



VORTEX

Bagotville



Evaluation FORCE / FORCE Test

Les entraîneurs PSP donnent l'exemple
PSP coaches set the example

pages 2-3

Une nouvelle unité de sécurité en développement / A new security unit under development... page 5

Se préparer son retour à la vie civile / Preparing for a return to civilian life... page 6

Le MiG-23 du musée se refait une beauté / A makeover for the Museum's MiG-23... page 9



VITRES+
ACCESSOIRES

Garage Jean-Pierre Tremblay

418 545-4455 | 1737 boul. Talbot, Chicoutimi

Les spécialistes du pare-brise !

Remplacement | Réparation | Assurance



Évaluation FORCE: les entraîneurs des PSP

Il n'y a pas que les militaires qui doivent prouver qu'ils ont la condition physique nécessaire à l'accomplissement de leurs tâches en toutes circonstances. Le personnel de l'équipe de conditionnement physique des Programmes de soutien au personnel des Forces armées canadiennes (PSP) doit aussi se soumettre annuellement à l'évaluation FORCE.

On dit qu'il est toujours bon de prêcher par l'exemple et les spécialistes du conditionnement physique de Bagotville prennent cet adage au sérieux lorsqu'il est question de garder la forme.

Pour le prouver, ils ont pris part en décembre dernier à une évaluation FORCE annuelle. Et leurs résultats parlent d'eux-mêmes alors que tous et toutes ont réussi l'épreuve et même souvent dépassé les attentes.

Élaboré à la fin des années 2000, le test FORCE a progressivement été adopté pour l'en-

semble du personnel entre 2008 et 2015 et est finalement devenu la norme en 2017.

Rappelons que le test FORCE est composé de quatre épreuves visant à évaluer la force physique, la rapidité et la capacité de récupération des participants.

Les participants doivent prendre part à une course précipitée de 20 mètres, soulever des sacs de sable de 20 kilos, compléter une course-navette intermittente avec charge et, finalement, tracter des sacs de sable de 100 kilos. Chacune des épreuves est évaluée et ceux qui atteignent les standards minimums sont déclarés aptes aux opérations avec un niveau Orange. Il leur sera souvent suggéré d'améliorer leur condition physique pour atteindre un niveau supérieur. Au-delà du niveau Orange et Jaune (minimum), on retrouve le niveau Vert qui correspond à une bonne condition physique.

On reconnaît les niveaux suivants de forme physique com-



Les membres de l'équipe de conditionnement physique PSP de Bagotville ont relevé haut la main le défi de l'évaluation FORCE. / The members of the PSP fitness team in Bagotville successfully met the FORCE assessment challenge.

me étant au-dessus de la moyenne. Le niveau Bronze est le plus bas. Ce niveau est atteint par environ 50 % des participants. Mais pour les membres de l'équipe de conditionnement physique PSP, il s'agit d'un minimum à atteindre.

Viennent ensuite les niveaux

Argent (16 % de réussite), Or, qui n'est atteint que par 2 % de ceux qui passent l'évaluation, et enfin, le niveau Platine, que seulement 0,1 % des participants atteindront, soit 1 candidat sur 1 000.

À voir ces chiffres, on comprend mieux ce que représente

l'exploit accompli par la gestionnaire du conditionnement physique adapté à Bagotville, Zoé Grenon-Girard, qui a obtenu pour une 10^e fois consécutive le niveau Platine en décembre dernier.

Les entraîneurs Mickaël Cyr et Alexandre Claveau ont aussi

VORTEX 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 Peter Williams (BFC/CFB Bagotville)

Édition, rédaction, publicité

Edition, Redaction, Publicity

Brin d'com (Eric Gagnon)

418-690-7589

Brindcom.eric@gmail.com

Affaires publiques BFC Bagotville / CFB Public Affairs

418-677-7277 ou 418-677-4145

Gestionnaire PSP Manager

Sébastien Lepagne 677-4000 (poste 661-4339)

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

12 février 2026 / February 12th

Date de tombée pour la prochaine édition /

Deadline for next edition

Mardi 3 février / Tuesday February 3rd

©Sa Majesté le Roi du chef du Canada

AVIS DE NOMINATION



M. Patrice Bergeron, directeur général de la Caisse Desjardins des militaires, a le plaisir d'annoncer la nomination de M. Tomy Shaw au poste de conseiller – Gestion de patrimoine.

Titulaire d'un baccalauréat en administration des affaires, M. Shaw cumule plusieurs années d'expériences dans le domaine financier. Sa spécialité, l'accompagnement pour la transition de carrière, il la pratique avec toutes les compétences et le vécu nécessaires, ayant lui-même porté l'uniforme pendant près de 8 ans.

Entouré d'une équipe de spécialistes, il saura vous proposer des stratégies financières et fiscales pour votre transition de carrière et réaliser vos prochains projets.

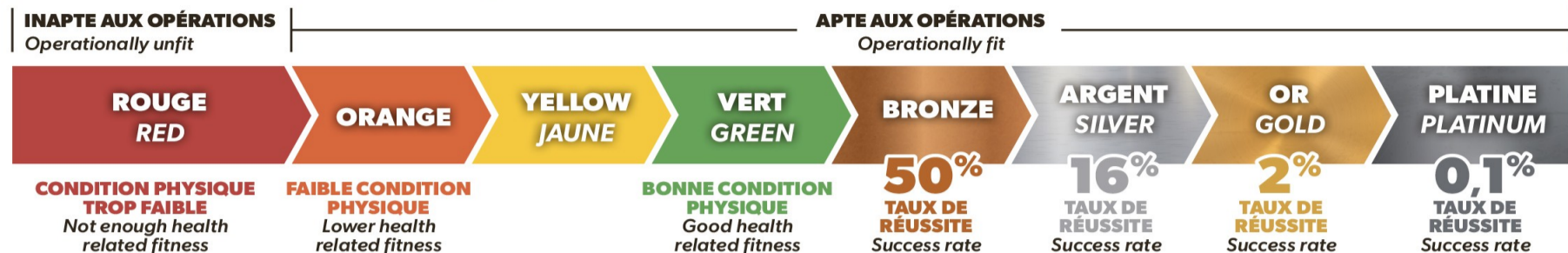
Tomy Shaw
Conseiller – Gestion de patrimoine

 **Desjardins**
Caisse des militaires

Partenaire
à la hauteur
de nos Forces

donnent l'exemple et se distinguent

PROFILS FORCE | FORCE PROFILES



atteint le niveau Platine à leur première évaluation. Philippe Tremblay-Deschênes a pour sa part obtenu la certification Or, alors que Daniel Jean et Francis Houde ont atteint le niveau Argent.

Avec ces résultats, l'ensemble de l'équipe se démarque et prouve qu'ils ont ce qu'il faut pour soutenir les membres qui devront se soumettre à l'évaluation FORCE au cours des prochains mois ou qui souhaitent atteindre des niveaux supérieurs de mise en forme.

Pour soutenir les militaires dans leur préparation à cette évaluation, l'équipe PSP offre d'ailleurs des formations adaptées. Toutes les deux semaines, des spécialistes enca-

drent des pratiques du test au gymnase du centre récréatif afin de permettre aux membres de savoir ce qui les attend lors de l'évaluation officielle.

Les entraîneurs offrent aussi aux militaires les cours de préparation FORCE. Ces séances d'entraînement de groupe ont été développées spécifiquement pour améliorer les aspects physiques permettant de répondre aux exigences du test. Ces entraînements ont lieu tous les mardis et les jeudis en après-midi au gymnase.

Aucune inscription n'est nécessaire pour les militaires qui souhaitent prendre part à l'une ou l'autre de ces formations. Pour en savoir davantage et

vérifier l'horaire des formations, il suffit de visiter le site PSP Bagotville.

Depuis quelques années, les niveau Argent, Or et Platine

sont aussi accompagnés d'un programme de récompenses exclusives à chaque niveau. Au cours des derniers jours, des écussons FORCE sont aussi offerts à

ceux qui atteignent les niveaux supérieurs de l'évaluation. On peut découvrir les différentes récompenses offertes en visitant le [site Internet](#) du programme.

