaules et à la base du cou. Les instructeurs en armement aérien mentionnent également que l'apparition de douleur et les risques de blessures sont courants lors de la formation des étudiants.

En 2019 et en 2023, les premières études ont été réalisées. Elles consistaient à observer les tâches de travail en temps réel et à les expérimenter. Lors de cette période d'observation, les membres

ont été aussi questionnés sur leur horaire de travail quotidien et hebdomadaire.

Par la suite, des discussions ont eu lieu avec l'équipe de formateurs afin d'établir des objectifs de prévention et de sensibilisation pour les futurs techniciens portant sur les bonnes pratiques à adopter lors de la formation et au travail. L'objectif étant évidemment de faire prendre conscience aux membres des meilleures habitudes et pratiques de travail à adopter.

En janvier 2024, l'équipe du conditionnement physique a entrepris la deuxième étape de cette initiative. La durée de la formation des étudiants technicien du 3 EMA est de six semaines. Il a donc été pertinent d'offrir l'atelier de prévention des blessures à la première journée de la formation. Cet atelier comprenait deux volets : théorique et pratique. La première partie visait à

sensibiliser les membres à l'impact de leurs habitudes de vie et des principes d'entraînements sur leur travail. De plus, les différentes postures et la gestion de la douleur ont été discutées. La deuxième partie était pratique. Des tests de dépistage sur les différents mouvements fonctionnels spécifiques au métier ont été effectués pour cibler les contraintes physiques individuelles des étudiants. Ensuite, les militaires en formation ont expérimenté les techniques de soulevées de charge et de déplacement de charge, l'utilisation adéquate des bases d'appui et l'engagement de l'unité centrale (core). L'expérience de cet atelier s'est conclue par la démonstration d'une activation physique suggérée pour préparer le corps au travail lors de l'armement du CF-18.

Cet atelier offert aux étudiants techniciens a été très enrichissant également pour l'équipe PSP de la BFC Bagotville. À



Les futurs techniciens du 3 EMA participent ici à un atelier de prévention des blessures. / Future technicians from 3 AMS participate here in an injury prevention workshop.

la suite d'un sondage effectué après le cours, les étudiants ont mentionné avoir apprécié la partie pratique. L'objectif est donc d'offrir ces cliniques de préventions de blessures à chaque début de session de la formation et d'offrir aux militaires du 3 EMA une classe d'entraînement physique adapté à leur métier à raison d'une fois par semaine.

L'équipe est très fière du développement de ce programme qui prouve l'importance du soutien que ses membres peuvent apporter au maintien des opérations et de la bonne forme physique des membres.

Pour plus d'informations, envoyez un courriel au gymnase.bagotville@forces.gc.ca

Injury prevention workshop

On February 5, two PSP coaches gave a two-hour workshop on injury prevention for air weapons technician students from 3 AMS.

It is the teachers of 3 AMS who are at the origin of this initiative, having made a request for support to the PSP team last November. The mandate given to fitness members was to develop teaching and physical training tools specific to the tasks of these technicians in order to reduce injuries and raise awareness of the risks associated with the movements they regularly perform as part of their work.

This request is in line with the PSP physical fitness mission, which is to support soldiers in maintaining their good physical condition during their operations by offering them group training, personalized programs and workshops on different subjects as needed. Weapons technicians must per-

form a lot of repetitive movements, often including lifting loads, difficult working positions and restrictive movements. During a 2019 survey of 3 AMS soldiers, a majority reported injuries or pain in the lower back, upper shoulders and base of the neck. Aerial weapons instructors also mention that the occurrence of pain and the risk of injury are common during student training.

In 2019 and 2023, the first studies were carried out. They consisted of observing work tasks in real time and experimenting with them. During this observation period, members were also questioned about their daily and weekly work schedule.

Subsequently, discussions took place with the team of trainers in order to establish prevention and awareness objectives for future technicians relating to good practices to adopt during training and at work. The objective is obviously to make members aware of the best working habits and practices to adopt.

In January 2024, the fitness team began the second phase of this initiative. The duration of training for 3 AMS technician students is six weeks. It was therefore appropriate to offer the injury prevention workshop on the first day of training. This workshop included two parts: theoretical and practical.

