



PSP Guide de programme

2026-27

AUTONNE/HIVER

DÉTACHEMENT 17 AILE
DUNDURN



<https://sbmfc.ca/central-saskatchewan>



PSPDUNDURN

SUIVEZ-NOUS sur Instagram et Facebook

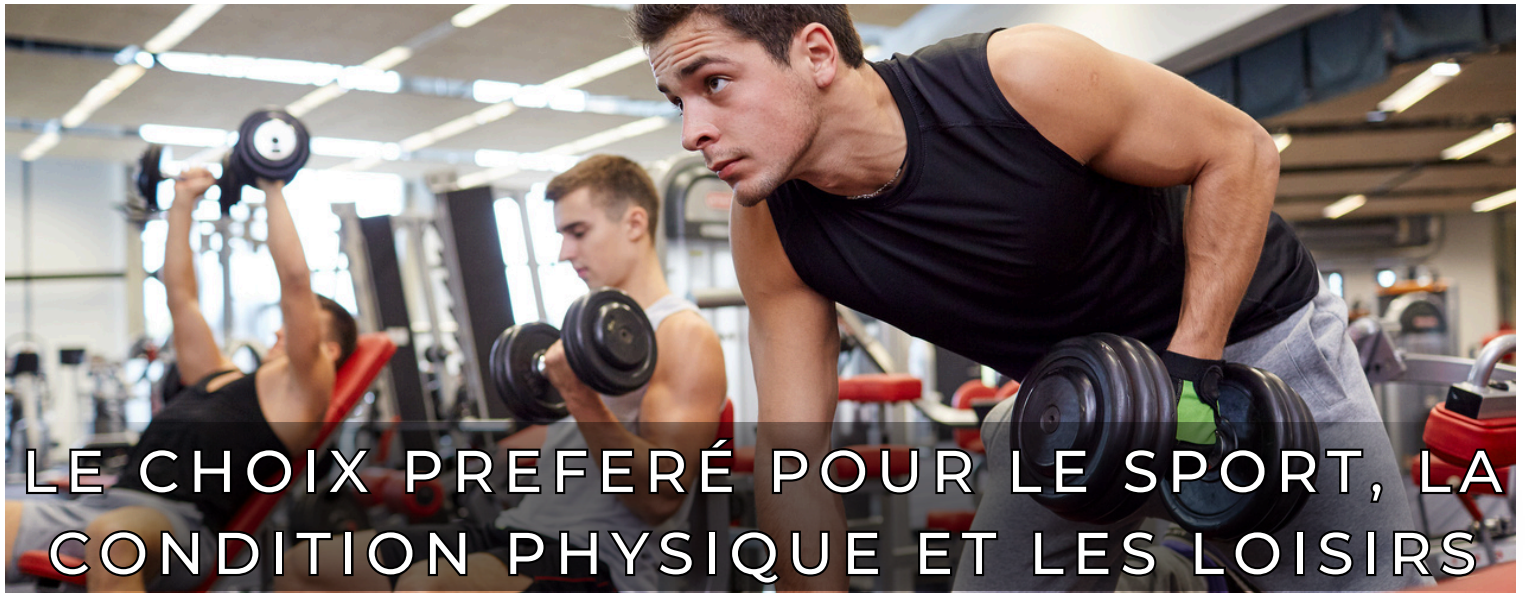


Offres Actuelles de PSP Dundurn





www.sbmfc.ca/conditionnement-physique-sports-et-loisirs



LE CHOIX PRÉFÉRÉ POUR LE SPORT, LA CONDITION PHYSIQUE ET LES LOISIRS

Renforcer la culture de la condition physique au sein des FAC est une priorité. Les programmes de soutien au personnel (PSP), une division des SBMFC, comprennent la condition physique, le sport, les loisirs et la promotion de la santé, qui jouent des rôles essentiels dans cette démarche.

Promouvoir une culture de la forme physique et d'un mode de vie actif et sain

Notre objectif principal est d'assurer la préparation opérationnelle des membres des FAC. Chaque fois que nous avons une capacité supplémentaire, nos installations de conditionnement physique, programmes et services sont également accessibles à la communauté militaire élargie, y compris les anciens combattants, les membres de la famille et l'équipe de défense élargie.

Nous offrons une grande variété de programmes et de services afin que vous puissiez rester en sécurité et trouver des moyens amusants de rester actif, de rester connecté et de vivre mieux.