Test FORCE: PSP Team set the example

They say it's always good to lead by example, and the fitness specialists in Bagotville take this adage seriously when it comes to staying in shape. To prove it, they participated in an annual FORCE assessment last December. And their results speak for themselves, as everyone passed the test and often even exceeded expectations.

Developed in the late 2000s, the FORCE test was gradually adopted for all personnel between 2008 and 2015 and finally became the standard in 2017. As a reminder, the FORCE test consists of four events designed to assess participants' physical strength, speed, and recovery capacity. Participants must complete a 20-meter sprint, lift 20-kilogram sandbags, perform an intermittent shuttle run with a load, and finally, haul 100-kilogram sandbags. Each event is evaluated, and those who meet the minimum standards are declared fit for operations at the orange level. They will often be encouraged to improve their fitness to reach a higher level.

Beyond the orange and yellow (minimum) levels, there is the green level, which corresponds to good physi-

cal fitness. The following fitness levels are recognized as above average. The bronze level is the lowest. This level is achieved by approximately 50% of participants. However, for members of the PSP fitness team, it is a minimum requirement. Next come the Silver level (16% success rate), Gold, which is achieved by only 2% of those who take the assessment, and finally, the Platinum level, which only 0.1% of participants will reach, or 1 candidate in 1,000.

Looking at these figures, we better understand the achievement of Zoé Grenon-Girard, the manager of adapted physical fitness in Bagotville, who obtained the Platinum level for the 10th consecutive time last December.

Coaches Mickaël Cyr and Alexandre Claveau also achieved the Platinum level on their first assessment. Philippe Tremblay-Deschênes obtained Gold certification, while Daniel Jean and Francis Houde reached the Silver level.

With these results, the entire team stands out and proves that they have what it takes to support members who will have to take the FORCE assessment in the coming months or who wish to reach

higher levels of fitness.

To support military personnel in their preparation for this evaluation, the PSP team offers tailored training programs. Every two weeks, specialists lead practice tests in the recreation center gymnasium, allowing members to familiarize themselves with what to expect during the official assessment.

The coaches also offer FORCE preparation courses. These group training sessions were developed specifically to improve the physical aspects required to meet the test's demands. These training sessions take place every Tuesday and Thursday afternoon in the gymnasium. No registration is required for military personnel wishing to participate in either of these training programs. To learn more and view the training schedule, simply visit the PSP Bagotville website.

For the past few years, the Silver, Gold, and Platinum levels have also included an exclusive rewards program for each level. In recent days, FORCE patches have also been awarded to those who achieve the higher levels of the evaluation. You can discover the different rewards offered by visiting the program's [website](#).



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

Nokian Tyres Hakkapeliitta 10

Tranquillité d'esprit
pour les hivers
nordiques



- SÉCURITÉ OPTIMALE
- TENUE DE ROUTE STABLE ET PRÉCISE EN TOUT TEMPS
- ADHÉRENCE SUPÉRIEURE SUR LA GLACE ET DANS LA NEIGE
- CONFORT DE CONDUITE HORS PAIR ET
- RÉDUCTION SIGNIFICATIVE DU BRUIT AMBIANT
- FAIBLE RÉSISTANCE AU ROULEMENT ET ÉCONOMIE DE CARBURANT

Prenez rendez-vous aujourd'hui

418-544-4455

2460, rue Bagot

La Baie

[/garagesplabaie](#)

Mot du commandant

2^e Escadre / BFC Bagotville

Commencer 2026 en force

Bon retour à toutes et à tous! J'espère que vous avez eu l'occasion de vous ressourcer pendant le congé des fêtes. Alors que nous reprenons nos activités, notre regard se tourne vers une année qui exigera adaptabilité et travail d'équipe à tous les échelons.

2026 sera riche en occasions de démontrer notre professionnalisme et notre efficacité opérationnelle, qu'il s'agisse de renforcer notre capacité expéditionnaire, de faire progresser la planification de la modernisation de nos infrastructures ou de maintenir un haut niveau de préparation. Nous continuerons d'investir dans la formation et d'optimiser nos ressources afin de demeurer un pilier stratégique de l'Aviation royale canadienne et des Forces armées canadiennes.



Par col Steeve Belley
Commandant de la 2^e Escadre

L'entraînement cette année comprend déjà des exercices conjoints tels que CARNAGE STRIKE à Valcartier (QC), axé sur le contrôle aérien tactique, et STORM FLAG en Louisiane (É.-U.), où la 2^e Escadre viendra appuyer l'US Air Force pour valider le transport aérien d'un régiment aéroporté. Ces exercices mettront nos capacités à l'épreuve et renforceront notre réputation d'excellence. De plus, VIGILANT HARPY, mené localement pour former les opérateurs de système pour contrer les aéronefs sans équipage, affinera nos compétences et garantira que nous restons prêts face aux menaces émergentes. Ces exercices sont des

occasions de prouver notre état de préparation, de renforcer nos partenariats et de démontrer que nous savons livrer la marchandise lorsque cela compte.

Un autre axe majeur pour 2026, impliquant le 2^e Escadron d'entraînement expéditionnaire aérien (2 EEEA), sera l'expansion de l'entraînement collectif sur l'emploi agile du combat (EAC) dans les autres escadres. Comme démontré durant AGILE WARRIOR 25, l'EAC est un état d'esprit qui nous permet d'opérer avec flexibilité et efficacité dans des environnements dynamiques. En améliorant notre capacité à nous disperser, à soutenir et à projeter notre puissance depuis plusieurs emplacements, nous renforçons notre résilience et étendons notre portée opérationnelle. Cette évolution exigera innovation, flexibilité et collaboration à tous les niveaux.

Plus tard cette année, nous nous préparons à franchir une étape importante avec notre déménagement dans un nouveau bâtiment. Cette transition améliorera nos capacités et offrira un espace de travail moderne qui reflète l'importance de notre mission.

Chaque rôle dans cette organisation compte. Que vous planifiez, exécutez ou apportiez un soutien en coulisses, votre contribution est essentielle à notre succès. En regardant vers l'avenir, 2026 apportera de nouveaux défis et des occasions de croissance. Nous bâtissons sur la solide fondation que nous avons établie, continuerons d'innover et de nous soutenir mutuellement. Commençons 2026 en force et maintenons l'élan!

A word from the commander

2 Wing / CFB Bagotville

Starting 2026 strong

Welcome back! I hope you had the opportunity to recharge during the holidays. As we resume operations, our focus turns to a year that will demand adaptability and teamwork at every level.

2026 will be full of opportunities to demonstrate our professionalism and operational effectiveness, whether by strengthening our expeditionary capability, advancing infrastructure modernization planning, or maintaining a high level of readiness. We will continue investing in training and optimizing resources to remain a strategic pillar of the Royal Canadian Air Force and the Canadian Armed Forces.

This year's training already includes joint exercises such as Ex CARNAGE STRIKE in Valcartier, QC, focused on tactical air control, and Ex STORM FLAG in Louisiana, USA, where 2 Wing will support the U.S. Air Force in validating airborne regiment airlift. These exercises will challenge our capabilities and reinforce our reputation for excellence. Additionally, Ex VIGILANT HARPY, conducted locally to train Counter-Uncrewed Aircraft System operators, will sharpen our skills and ensure we remain ready for emerging threats. These exercises are opportunities to prove our readiness, strengthen partnerships, and demonstrate that we deliver when it matters most.

Another major focus for 2026, involving 2 Air Expeditionary Training Squadron (2 AETS), will be expanding collective training on Agile Combat Employment (ACE) across other Wings. As demonstrated during AGILE WARRIOR 25, ACE is a mindset that enables us to operate with flexibility and effectiveness in dynamic environments. By improving our ability to disperse, sustain, and project power from multiple locations, we strengthen our resilience and extend our operational reach. This evolution will require innovation, adaptability, and collaboration at every level.

Later this year, we are preparing for an important milestone as we move into our new building. This transition will enhance our capabilities and provide a modern workspace that reflects the significance of our mission.

Every role in this organization matters. Whether you are planning, executing, or providing support behind the scenes, your contribution is essential to our success. Looking ahead, 2026 will bring new challenges and opportunities for growth. We will build on the strong foundation we have established, continue to innovate, and support one another. Let's start 2026 strong and keep the momentum going!