The first part aimed to make members aware of the impact of their lifestyle habits and training principles on their work. Additionally, different postures and pain management were discussed. The second part was practical. Screening tests on the various functional movements specific to the profession were carried out to target the individual physical constraints of the students. Then, the soldiers in training experienced load lifting and load moving techniques, the appropriate use of support bases and the engagement of the central unit (core). The workshop experience concluded with the demonstration of a physical

activation suggested to prepare the body for work when arming the CF-18.

This workshop offered to student technicians was also very enriching for the PSP team at CFB Bagotville. Following a survey carried out after the course, the students mentioned that they appreciated the practical part. The objective is therefore to offer these injury prevention clinics at the start of each training session and to offer the soldiers of the 3 AMS a physical training class adapted to their profession once a week.

The team is very proud of the development of this program which proves the importance of the support that its members can provide to maintaining operations and the good physical shape of members.

For more information, email gymnasium.bagotville@forces.gc.ca



VOTRE FORCE AÉRIENNE
YOUR AIR FORCE

Formation des pilotes du Commonwealth

l'Avro Anson et le Tiger Moth. Au total, 107 écoles accueillent 167 000 élèves.

Au Saguenay, la base de Bagotville ouvre ses portes en 1942 pour recevoir la première des sept Unités d'entraînement opérationnel (UEO) dans le cadre du Plan d'entraînement aérien du Commonwealth britannique. Après avoir passé des examens exigeants, les meilleurs élèves promus des écoles canadiennes de pilotage y sont envoyés pour compléter une formation de 12 semaines avant de combattre outre-mer. À partir du mois de septembre 1942, les élèves-officiers effectuent plusieurs heures de vol par mois sur des appareils Hawker Hurricane. Ils pratiquent aussi leurs tirs à Saint-Gédéon et larguent des bombes sur des cibles flottantes. Au total, 940 pilotes sont formés à Bagotville entre 1942 et 1944.

À la fermeture des classes du Plan d'entraînement aérien du Commonwealth britannique au Canada en mars 1945, 131 553 élèves obtiennent un brevet. Toutefois, 2367 individus ont perdu la vie, non seulement durant des pratiques de vol, mais

Le Plan d'entraînement aérien du Commonwealth britannique (PEACB) est l'une des grandes contributions de guerre du Canada. C'est en raison de l'immensité de son territoire, de la proximité des usines américaines, de l'accès facile au carburant et de son éloignement de la violence des combats que le Canada est choisi pour entraîner les aviateurs.

Collaboration spéciale
Yves Dupéré
Musée de Bagotville

Les premières écoles voient le jour au mois d'avril 1941. Des formations sont données pour les pilotes, les observateurs, les bombardiers, les sans-filistes, les mitrailleurs, les navigateurs et les mécaniciens. Les batailles faisant rage au Royaume-Uni poussent le Canada à construire 8 076 avions. Entre autres, le North American Harvard,



Les élèves-officiers effectuaient plusieurs heures de vol sur des Hawker Hurricane au cours de leur formation à Bagotville durant la Seconde Guerre mondiale. / The cadets flew several hours on Hawker Hurricanes during their training at Bagotville during the Second World War.

aussi lors d'activités extramilitaires.

Le PEACB forme plusieurs

combattants de l'air, mais avec l'apparition de toutes ces écoles, de même que la vie des élèves et du person-

nel, il stimule également l'économie des localités avoisinantes et un héritage qui demeure aujourd'hui.

Commonwealth Pilot Training

The British Commonwealth Air Training Plan (BCATP) was one of Canada's great wartime contributions. It is because of the immensity of its territory, the proximity of American factories, easy access to fuel and its distance from the violence of combat that Canada is chosen to train aviators.

The first schools were opened in April 1941. Training was given for pilots, observers, bombers, wireless operators, machine gunners, navigators and mechanics. The battles raging in the United Kingdom pushed Canada to build 8,076

planes. Among others, the North American Harvard, the Avro Anson and the Tiger Moth. In total, 107 schools welcome 167,000 students.