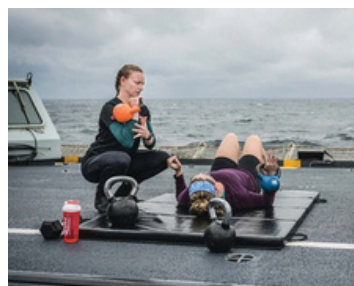
NOS PROGRAMMES ET SERVICES



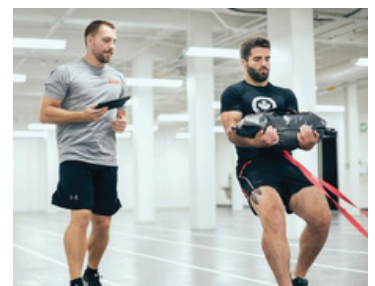
ADHÉSION AU PLAN PSP



PROGRAMMES DE LOISIRS



ENTRAÎNEMENT FITNESS



ÉVALUATION DE LA CONDITION PHYSIQUE MILITAIRE



SPORTS



PROMOTION DE LA SANTÉ



RÉSERVATIONS & LOCATION



CLUBS

BÂTIMENT 39 • Détachement de la 17e Escadre Dundurn

Emplacement

À 20 minutes au sud de Saskatoon, en sortant de
l'autoroute 11.

Remarque : Évitez d'emprunter l'autoroute 219, car cette
entrée est désormais fermée de façon permanente.

Google Maps

"Camp Dundurn"



BÂTIMENT 39 - HEURES

	Ouvrir	Fermer
LUNDI	07:30	19:00
MARDI	07:30	19:00
MERCREDI	07:30	19:00
JEUDI	07:30	19:00
VENDREDI	07:30	17:00
SAMEDI	09:00	13:00
DIMANCHE	Fermé	



Heures

la salle de sport est fermée
les jours fériés

Septembre

7 - jour du travail

30 - Journée de la vérité et de la
réconciliation

Octobre

12 - Action de grâce

Novembre

11 - Jour du Souvenir

Décembre

25 - Noël

26 - le jour de la boxe

Janvier

1 - le jour de l'an



<https://www.facebook.com/PSPDundurn>

Contact

Courriel: pspdundurn@sbmfc.com

Téléphone: (306) 492 - 2135 ext 4102

Veuillez suivre PSP Dundurn sur
Facebook et Instagram pour les
dernières informations sur les
horaires du gymnase, les fermetures
et les événements à venir.

Catégories de membres

MEMBRES RÉGULIERS

- ▶ Membres actuels des FAC (Forces régulières et de réserve) et leurs dépendants.
- ▶ Membres des forces armées étrangères actuellement en service dans les FAC et leurs personnes à charge

VÉTÉRAN MEMBRES

- ▶ Les anciens membres de la CAF qui ont suivi avec succès la formation militaire de base et ont été libérés avec les honneurs, ainsi que les personnes à leur charge.

ORDINAIRE MEMBRES

- ▶ Employés de la Base Actuels / NPF / MFRC / employés du DND/ RCMP et leurs personnes à charge.
- ▶ Tous les Commissionnaires et autres contractuels à temps plein employés dans un établissement des Forces canadiennes, ainsi que les personnes à leur charge.

MEMBRES ASSOCIES

- ▶ Tous les civils



Tarifs des salles de gym

Abonnements à des centres d'entraînement

Organisation	Durée	Célibataire	Famille
Régulier	Annuelle	Gratuit	73,50 \$
	Mensuel	Gratuit	10,50 \$
Vétéran	Annuelle	44,10 \$	73,50 \$
	Mensuel	8,40 \$	10,50 \$
Ordinaire	Annuelle	94,50 \$	157,50 \$
	Mensuel	14,70 \$	21 \$
Associé	Annuelle	315 \$	525 \$
	Mensuel	42 \$	63 \$

Gymnase sans rendez-vous

Adulte	Anciens combattants, étudiants et aînés	Famille
15,75 \$	7,35 \$	26,25 \$

- Les clients occasionnels doivent respecter les directives et les politiques de notre salle de sport.
- Les clients occasionnels doivent remplir un formulaire de décharge pour les nouveaux clients et être enregistrés dans notre système.

Tarifs de location du gymnase (Événements ou sports)

	Régulier	Ordinaire	Associé
Tarif horaire	30 \$	35 \$	55 \$

Disponible en soirée et la fin de semaine, avec accès à l'ensemble des installations du gymnase. Vous pourrez ainsi profiter de tous les jeux et de tout l'équipement sportif à votre disposition! Des tables et des chaises sont également mises à votre disposition pendant votre événement.

Abonnement sportif

De nombreux équipements sont disponibles à la location auprès de PSP!

L'adhésion à Sport est obligatoire; tous les membres doivent signer notre décharge d'adhésion à Sport.