Suivez la page Facebook
Information BFC Bagotville/CFB Bagotville



*Cette page est réservée aux membres de la communauté militaire locale. / This page is reserved for members of the local military community.

Une nouvelle unité de sécurité en développement

La transformation de la base en cours actuellement et tous les préparatifs liés à l'arrivée dans les prochaines années du nouveau chasseur F-35 à Bagotville s'accompagnent d'un lot de transformations de l'organisation et de la sécurité de la force (SECFOR).

Déjà, depuis le début de l'année, le niveau de sécurité a été rehaussé pour accéder à la zone à circulation restreinte, avec la présence de gardes armés en tout temps aux deux accès.

Ces nouvelles mesures font partie d'un projet beaucoup plus large visant à doter les bases d'aviation canadiennes d'une nouvelle force de protection professionnelle entiè-

rement dédiée à cette fonction.

« On est en train de créer les balises afin de mettre en place une force de protection de l'aviation partout au pays. Ça inclut la création d'un nouveau métier spécialisé, d'une structure de commandement, d'un plan de formation et tout ce qu'il faut pour avoir des gens qui seront dédiés à la protection de la base », explique le commandant de l'escadrille d'entraînement et de protection de la force au 3 ESO, le major Stefan Tremblay.

À terme, les démarches en cours actuellement mèneront à la création d'un tout nouveau métier et à la formation d'une unité qui devrait inclu-

re près de 150 membres à Bagotville seulement.

« On n'est pas encore rendu là », admet le maj Tremblay. « On est au début du processus, je crois qu'on peut parler d'un horizon de deux à trois ans avant que la nouvelle organisation soit fonctionnelle », tempère le responsable.

En attendant le nouveau métier, un plan de sécurité, inspiré des procédures en place aux États-Unis, a été élaboré et des militaires en attente de leur métier ont été formés afin d'occuper les positions de protection mises en place depuis le début du mois.

La nouvelle force de protection ne remplace pas les commissionnaires ou les po-



liciers militaires, assure le major Tremblay. Chacune des organisations joue un rôle très précis. Les commissionnaires se consacrent essentiellement à l'identification et aux autorisations d'accès. Les policiers militaires font appliquer les lois et apportent leur soutien aux autres unités de protection.

Les nouveaux membres de la protection de la force viennent donc ajouter une présence armée et s'assurent que les personnes et les équipements qui accèdent aux lieux sécurisés respectent l'ensemble des règles de protection.

Ces forces de protection spécifiques à l'aviation existent dans plusieurs autres pays dans le monde. En plus des États-Unis qui servent pour le moment de modèle, l'Aviation royale britannique tout comme l'Australie et la France, pour n'en nommer

quelques-uns, ont déjà de telles unités.

En attendant la création de l'unité permanente de protection, à compter du 1^{er} avril prochain, 39 positions seront offertes à des réservistes de l'armée pour Bagotville.

Le plan de déploiement de la nouvelle force de sécurité n'est pas encore arrêté, mais s'attend à ce que la nouvelle unité soit d'abord mise en place à la base de Cold Lake, en raison de la moindre présence des unités de réserve dans ce coin du pays.

Des rencontres d'évaluation et de planification sont prévues à la fin mars à Bagotville afin de mettre en place les balises qui mèneront à la création de la nouvelle unité. Une fois opérationnelle, cette unité devrait être placée directement sous la responsabilité du commandant de la base.

A new security unit is under development

The ongoing transformation of the base and all the preparations related to the arrival in the coming years of the new F-35 fighter jet in Bagotville are accompanied by a series of transformations in the organization and the security of the force (SECFOR).

Since the beginning of the year, security has been increased for access to the restricted area, with armed guards present at both entrances at all times.

These new measures are part of a much larger project to equip Canadian air bases with a new professional protection force entirely dedicated to this function.

“We are laying the groundwork to establish an aviation protection force across the country.” “This includes the creation of a new specialized trade, a command structure, a training plan, and everything necessary to have personnel dedicated to base protection,” explains Major Stefan Tremblay, Commanding Officer of the Force Protection Training Squadron at 3 ESO.

Ultimately, the current process will lead to the creation of a brand-new trade and the formation of a unit expected to include nearly 150 members in Bagotville alone.

“We're not there yet,” admits Major Tremblay. “We're at the beginning of the process. I think we can expect it to take two to three years before the new organization is fully operational,” he adds.

While awaiting the new trade, a security plan, inspired by procedures in place in the United States, has been developed, and soldiers awaiting their trade have been trained to fill the protection positions established since the beginning of the month.

The new protection force does not replace the commissionnaires or military police, assures Major Tremblay. Each organization plays a very specific role. The commissionnaires focus primarily on identification and access authorizations. The military police enforce the law and provide support to the other protection units.

The new members of the

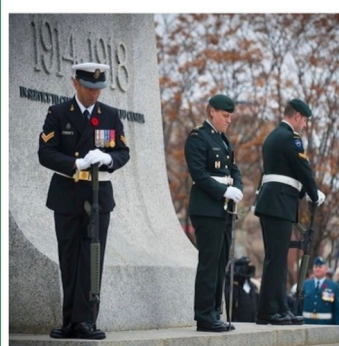
force protection team thus add an armed presence and ensure that people and equipment accessing secure areas comply with all protection regulations.

These aviation-specific protection forces exist in several other countries around the world. In addition to the United States, which currently serves as a model, the Royal British Air Force, as well as Australia and France, to name just a few, already have such units.

Pending the creation of the permanent protection unit, starting April 1st, 39 positions will be offered to army reservists at Bagotville. The deployment plan for the new security force is not yet finalized, but it is expected that the new unit will first be established at CFB Cold Lake, due to the lower presence of reserve units in that region.

Assessment and planning meetings are scheduled for late March in Bagotville to establish the framework for the creation of the new unit. Once operational, this unit is expected to report directly to the base commander.

Un membre de votre famille a servi dans les Forces armées du Canada? Contactez le Fonds du Souvenir afin d'établir leur admissibilité aux bénéficiaires de funérailles et d'inhumation.



Établi en 1909, la mission du Fonds du Souvenir est de veiller à ce qu'aucun Vétéran ne soit privé de funérailles et d'inhumation dans la dignité, ainsi que d'une pierre tombale militaire, dû à un manque de ressources financières au moment du décès.

Notre mandat principal est d'administrer, sans frais, le Programme de funérailles et d'inhumation d'Anciens Combattants Canada.



LAST POST FUND
FONDS DU SOUVENIR

Information
Sans frais 1-800-465-7113
www.lastpost.ca

Pour préparer à l'avance son retour à la vie civile

Passer de la vie de militaire à celle de civil représente une étape importante. Il ne s'agit pas simplement de rendre son uniforme et d'endosser de nouveaux habits. Pour y arriver, il faut s'y préparer. C'est pour cette raison que Mon séminaire de transition existe.

Ces séances de formation, et surtout d'information, autrefois appelées SCAN, sont maintenant sous la responsabilité du Groupe de transition des Forces armées canadiennes (GT FAC).

Mon séminaire de transition s'adresse à tous les membres, mais plus particulièrement aux militaires qui sont

à trois à cinq ans d'une libération. Il permet d'obtenir l'information afin de débiter la planification de sa sortie des FAC.

La prochaine édition aura lieu en ligne seulement, sur Teams, les 17 et 18 février prochain.

Au cours des deux jours, divers partenaires présenteront les services liés à la transition à la vie civile. Le séminaire inclut entre autres de l'information sur les pensions, la planification financière, les services d'Anciens combattants Canada, les différents services liés à une libération médicale ou non médicale et bien plus.



Pour y participer, il faut s'inscrire en complétant le formulaire. L'information concernant les instructions d'accès, l'horaire et le lien Teams seront par la suite communiqués aux partici-

pants environ une semaine avant le séminaire.

L'édition de février du séminaire se déroulera uniquement en français. Il est possible de connaître les

dates des autres rencontres dans chacune des langues officielles en consultant le calendrier *en ligne* sur le site du Groupe de transition des Forces armées canadiennes.

To prepare your return to civilian life

Transitioning from military to civilian life is a significant step. It's not simply a matter of handing in your uniform and putting on new clothes. Success requires preparation. That's why My Transition Seminar exists.