In Saguenay, the Bagotville base opened its doors in 1942 to receive the first of seven Operational Training Units (UEO) as part of the British Commonwealth Air Training Plan. After passing demanding exams, the best students promoted from Canadian flight schools are sent there to complete 12 weeks of training before fighting overseas. From September 1942, cadets flew several hours per month on Hawker Hurricane aircraft. They also practice their

shooting at Saint-Gédéon and drop bombs on floating targets. In total, 940 pilots were trained in Bagotville between 1942 and 1944.

When the British Commonwealth Air Training Plan classes in Canada closed in March 1945, 131,553 students obtained a certificate. However, 2,367 individuals lost their lives, not only during flight practices, but also during extramilitary activities. The PEACB trains several air fighters, but with the appearance of all these schools, as well as the lives of the students and staff, it also stimulates the economy of neighboring communities.


**PLUS DE 70 CHOIX
D'ENTRAÎNEMENT
VIRTUELS À VOTRE PORTÉE!**


ABONNEZ-VOUS
SERVICES DE BIEN-ÊTRE ET MORAL DES FC

**Suivez la page Facebook du CRFM
pour ne rien manquer**

**Follow MFRC's Facebook page
So you don't miss anything**



LES BRÈVES VORTEX THE BRIEF



Régional de basketball

La BFC Bagotville a reçu le championnat régional masculin de basketball de la région du Québec au cours de la dernière semaine de février. Des équipes de Bagotville, Valcartier, Ottawa et Montréal ont pris part au tournoi. C'est l'équipe d'Ottawa qui représentera la région au championnat national en mai prochain à Petawawa. / CFB Bagotville received the regional men's basketball championship from the Quebec region during the last week of February. Teams from Bagotville, Valcartier, Ottawa and Montreal took part in the tournament. It is the Ottawa team that will represent the region at the national championship next May in Petawawa.



Prix Cormoran / Cormoran Award

Lors de son passage à Bagotville, le bgén Ron Walker en a profité pour remettre officiellement le prix Cormoran à un équipage de l'Escadron 439. De gauche à droite : le col Colin Marks, commandant de la 3^e Escadre Bagotville, le bgén Ron Walker de la 1^{re} DAC, le capt Kevin Desjardins, le sgt Éric Gélinas, la capt Paula Findlater et M. Brian McEachen de Leonardo Helicopters. / During his visit to Bagotville, BGen Ron Walker took the opportunity to officially present the Cormoran Award to a crew from 439 Squadron. From left to right: Col Colin Marks, commander of 3 Wing Bagotville, BGen Ron Walker from 1 DAC, Capt Kevin Desjardins, Sgt Eric Melina, Capt Paula Findlater and Mr. Brian McEachen of Leonardo Helicopters.



Visite du bgén Walker

Le bgén Ron Walker, responsable de la génération de la force à la 1^{re} Division aérienne du Canada, était de passage pendant deux jours à Bagotville les 21 et 22 février derniers. Il a rencontré de nombreux membres de la 3^e Escadre. Il a notamment été question de l'arrivée du nouveau CF-35 au sein de l'ARC. / BGen Ron Walker, responsible for force generation at the 1st Canadian Air Division, was in Bagotville for two days on February 21 and 22. He met many members of the 3rd Wing. There was discussion of the arrival of the new CF-35 within the ARC.



Voyageur Aviation
commémore fièrement
le centenaire de l'ARC

Voyageur Aviation
proudly commemorates
the RCAF Centennial

Proposer des solutions innovantes.
voyageur AVIATION
Delivering innovative solutions.

voyav.com

Lorsqu'il s'agit de jeux de hasard et d'argent, il est important de respecter les Lignes directrices sur les habitudes de jeu à moindre risque.

Consultez le site lignesdirectricesjeu.ca pour en savoir plus.

LE MONTANT	LA FRÉQUENCE	LE NOMBRE
 1% Évitez de jouer plus de du revenu de votre ménage, avant impôts, par mois	 4 Évitez de jouer plus de jours par mois	 2 Évitez de jouer régulièrement à plus de formes de jeux de hasard et d'argent



#LDHJ

La chapelle Emmanuel accueille la capf Gosse

Dans un esprit de camaraderie, la communauté protestante de la chapelle Emmanuel de Bagotville a accueilli la capitaine de frégate Jennifer Gosse, conseillère protestante principale de l'aumônier général des FAC.