These training and information sessions, formerly known as SCAN, are now the responsibility of the Canadian Armed Forces Transition Group (CAF TG).

My Transition Seminar is for all members, but espe-

cially for military personnel who are three to five years away from release. It provides the information needed to begin planning their departure from the CAF.

The next session will be held online only, on Teams, on February 17 and 18.

Over the two days, various partners will present services related to the transition to civilian life. The seminar includes information on pensions, financial planning, Veterans Affairs Canada services, various services related to medical and non-

medical discharge, and much more.

To participate, you must register by completing the form. Information regarding access instructions, the schedule, and the Teams link will be sent to participants approximately one week before the seminar.

The February seminar will be held in French only. Dates of other sessions in each official language can be found on the *online* calendar on the Canadian Armed Forces Transition Group website.

Déployé ?

On s'occupe de votre véhicule

+
+
+
=

BAGOTVILLE

100% remboursé
par les forces

CONTACTEZ-NOUS

réservation
en ligne
simple et facile

entreposagedp.com

Votre journal est disponible GRATUITEMENT en version numérique!

Consultez **VORTEX** Bagotville SUR VOTRE ORDINATEUR, VOTRE PORTABLE, VOTRE TÉLÉPHONE OU VOTRE TABLETTE ÉLECTRONIQUE

empORTEZ-le n'importe où grâce à **pressreader**™

Pour avoir accès à la version électronique du journal le Vortex, il faut d'abord vous inscrire sur pressreader.com en choisissant l'option d'abonnement gratuit (pay as you go). Le Vortex sera par la suite disponible gratuitement.

www.pressreader.com

Une fois enregistré, téléchargez l'application Press Reader disponible pour toutes les plateformes des téléphones intelligents ou des tablettes électroniques. Avec Press Reader, vous pouvez sauvegarder la plus récente édition du Vortex et la lire n'importe où.

HIVERNADES

BAGOTVILLE



COMPÉTITIONS SPORTIVES AMICALES FRIENDLY SPORTS COMPETITIONS

6 FÉVRIER - 7 h 30 à 13 h

February 6 - 7:30 a.m. to 1 p.m.



Hockey bottines
3 vs 3 Boot hockey



Bras de fer
Armwrestling



Zumba extérieur
Outdoor Zumba



Course 5 km
5 km race



Rallye pédestre
Scavenger Hunt



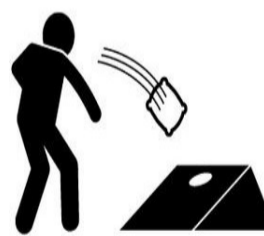
Lancer de la hache
Axe throwing



Yoga extérieur
Outdoor yoga



Simulateur CF18
CF18 simulator



Poches géantes
Cornhole



Raquettes
Snowshoeing



DÎNER GRATUIT
pour les participants

Free lunch for participants

INFORMATION

AUDREY LECOIRS

418-677-4000, 661-7581

lecours.audrey@cfmws.com

SOPHIE MARCOUX

418-677-4000, 661-6523

marcoux.sophie@cfmws.com



MUSÉE
DÉFENSE AÉRIENNE

Le 439^e Escadron de soutien au combat possède une histoire riche et variée, marquée par de multiples transformations et un service distingué lors de plusieurs conflits majeurs.

Collaboration
Yves Dupéré

Musée de la Défense aérienne

Fondé le 15 janvier 1942 à partir de l'escadron n° 123, il s'est illustré en tant qu'unité de bombardement en piqué en Europe. Il opère des Hawker Hurricane ainsi que des chasseurs-bombardiers Hawker Typhoon. Les pilotes volent plus de 4 260 heures, effectuant près de 4 000 sorties, détruisant ou endommageant des centaines de véhicules, de

L'épopée du 439^e Escadron

ponts, de trains, de barges et d'avions ennemis.

Après la guerre, l'escadron joue un rôle crucial dans la défense de l'Europe au sein de l'OTAN durant la Guerre froide, volant successivement des F-86 Sabre, des CF-104 Starfighter et des CF-18 Hornet. Ces chasseurs sont opérationnels depuis des bases situées en France et en Allemagne. Pendant la guerre du Golfe, en 1990-1991, des CF-18 du 439^e escadron sont déployés au Moyen-Orient dans le cadre de l'opération Friction, depuis Doha (Qatar), au sein d'un groupe surnommé « Desert Cats ».

L'unité est redéployée en 1993 pour sa mission actuelle de soutien au combat et est relocalisée à la BFC Bagotville. Aujourd'hui, l'escadron assure un soutien essentiel aux opérations et se spécialise dans les missions de sauvetage en terrain difficile avec ses hélicoptères CH-146 Griffon. En 1997, les Tigres reçoivent le trophée Golden Hawk pour



PHOTO : ARCHIVES IMAGERIE BAGOTVILLE

leur travail de sauvetage lors du déluge du Saguenay, l'été précédent.

Enfin, le 439^e escadron Tigre

reçoit plusieurs honneurs de bataille pour sa participation à la Seconde Guerre mondiale : Forteresse de l'Europe (1944), France et Allemagne

(1944-1945), Normandie (1944), Arnhem et Rhin. Il est reconnu également pour son action au Golfe et Koweït lors de la guerre du Golfe.

The epic story of Squadron 439

The 439th Combat Support Squadron has a rich and varied history, marked by numerous transformations and distinguished service in several major conflicts.

Formed on January 15, 1942, from No. 123 Squadron, it distinguished itself as a dive-bombing unit in Europe. It operated Hawker Hurricanes and Hawker Typhoon fighter-bombers. Its pilots flew over 4,260 hours, completing nearly 4,000 sorties, destroying or damaging hundreds of enemy vehicles, bridges, trains, barges, and aircraft.

After the war, the squadron

played a crucial role in the defense of Europe within NATO during the Cold War, flying successively F-86 Sabres, CF-104 Starfighters, and CF-18 Hornets. These fighters operated from bases in France and Germany. During the Gulf War in 1990-1991, CF-18s from 439 Squadron were deployed to the Middle East as part of Operation Friction, operating from Doha, Qatar, within a group nicknamed the "Desert Cats."

The unit was redeployed in 1993 to its current combat support mission and relocated to CFB Bagotville. Today, it provides critical

support to operations and specializes in search and rescue missions in difficult terrain with its CH-146 Griffon helicopters. In 1997, the Tigers received the Golden Hawk Award for their rescue work during the Saguenay flood the previous summer.

Finally, the 439 Tiger Squadron received several battle honours for its participation in World War II: Fortress of Europe (1944), France and Germany (1944-1945), Normandy (1944), Arnhem and the Rhine. It was also recognized for its actions in the Gulf and Kuwait during the Gulf War.



PHOTO : MUSÉE DE BAGOTVILLE

Avant d'être équipé d'hélicoptères et de s'installer à Bagotville, l'Escadron 439 a connu de nombreux changements. Ici on voit un CF-104 Starfighter aux couleurs de l'escadron. / Before being equipped with helicopters and settling in Bagotville, 439 Squadron underwent many changes. Here we see a CF-104 Starfighter in the squadron's colors.



1 866 APPELLE
1 866 277-3553

suicide.ca
aider • informer • prévenir

Le MiG-23 du musée se refait une beauté

Au cours de l'automne dernier, le MiG-23, habituellement installé dans le parc près du musée de la Défense aérienne de Bagotville, a rejoint de nouveaux quartiers au 3^e Escadron de maintenance (3 EMA) pour l'hiver afin de se refaire une beauté.

L'équipe du 3 EMA redonnera son allure d'origine à l'appareil témoin de l'époque de la Guerre froide, offert par la République tchèque à la base de Bagotville en 1997 pour souligner la collaboration entre les deux pays pour la formation des pilotes tchèques lors de la Seconde Guerre mondiale.

Le soleil et les intempéries ayant fait leur œuvre, l'avion de conception russe avait perdu une bonne partie des couleurs formant son motif de camouflage aux divers tons de verts.

« Nous avons fait des recherches à partir de photos de l'époque afin de trouver les bonnes couleurs et restaurer l'appareil tel que nous l'avons reçu », explique le coordonnateur des programmes éducatifs au Musée de la Défense aérienne, Yves Dupéré.

Le déplacement de l'avion à partir du parc près du musée jusqu'au hangar du 3 EMA s'est fait en collaboration avec l'équipe de récupération d'aéronef sous la supervision des équipes de maintenance, afin de s'assurer de ne pas endommager davantage la carlingue de l'appareil.

Au cours des dernières semaines, les membres de l'atelier de finition et composite du 3 EMA ont travaillé sur la carlingue de l'avion et, comme l'indiquait en entrevue avec le Vortex, le superviseur de l'atelier, le sergent Maxime Blouin-Boutin, les intempéries ont causé des dommages de toutes sortes au fil des années.

« Évidemment, les couleurs ont beaucoup changé en étant exposées aux éléments depuis si longtemps, mais on a



aussi dû réparer des fissures un peu partout, sur la fibre de verre et sur l'aluminium. On a aussi poli la verrière. C'est intéressant pour nous parce que c'est quelque chose qu'on n'a pas l'occasion de faire souvent et c'est une occasion de transmettre aux plus jeunes des techniques qu'on n'utilise pas en général », explique le responsable qui souhaite que ce projet ne soit que le début d'une collaboration à long terme avec le musée.

Les travaux de restauration vont bon train. Un apprêt a été appliqué au cours des derniers jours sur l'ensemble de l'appareil et on procédera progressivement d'ici le printemps à l'ajout du motif de camouflage original.

Pour le musée, le MiG-23 est une pièce importante puisqu'elle représente à elle seule toute une époque de l'histoire de l'aviation.

Le MiG-23, que les pays de l'OTAN appelaient Flogger, est un chasseur soviétique de 3^e génération, célèbre pour sa géométrie variable. Ses ailes ajustables (de 16° à 72° de flèche) offraient une polyvalence unique, optimisant le décollage, l'atterrissage et le vol à haute vitesse.

Conçu dans les années 1960 pour succéder au MiG-21, il alliait hautes performances et capacité à opérer sur des pistes courtes grâce à ses ailes ajustables.

Il est devenu un avion de combat tactique majeur du Pacte de Varsovie, doté d'un radar performant (Sapfir-23) et

d'armements sophistiqués, servant à l'interception et à l'attaque au sol, et exporté vers de nombreux pays alliés de l'URSS, de même qu'en Inde et dans certains pays d'Afrique.

Près de 5 000 exemplaires des différentes versions du MiG-23 ont été produits dans les années 1970. Certains de ces appareils sont encore en service limité dans différents pays à travers le monde.

Au Canada, le MiG-23 qui sera de retour dans le parc commémoratif du musée au printemps prochain est l'un des très rares, sinon le seul exemplaire en exposition au pays.

A makeover for the museum's MiG-23

Last fall, the MiG-23, usually housed in the park near the Bagotville Air Defence Museum, moved to new quarters at the 3rd Maintenance Squadron (3 AMS) for the winter to undergo a complete restoration.

The 3 EMA team will restore the Cold War-era aircraft to its original appearance. The aircraft was donated by the Czech Republic to CFB Bagotville in 1997 to commemorate the collaboration between the two countries in training Czech pilots during World War II.

The Russian-designed aircraft had lost much of its camouflage pattern, which featured various shades of green, due to the effects of sun and weather.

“We researched period photographs to find the correct colors and restore the aircraft to its original condition,” explains Yves Dupéré, Educational Programs Coordinator at the Air Defence Museum.

The aircraft's relocation from the park near the museum to the 3 AMS hangar was carried out in collaboration with the aircraft recovery team, under the supervision of the maintenance teams, to ensure

that the aircraft's fuselage was not further damaged.

Over the past few weeks, members of the 3 AMS's finishing and composite shop have been working on the aircraft. As Sergeant Maxime Blouin-Boutin, the shop supervisor, explained in an interview with Vortex, the weather had taken its toll on the fuselage over the years.

“Obviously, the colors have changed considerably from being exposed to the elements for so long, but we also had to repair cracks all over the place, in the fiberglass and the aluminum.” “This is interesting for us because it's something we don't often get the chance to do, and it's an opportunity to pass on techniques to younger generations that we don't usually use,” explains the project manager, who hopes this project is just the beginning of a long-term collaboration with the museum.

The restoration work is progressing well. A primer has been applied to the entire aircraft in recent days, and the original camouflage pattern will be added gradually between now and spring.

For the museum, the MiG-23 is an important piece, as it

represents an entire era in aviation history.

The MiG-23, which NATO countries called the Flogger, is a Soviet third-generation fighter, famous for its variable-geometry wings. Its adjustable wings (from 16° to 72° sweep) offered unique versatility, optimizing takeoff, landing, and high-speed flight. Designed in the 1960s as a successor to the MiG-21, it combined high performance with the ability to operate from short runways thanks to its adjustable wings.

It became a major tactical fighter aircraft of the Warsaw Pact, equipped with a high-performance radar (Sapfir-23) and sophisticated weaponry, used for interception and ground attack, and exported to many countries allied with the USSR, as well as to India and some African nations.

Nearly 5,000 examples of the various versions of the MiG-23 were produced in the 1970s. Some of these aircraft are still in limited service in different countries around the world. In Canada, the MiG-23 that will return to the museum's memorial park next spring is one of the very few, if not the only, examples on display in the country.

De la nouveauté dans l'équipe de conditionnement physique

Depuis le début janvier, il y a du nouveau au sein de l'équipe de conditionnement physique PSP de Bagotville.

Tout d'abord, Michael Cyr, qui était jusque-là moniteur de conditionnement physique, agira maintenant comme spécialiste du conditionnement physique adapté (CPA).

Le CPA, au sein des Forces armées canadiennes (FAC), aide les militaires référés par le service médical à se remettre d'une blessure ou d'une maladie grâce à des exercices et des plans d'entraînement personnalisés. Ce programme favorise un retour au service actif rapide et sécuritaire, tout en améliorant la qualité de vie des membres.

Michael s'est dit très heureux de ses nouvelles fonctions : « J'ai hâte de m'impliquer auprès d'une nouvelle clientèle, d'apporter mon aide et mon soutien aux militaires dans leur processus de rétablissement. Mon objectif est de les accompagner pour qu'ils retrouvent leur force et leur mobilité, tout en développant mon expertise aux côtés d'une équipe expérimentée. »

Michael s'adonne de plus en plus à des sports d'endurance, tels que le vélo sur route et le triathlon. Mentionnons en passant qu'il a obtenu le niveau Platine au test FORCE en décembre dernier.

Par ailleurs, un nouveau visage s'ajoute à l'équipe, alors que Francis Houde a été sélectionné en tant que moniteur de conditionnement physique et de sports.

Diplômé en kinésiologie à l'UQAC, il a aussi complété une formation collégiale en diététique et transformation alimentaire. Ces deux formations complémentaires lui permettent d'offrir un accompagnement personnalisé et de mettre à profit ses connaissances pour aider ses clients à atteindre leurs objectifs de santé et de performance.

Sportif, Francis pratique le judo et l'escalade en plus de cumuler les podiums en culturisme.

Les deux nouveaux entraîneurs on bien hâte de rencontrer tous ceux qui ont besoin de soutien pour améliorer leur condition physique ou la maintenir.



Michael Cyr (photo de gauche) se joint à l'équipe de conditionnement physique adapté. De son côté, Francis Houde (photo de droite) est entré en fonction en début d'année en tant que moniteur au conditionnement physique et aux sports. / Michael Cyr (photos on the left) has joined the adapted fitness team. Francis Houde (photo on the right) also started at the beginning of the year as a fitness and sports instructor.

There's something new in fitness team

Since the beginning of January, there have been some new additions to the PSP fitness team in Bagotville.

First, Michael Cyr, formerly a fitness instructor, will now be working as an Adapted Physical Conditioning (APC) specialist.

Within the Canadian Armed Forces (CAF), the APC helps military personnel referred by the medical service recover from injury or illness through personalized exercise and training plans. This program promotes a quick and safe return to active duty, while also improving the members' quality of life.