Collaboration spéciale
Maj Andrew Cameron
Aumônier Bagotville

Démontrant son soutien et sa solidarité envers la BFC Bagotville, l'aumônière Gosse a assisté au culte protestant du dimanche.

Le but de cette visite n'était pas simplement cérémonial; il s'agissait plutôt d'un témoignage de l'engagement véritable de la capf Gosse à favoriser les liens et à développer la communauté militaire protestante locale. Sur fond de rires et d'histoires partagées, l'aumônière Gosse a pris le temps d'écouter attentivement les préoccupations et les aspirations des paroissiens, leur offrant des mots d'encouragement au passage.

Au fil de la visite, il est devenu évident que la présence de la capf Gosse était non seulement une source d'inspiration parce qu'elle apportait les salutations de l'aumônier général, mais que son sermon était une voix d'encouragement pour les paroissiens. Sa préoccupation sincère envers les autres nous a rappelé le rôle essentiel que jouent la compassion et la compréhension dans la promotion d'une communauté militaire plus unie et plus cohésive.

Les membres de la chapelle protestante Emmanuel ont apprécié l'occasion qui leur était offerte d'accueillir la capf Gosse, quelqu'un qui partage leurs valeurs et leurs aspirations. La visite a souligné l'importance vitale de répondre aux besoins spirituels des militaires, offrant ainsi une signification et une orientation profondes dans un monde de plus en plus fracturé.

Les portes de la chapelle sont ouvertes à tous. Si vous recherchez une communauté, une nourriture spirituelle ou si vous voulez voir ce qui s'y passe, les rencontres ont lieu le dimanche à 9 h du matin. Notez que les rencontres ont lieu à la salle JAG dans le bâtiment 87 jusqu'à ce que les rénovations de la chapelle soient terminées.



PHOTO : IMAGERIE CPL LEVASSEUR

La capf Jennifer Gosse a pris part au culte protestant du dimanche lors de sa visite à Bagotville le 29 janvier dernier. / The Cdr Jennifer Gosse took part in the Protestant Sunday service during her visit to Bagotville on January 29.

Emmanuel Chapel welcomes Cdr Gosse

In a spirit of camaraderie, the Protestant community of the Emmanuel Chapel in Bagotville welcomed Commander Jennifer Gosse, senior Protestant advisor to the Chaplain General of the FAC.

Demonstrating her support and solidarity with CFB Bagotville, Chaplain Gosse attended the Protestant Sunday service.

The purpose of this visit was not merely ceremonial; Rather, it was a testament to

Cdr Gosse's true commitment to fostering connections and growing the local Protestant military community. Against a backdrop of laughter and shared stories, Chaplain Gosse took the time to listen attentively to the concerns and aspirations of the parishioners, offering them words of encouragement along the way.

As the visit progressed, it became evident that Cdr Gosse's presence was not only a source of inspiration because she brought greetings

from the Chaplain General, but that her sermon was a voice of encouragement for the parishioners. His sincere concern for others reminded us of the essential role that compassion and understanding play in fostering a more united and cohesive military community.

The members of the Emmanuel Protestant Chapel appreciated the opportunity offered to them to welcome Cdr Gosse, someone who shares their values and aspirations. The visit highlighted

the vital importance of meeting the spiritual needs of service members, providing deep meaning and direction in an increasingly fractured world.

The doors of the chapel are open to all. If you're looking for community, spiritual nourishment, or want to see what's going on, meetings are held on Sundays at 9 a.m. Note that meetings are held in the JAG Room in Building 87 until chapel renovations are completed.



1 866 2773553 1 866 2773553 1 866 2773553
1 866 2773553 1 866 2773553 1 866 2773553
1 866 2773553 1 866 2773553 1 866 2773553
1 866 2773553 1 866 2773553 1 866 2773553
1 866 2773553 1 866 2773553 1 866 2773553
1 866 2773553 1 866 2773553 1 866 2773553

1 866 APPELLE

ça soulage!