Michael expressed his excitement about his new role: "I'm looking forward to working with a new clientele and providing assistance and support to military personnel in their recovery process. My goal is to help them regain their strength and mobility, while developing my expertise alongside an experienced team."

Michael is increasingly involved in endurance sports, such as road cycling and triathlon. Incidentally, he achieved Platinum level on the FORCE test last December.

On another note, a new face has joined the team, as Francis Houde has been selected

as a fitness and sports instructor.

A graduate in kinesiology from UQAC, he also completed college-level training in dietetics and food processing. These two complementary qualifications allow him to offer personalized support and leverage his knowledge to help his clients achieve their health and performance goals.

A keen athlete, Francis practices judo and rock climbing, in addition to achieving numerous podium finishes in bodybuilding.

The two new coaches are eager to meet everyone who needs support.

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



1540, boul du Royaume
Chicoutimi

Combattez l'AVC

Appelez VITE le 9-1-1

APPRENEZ À RECONNAÎTRE LES SYMPTOMES D'UN AVC



Avec la participation de :

Québec

STRENGTHENING THE FORCES ÉNERGISER LES FORCES

Défi 28 jours : moins d'alcool on embarque ensemble

Dès maintenant, nous vous invitons à participer au Défi 28 jours : moins d'alcool, une initiative nationale de Promotion de la Santé qui aura lieu en février prochain à Bagotville et dans plusieurs bases canadiennes.

L'alcool peut avoir un impact important sur notre santé :

- Sommeil de moins bonne qualité
- Baisse d'énergie
- Difficulté de concentration et récupération physique plus lente
- Augmentation de risque de 7 différents cancers

Réduire sa consommation, même pour une courte période, permet souvent de constater rapidement des bienfaits concrets sur l'énergie, la performance au travail, l'entraînement et le bien-être général.

Bonne nouvelle : réduire ne veut plus dire se priver. Les **options sans alcool** sont aujourd'hui plus variées, accessibles et savoureuses que jamais, ce qui rend le défi beaucoup plus réaliste et agréable à relever.

Ce défi se vit **en groupe**. L'aspect collectif et la **compétition interbase** créent une dynamique motivante où vous pourrez vous dépasser, vous encourager et contribuer à faire rayonner **notre base** à travers les autres bases canadiennes participantes. Des prix seront également offerts!

L'an dernier, **plus de 140 membres de Bagotville** ont participé, avec des retours très positifs sur leur santé physique, mentale et sociale. Cette année, combien serons-nous? Que vous choisissiez 28 jours sans alcool ou un objectif personnel de réduction, chaque effort compte.

Inscrivez-vous dès maintenant à l'aide du code QR sur la publicité en page 15, et parlez-en autour de vous.

Ensemble, faisons de février un mois gagnant pour notre santé.

Une gorgée de moins, plus en forme demain.

28-Day Challenge : Less Alcohol Let's do it together

Starting now, we invite you to participate in the 28-Day Challenge: Less Alcohol, a national Health Promotion initiative taking place this February in Bagotville and at several Canadian bases.

Alcohol can have a significant impact on our health:

- Poorer sleep quality
- Decreased energy
- Difficulty concentrating and slower physical recovery
- Increased risk of 7 different cancers

Reducing your consumption, even for a short period, often leads to quick and tangible benefits in terms of energy, work performance, training, and overall well-being.

The good news is: cutting back no longer means deprivation. Alcohol-free options are now more varied, accessible, and delicious than ever, making the challenge much more realistic and enjoyable.

This challenge is a group activity. The team aspect and inter-base competition create a motivating dynamic where you can push your limits, encourage each other, and help raise the profile of our base among other participating Canadian bases. Prizes will also be awarded!

Last year, over 140 Bagotville members participated, with very positive feedback on their physical, mental, and social well-being. How many will we join this year?

Whether you choose 28 days without alcohol or a personal reduction goal, every effort counts.

Register now using the **QR code on the advertisement on page 15**, and spread the word.

Together, let's make February a winning month for our health.

One less sip, a healthier tomorrow.

Vous n'êtes pas seul... Demandez de l'aide!

Aumôniers (24/7 jours)	0, demander l'aumônier de garde
Police militaire	Poste 661-7911 ou 661-7345
Services psychosociaux	Poste 661-7050
Clinique médicale du 25 ^e C SVC S FC	Poste 661-7208
CRFM	Poste 661-7468
Promotion de la santé	Poste 661-7102
Programme d'assistance aux membres et familles	1 800 268-7708
Programme d'aide aux employés civils	1 800 387-4765
Ligne info-famille	1 800 866-4546
Info santé/Info social	811
Centre de prévention du suicide	418 545-1919
Centre d'aide aux victimes d'actes criminels	1 866 532-2822
Centre d'intervention sur l'inconduite sexuelle	1 844 750-1648
Soutien social; Blessures de stress opérationnel (SSBSO)	1 800 883-6094
Programme Espoir (deuil)	1 800 883-6094
Réseau Soldats Blessés	1 800 883-6094
Deuil 02	418 545-1388

L'accompagnement, la clé pour planifier ma transition de carrière

Une transition de carrière, ça ne s'improvise pas. Il faut une **préparation réfléchie et approfondie, sur plusieurs aspects. C'est un processus qui prend du temps et qui est unique à chaque membre des Forces.**

La clé d'une transition de carrière efficace et réussie? L'accompagnement. C'est le plus qui transformera la transition en une expérience positive et enrichissante. Un bon accompagnement, c'est ce qui fait la différence entre une transition stressante et une transition sereine.

Un accompagnement centré sur votre bien-être prend en considération l'évolution de la personne: ses finances, sa santé, son intégration sociale, son logement, son environnement culturel et social, etc.

C'est ici que l'accompagnement prend tout son sens: il permet de clarifier les zones d'ombre, de répondre à vos questions et, surtout, de diminuer significativement le stress. L'incertitude est souvent source d'anxiété. Avec les bonnes réponses, vous abordez chaque étape avec confiance.

Préparer une transition de carrière, c'est anticiper, ajuster et s'adapter au fil du processus. C'est réaliser des vérifications et obtenir des validations. Surtout, c'est savoir s'entourer de personnes qui possèdent l'expertise nécessaire pour vous guider. Chaque parcours est unique et un accompagnement personnalisé, centré sur le bien-être, vous aidera à naviguer ces changements avec succès.

Ne laissez pas votre transition de carrière au hasard. Prenez le temps de bien vous entourer pour faire de ce changement une réussite.

PATRICE BERGERON
Directeur général

Desjardins
Caisse des militaires



Placote à Bagot sera enregistré devant public

Le balado du CRFM, Placote à Bagot, franchit une nouvelle étape en organisant son tout premier enregistrement devant public. L'événement, ouvert à tous et gratuit, se tiendra le 2 février de 13 h à 15 h dans l'auditorium du centre récréatif de la base.

Pour cette grande première, les animateurs Michelle et François recevront un invité de marque : le sergent à la retraite Steven Bilodeau, ancien membre des Forces armées canadiennes.

De ses débuts comme fan-tassin à son rôle de policier militaire au sein des Forces



Les deux animateurs du balado Placote à Bagot, Michelle et François, recevront un vétéran lors de l'enregistrement public. / Michelle and François, the two hosts of the Placote à Bagot podcast, will welcome a veteran during the public recording.

rect promet un moment riche en témoignages et en échanges, offrant ainsi au public une occasion unique de découvrir l'univers de Placote à Bagot dans une ambiance conviviale et inspirante.

Placote à Bagot, de quoi ça parle ?

Dans cette série de balados, François, Michelle et leurs invités présentent diverses thématiques liées aux défis rencontrés par les familles de notre communauté. C'est avec humour et légèreté qu'ils discutent des enfants, du couple et de la vie de famille.

Plusieurs épisodes sont déjà sortis. Vous pouvez les retrouver sur Spotify et sur notre chaîne YouTube.

Pour ne rien manquer et pour vous inscrire à l'événement, rejoignez notre groupe Facebook !

d'opérations spéciales, il racontera son parcours militaire, son retour à la vie civile et les projets qui le passionnent aujourd'hui.

Cet enregistrement en di-

Programmation hebdomadaire des services d'activité physique

Weekly physical activity schedule



Hiver 2026 - Jusqu'au 1er mai / Winter 2026 - Until May 1st

	Lundi / Monday	Mardi / Tuesday	Mercredi / Wednesday	Jeudi / Thursday	Vendredi / Friday
AM	7 h 30 - 8 h 30 OP FIT Salle multi 1 / multi room 1		7 h 30 - 8 h 30 OP FIT Salle multi 1 / multi room 1	7 h 30 - 8 h 15 YEM / SYM Salle multi 1 / multi room 1	
MIDI / LUNCH	11 h 45 - 13 h Bain longueur / Lane swim Piscine / Pool	12 h - 12 h 45 YEM / SYM Salle multi 1 / multi room 1	11 h 45 - 13 h Bain Longueur / Lane swim Piscine / Pool	12 h - 12 h 45 SPINNING ½ gym 2	11 h 45 - 13 h Bain longueur / Lane swim Piscine / Pool
PM		14 h 30 - 15 h 30 Mise en FORCE / GET STRENGTH ½ gym 1	15 h - 16 h Groupe de course / Running group Salle cardio / Cardio room	14 h 30 - 15 h 30 Mise en FORCE / GET STRENGTH Gymnase / Gym	
		15 h - 16 h Groupe de course / Running group Salle cardio / Cardio room			

■ Militaire et civil (employé ou famille) / Military and civilian (employee or family)

■ Militaires seulement / Military only

AUCUNE INSCRIPTION NÉCESSAIRE.

Présentez vous simplement au comptoir PSP le jour de l'activité pour participer.

NO REGISTRATION REQUIRED.

Simply check in at the PSP desk on the day of the activity to participate.



Bagot Talk public recording

The MFRC podcast, Bagot Talk, reaches a new milestone with its first recording in front of an audience. This free event is open to all and will take place on February 2, 2026, from 1:00 p.m. to 3:00 p.m. in the auditorium of the base recreation centre.

For this inaugural event, hosts Michelle and François will welcome a special guest: retired Sergeant Steven Bilodeau, a former CAF member.

From his beginnings as an Infantry Soldier to his role as Military Police within the Special Operations Forces, he will share his military journey, his transition back to civilian life, and the projects that inspire him today.

This live recording prom-

ises to be filled with heartfelt stories and lively discussions, offering the audience a unique opportunity to explore the world of Bagot Talk in a friendly and inspiring atmosphere.

Bagot Talk, what is it about?

In this podcast series, François, Michelle, and their guests explore a variety of topics related to the challenges faced by families in our community. They tackle children, relationships, and family life with humour and a light-hearted touch.

Many episodes are already available and can be found on Spotify and on our YouTube channel.

To stay up to date and register for the event, join our Facebook group!

** Traduction anglaise non officielle **

APPEL DE CANDIDATURES

MEMBRE DU CONSEIL D'ADMINISTRATION

L'engagement personnel fait partie de vos valeurs ? C'est aussi l'une des nôtres.

Siéger au conseil d'administration est une activité enrichissante et gratifiante.

Représentez les membres de votre caisse et faites profiter votre coopérative financière de votre expérience tout en contribuant au développement des communautés.

Vous avez de l'intérêt ? Vérifiez d'abord si vous êtes éligible.

Vous devez être membre de la caisse depuis au moins 90 jours à la date de l'assemblée générale annuelle et être domicilié, résider ou travailler au Québec.

Pour connaître les autres critères d'éligibilité, consultez la Trousse d'information des personnes candidates et le formulaire d'avis de candidature disponibles à l'adresse suivante :

www.desjardins.com/caissedesmilitaires

3 postes en élection

- 3 postes pour des mandats de 3 ans

Profils idéalement recherchés

Afin d'assurer que le CA offre une bonne représentation de nos membres et dans un souci de parité, le conseil d'administration recherche plus particulièrement des personnes avec les attributs et/ou compétences suivantes :

- des personnes ayant des compétences dans le domaine suivant : en droit ;
- des femmes pour atteindre la parité. Les hommes et les personnes non binaires sont également invitées à soumettre leur candidature;
- des membres appartenant aux groupes d'âge suivants : de 18-34 ans et de 35-49 ans ;
- des personnes représentant les secteurs suivants : force de réserve, force régulière en service actif, employé civil de l'équipe de la Défense ou service avec la marine;
- des personnes représentant la diversité ethnoculturelle.

Pour toute information

Contactez Annick Chainé au 418 844-3787, poste 7155260 ou par courriel à annick.chaine@desjardins.com



Comment poser ma candidature ?

C'est très simple.

Faites parvenir le **formulaire d'avis de candidature** obligatoire, dûment complété, et votre **curriculum vitae (CV)**, par courriel à :

annick.chaine@desjardins.com

La date limite pour déposer votre candidature est le 8 février 2026 à 17 h.

L'assemblée générale annuelle est prévue le **9 avril 2026 à 19 h 30.**

Annick Chantal, secrétaire du conseil d'administration

CALL FOR NOMINATIONS

MEMBER OF THE BOARD OF DIRECTORS

Is personal commitment one of your values? It's one of ours, too.

Sitting on the board of directors is a rewarding experience.

Share your knowledge and experience with your financial cooperative while representing your community and contributing to its development.

Interested? Find out if you're eligible.

You need to have been a member of your Caisse for at least 90 days as of the date of the annual general meeting. You also must work, live or have a permanent address in Quebec.

For more eligibility criteria, see the Information Kit and the Nomination Form available online at

www.desjardins.com/caissedesmilitaires

3 positions to be filled

- 3 positions for a 3-year terms.

Who we're especially looking for:

To ensure the board offers good representation of our members and in the interest of parity, the board of directors is particularly looking for individuals with the following attributes and/or skills:

Individuals with expertise in the following field: law;

- Individuals with expertise in the following field: law ;
- Women to achieve gender parity. Men and non-binary individuals are also invited to apply;
- Members belonging to the following age groups: 18-34 and 35-49;
- Individuals representing the following sectors: Reserve Force, Regular Force on active duty, civilian employees of the Defense team, and service with the Navy;
- Individuals representing ethnocultural diversity.

For more information

Call Contact Annick Chainé at 418-844-3787, extension 7155260, or by email at annick.chaine@desjardins.com.

* Please note that board meetings and documentation are in French only



Ready to apply?

It's easy.

Send the completed **Nomination Form** and your **résumé by email to:**

annick.chaine@desjardins.com

The deadline is 17:00 p.m. On February 8, 2026.

The annual general meeting is scheduled for **April 9, 2026, at 19:30 p.m.**

Annick Chantal Secretary of the Board of Directors

La clinique honore ses anciens commandants

Au cours du mois de décembre, le 25^e Centre de services de santé des Forces canadiennes de Bagotville a décidé de rendre hommage à ses anciens commandants d'une façon bien spéciale.

À l'occasion des célébrations du 21^e anniversaire de l'unité, les responsables du Centre de santé ont nommé différentes ailes ou parties de l'édifice de la clinique au nom des commandants qui se sont succédé à sa tête au cours des années.

Ainsi l'aile de soins sera désormais connue sous l'appellation « Aile de soins col Stéphane Rioux ». De même pour la salle d'attente, qui porte maintenant le nom du

capitaine Mario Charrette, et la salle de conférence major Michel Lessard.

Chacun de ces ex-commandants étaient d'ailleurs présent lors de la cérémonie et des plaques commémoratives leur ont été remises.

Chacune des plaques inclut une courte biographie et une photo officielle du commandant retraité ainsi que l'identification de la partie de la clinique qui portera désormais son nom.

Les visiteurs et les patients du 25^e Centre de santé pourront ainsi en apprendre davantage sur l'histoire du service lors de leur passage.



Trois ex-commandants de la clinique ont reçu les plaques honorifique associées aux ailes de la clinique nommées en leur honneur. / Three former commanders of the clinic received the honorary plaques associated with the clinic's wings named in their honor.

RESTAURANT TERRASSE

La Fringale

•Déjeuner •Menu du jour •Pizza

De 6 h à 11 h - POUTINE DEJEUNER à 11\$⁺taxes

SPÉCIAUX du MOIS

Petite poutine Fringale ou petite poutine saucisse

11\$

+taxes

OUVERT

du lundi au vendredi de 6 h à 13 h 30

Menu du jour tous les midis

BASE DE BAGOTVILLE - 418-677-1443

The Clinic honors its former commanders

During the month of December, the 25th Canadian Forces Health Services Centre in Bagotville decided to pay tribute to its former commanders in a very special way.