Au tableau d'honneur

MÉDAILLES ET AUTRES HONNEURS

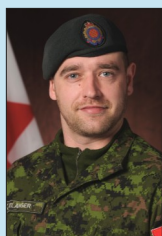
PROMOTIONS



Lt Bourgault



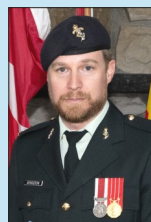
Sgt Fortier



Cpl Bélanger



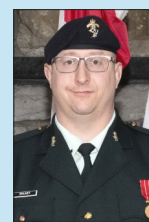
Adj Cloutier
MSO-EXP



Adjum Bergeron
CD



Avr Laflamme
MSO-EXP



Cpl Brunet
CD



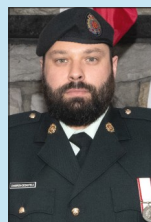
Cpl Desrochers
CD



Cpl Lanteigne
MSS-OTAN



Cplc Doyle-Bourget
CD



Cpl Charron-Desautels
CD



Cplc Rajotte
MSS-EXP



Sgt Bergeron
CD1

Le grade (promotion) ou la décoration (médaille) indiquée devant ou après le nom est celle reçue. Les photos sont publiées par ordre de réception. Par manque d'espace elles peuvent être reportées.

Temps des sucres et chocolats



Maple Sugar Time & Chocolates

Temps des sucres et chocolats

Notre activité du printemps arrive !
Petits et grands, toute la communauté est invitée pour bruncher,
jouer et bricoler afin de célébrer l'arrivée du temps des sucres.
Plus de détails ici :

<https://sbmfc.ca/.../events/temps-des-sucres-et-chocolats>
Samedi 16 mars, de 9 h à 11 h.

Maple Sugar Time and Chocolates

Here is our spring activity!
Children and adults, the whole community is invited for brunch,
games, and crafts to celebrate maple sugar time. More details here:
<https://cfmws.ca/.../events/temps-des-sucres-et-chocolats>
Saturday, March 16, from 9 a.m. to 11 a.m.

Lisez

le **VORTEX**
de Bagotville

en ligne sur pressdisplay.com ou
emportez-le n'importe où
grâce à Press Reader



Les Amputés de guerre

Aidez les personnes amputées tout en
protégeant vos clés avec une plaque porte-clés
de l'Association des Amputés de guerre.



Commandez gratuitement vos
plaques porte-clés à amputesdeguerre.ca.

VOUS VOUS DEMANDEZ QUOI FAIRE SI VOUS OU L'UN DE VOS PROCHES PENSEZ AU SUICIDE?



Une nouvelle série de ressources sur la prévention du suicide – créées pour et par les vétérans et les membres de leurs familles – est maintenant disponible pour aider à soutenir vos proches et vous-même, de la façon qui vous convient le mieux.

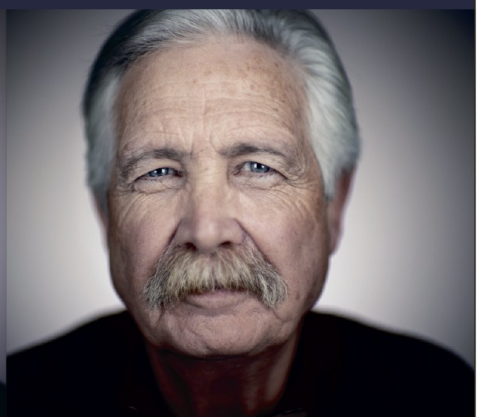
Consultez ces outils à:
atlasveterans.ca/prevention-du-suicide

A INSTITUT ATLAS POUR LES
VÉTÉRANS ET LEUR FAMILLE



centre de
prévention du suicide

Les sourires sont parfois des façades qui cachent la douleur.



Pour certaines personnes qui ont servi dans les Forces armées canadiennes ou la GRC, la santé mentale peut prendre de nombreux visages. Si vous éprouvez des difficultés, il existe des services de soutien pour vous et votre famille.

Veterans.gc.ca/SanteMentale
1-866-522-2022



Anciens Combattants
Canada

Veterans Affairs
Canada

Canada