To mark the unit's 21st anniversary, the Health Centre officials named different wings or sections of the clinic building after the commanders who led it over the years.

The patient care wing will now be known as the "Colonel Stéphane Rioux Patient Care Wing." Similarly, the waiting room will now bear the name of Captain Mario Charrette, and the conference room will be named after Major Muchel Lessard.

Each of these former commanders was present at the ceremony, and commemorative plaques were presented to them.

Each plaque includes a short biography and an official photograph of the retired commander, as well as the identification of the section of the clinic that will now bear their name.

Visitors and patients of the 25th Health Centre will thus be able to learn more about the history of the service during their visit.

BALADO EN DIRECT!
LIVE RECORDING!

avec/with
Steven Bilodeau
Vétéran/Veteran

Gratuit! | Free!

2 février 2026 | February 2, 2026
13 h à 15 h | 1 to 3 p.m.

Auditorium du Centre récréatif
Recreation Center Auditorium

Inscription :
Registration:

Les Amputés de guerre

Le Service des plaques porte-clés protège vos clés et aide les enfants amputés depuis 50 ans!

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

Le programme Les Vainqueurs fête ses 50 ans

L'année 2025 marquait le 50^e anniversaire du Programme pour enfants amputés (LES VAINQUEURS) de l'Association des Amputés de guerre et Amilie tenait à souligner sa reconnaissance envers ce programme, dont elle fait partie depuis son tout jeune âge.

Amilie a une amputation à la jambe droite. Quelques mois après sa naissance, elle a été inscrite au Programme LES VAINQUEURS, qui offre un éventail de services aux enfants amputés et à leur famille, notamment de l'aide financière, des séminaires régionaux et du soutien par les pairs.

« J'avais seulement 15 mois quand j'ai été amputée en raison d'une malformation congénitale, explique Amilie. Évidemment, je n'en garde aucun souvenir, mais pour mes parents, ce fut une période difficile. C'est là que l'Association des Amputés de guerre est entrée dans nos vies. Nous avons été soutenus, informés et accompagnés. Aujourd'hui, j'ai 23 ans, et grâce au Programme LES VAINQUEURS, j'ai pu obtenir des prothèses adaptées qui m'ont permis de mener une vie active, comme les autres enfants et adolescents. J'ai grandi avec l'idée que rien n'était impossible pour moi, et c'est en grande partie



grâce au soutien que j'ai reçu du Programme LES VAINQUEURS. »

C'est maintenant au tour d'Amilie d'offrir son soutien aux plus jeunes amputés et à leurs parents. Grâce à son attitude positive et à sa grande détermination, elle est un modèle pour eux et perpétue la tradition de l'association, « les amputés s'entraident ».

Elle tenait également à exprimer sa gratitude envers les gens qui soutiennent l'association. « À vous, donateurs et donatrices, je veux dire un immense merci du fond du cœur. Votre générosité illumine la vie de personnes comme moi. Grâce à vous, nous ne sommes jamais seuls : vous nous donnez les moyens de bouger, de rêver, de nous dépasser. Vous permettez à chacun de retrouver confiance, force et joie, malgré les défis. Chaque don

est un geste d'espoir, un véritable cadeau qui transforme des vies. Merci d'être là, à nos côtés, et de croire en nous. Votre soutien est un vrai rayon de soleil dans la vie de chaque personne amputée. »

L'Association des Amputés de

guerre ne reçoit aucune subvention gouvernementale. Ses programmes existent grâce à l'appui du public envers le Service des plaques porte-clés. Pour plus d'information, visitez le site amputesdeguerre.ca ou composez le 1 800 250-3030.

CHAMP celebrating 50 years

The year 2025 marked the 50th anniversary of the War Amps' Child Amputee Program (CHAMP), and Amilie wanted to express her gratitude to the program, which she has been a part of since she was very young.

Amilie has a right leg amputation. A few months after her birth, she was enrolled in the CHAMP program, which offers a range of services to child amputees and their families, including financial assistance, regional seminars, and peer support.

"I was only 15 months old when I had my leg amputated due to a congenital malformation," explains Amilie. "Obviously, I don't remember any of it, but for my parents, it was a difficult time. That's when the War Amps came into our lives. We received support, information, and guidance." Today, I am 23 years old, and thanks to the CHAMP, I was able to obtain adapted prosthetics that have allowed me to lead an active life, like other children and teenagers. I grew up with the idea that nothing was impossible for me, and this is largely thanks to the support

I received from the Winners Program."

Now it's Amilie's turn to offer her support to younger amputees and their parents. Thanks to her positive attitude and great determination, she is a role model for them and perpetuates the association's tradition of "amputees helping each other."

She also wanted to express her gratitude to the people who support the association. "To you, donors, I want to say a huge thank you from the bottom of my heart. Your generosity brightens the lives of people like me. Thanks to you, we are never alone: you give us the means to move, to dream, to surpass ourselves." You enable everyone to regain confidence, strength, and joy, despite the challenges. Every donation is an act of hope, a true gift that transforms lives. Thank you for being there, by our side, and for believing in us. Your support is a true ray of sunshine in the life of every amputee.

The War Amps receives no government funding. Its programs exist thanks to public support for the Key Tag Service. For more information, visit waramps.ca or call 1-800-250-3030.



Abonnez-vous à la page Facebook PSP Bagotville

DÉFI PANCANADIEN PAN-CANADIAN CHALLENGE

28

JOURS FÉVRIER moins d'alcool

DAYS FEBRUARY Less alcohol



INSCRIPTION



REGISTRATION

CHOISIS TON DÉFI CHOOSE YOUR CHALLENGE

Zéro alcool

Zero alcohol

Aucun alcool pour tout le mois de février

No alcohol for the entire month of february

OU/OR

Réduction de la consommation

Cutting back

Choisis ton propre objectif

Choose your own target



**HIVER WINTER
2025-2026**

**PROGRAMME
LOISIRS**

BFC Bagotville

**RECREATION
PROGRAM**

CFB Bagotville



Présentez
votre carte
de membre
PLAN PSP
et obtenez
des rabais!



Show your
PSP PLAN
membership
card and get
discounts!

INSCRIVEZ-VOUS MAINTENANT



JIU JITSU

DU 19 JANVIER AU 12 JUIN 2026

PARENT AVEC ENFANT (à partir de 4 ans)

Lundi : 17h15 à 18h **1 COURS** > **150\$**
par semaine

ENFANTS (7 ans et + ou avec expérience)

Mercredi : 17h15 à 18h **1 COURS** > **100\$**
par semaine

ADULTES

Lundi et mercredi : **1 COURS** > **150\$** **3 COURS** > **250\$**
18h à 19h30 par semaine par semaine

Mardi et vendredi : **2 COURS** > **200\$** **4 COURS** > **300\$**
12h à 13h par semaine par semaine



**Essai
GRATUIT**

REGISTER NOW



JIU JITSU

FROM JANUARY 19 TO JUNE 12, 2026

PARENT WITH CHILD (from 4 y.o.)

Monday : **1 CLASS** > **150\$**
17:15 pm to 6 pm per week

CHILD (7 years and older or with experience)

Wednesday : **1 CLASS** > **100\$**
17:15 pm to 6 pm per week

ADULT

Monday and Wednesday : **1 CLASS** > **150\$** **3 CLASSES** > **250\$**
6 pm to 7:30 pm per week per week

Tuesday and Friday : **2 CLASSES** > **200\$** **4 CLASSES** > **300\$**
12 pm to 1 pm per week per week



**Free
TRIAL**

Carte de **10 COURS** > **100\$**

COURS à l'unité > **15\$**

10 CLASSES card > **100\$**

FOR 1 CLASS > **15\$**

INSCRIPTION

418 697-4000, ext. 661-7581
lecours.audrey@sbmfc.com
www.sbmfc.com

REGISTRATION

418 697-4000, ext. 661-7581
lecours.audrey@sbmfc.com
www.cfmws.com