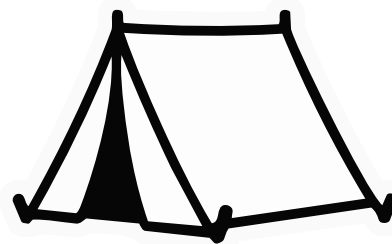
	Frais annuels	Frais de location	Frais de retard (par article par jour)
Régulier	20 \$	Gratuit	15 \$
Ordinaire	25 \$	Moyennant des frais	15 \$



VÉLOS



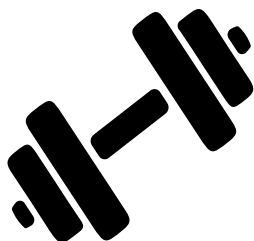
MARINE



CAMPING



SPORTS



CONDITION PHYSIQUE



HIVER

Pour plus de détails :

Visitez le site sbmfc.ca/central-saskatchewan/psp/offres-actuelles/sports

ou passez au bureau du PSP pour consulter notre classeur contenant tous les articles

Parcours de disc golf



Situé juste à l'ouest du bâtiment 39, le parcours est ouvert **Mai a Octobre.**

Téléchargez l'application **UDisc** et profitez d'un golf de disque interactif sur le parcours de golf de disque CFD Dundurn. Consultez les avis, les photos et les dernières tendances. Ne vous perdez jamais avec des directions étape par étape. Naviguez avec des cartes astucieuses pour réussir chaque trou et commencez comme un champion. Passez en revue l'historique de votre jeu et améliorez vos compétences. Regardez vos moyennes et vos coups parfaits sur chaque trou. Plongez dans vos statistiques de putting, de conduite et de jeu agile. Vantez vos cartes de score auprès de vos amis. Grimpez dans les classements des parcours. Gardez un œil sur vos disques et peaufinez vos lancers sur le terrain. Maîtrisez votre précision de conduite et partagez vos victoires avec vos amis.

**TOUS LES CLIENTS DOIVENT S'INSCRIRE À LA RÉCEPTION DU BÂTIMENT 39.
IL EST POSSIBLE D'EMPRUNTER DES FRISBEES PENDANT LES HEURES
D'OUVERTURE; VEUILLEZ VOUS ADRESSER À LA RÉCEPTION.
UN ABONNEMENT À LA SALLE DE SPORT OU UNE CARTE D'ACCÈS UNIQUE
EST REQUIS**

Abonnement à Body Scan

InBody Appareil d'analyse de la composition corporelle

Employés de la base :

100 \$/an (4 numérisations)

Civils :

150 \$/an (4 numérisations)

FAC :

2 numérisations gratuites/an

(possibilité d'acheter un abonnement de 100 \$ si vous souhaitez davantage de numérisations)

50 \$ par scan

**SUR RENDEZ-VOUS
SEULEMENT**



- Indice de masse corporelle
- Pourcentage de graisse corporelle
- Analyse de la masse musculaire et de la graisse
- Masse musculaire squelettique

PSP DUNDURN

FORFAITS POUR FÊTES D'ANNIVERSAIRE

Découvre la formule de fête idéale qui correspond à tes besoins.

Toutes les formules comprennent des tables et des chaises pour tes invités, ainsi que l'accès sur place à un réfrigérateur et à des toilettes.



SE DÉCHAÎNER

- ✓ Accès aux installations pendant 2 heures
- ✓ Accès 30 minutes plus tôt pour l'installation
- ✓ Disponible toute l'année
- ✓ Accès au matériel de sport pour les jeunes:
Hula-hoops, crosses de hockey, cordes à sauter, matériel d'agilité, ballons et filets

170\$/2 HEURES

LE REPAIRE DES HÉROS

- ✓ 2 heures d'accès aux installations
- ✓ 30 minutes d'accès anticipé pour l'installation
- ✓ Accès à tout l'équipement PlayCare
- ✓ Disponibilité selon la saison
- ✓ Places assises à l'intérieur et à l'extérieur
- ✓ Parcours d'obstacles Heros (à partir de 10 ans)

270\$/2 HEURES

ANIMATEUR D'ACTIVITÉS

- ✓ animateur qualifié
- ✓ Préparation et rangement inclus
- ✓ Matériel fourni
- ✓ Au moins 1 heure d'activités guidées
- ✓ Options disponibles : lecture d'histoires, activités artistiques, activités physiques et jeux

150 \$/HEURE

EXTENSIONS

- ✓ Balle Omnikin - 40,00 \$ - En salle uniquement
- ✓ Laser Tag - 8 joueurs - 40,00 \$
- ✓ Parachute - 20,00 \$
- ✓ Installation de slackline Heros - 20,00 \$ - En saison
- ✓ Spike Ball - 20,00 \$
- ✓ Projecteur de films - 20,00 \$ - En salle de sport uniquement
- ✓ Blocs en mousse (30 cm) - 40,00 \$ - Inclus dans l'annexe
- ✓ Sportime Split Donut - 40,00 \$ - Inclus dans l'annexe

MILITAIRE?

Ajoute une heure supplémentaire à ta réservation sans frais supplémentaires.

HÉROS

Recontres

MATÉRIEL



LE COLOSSE DU COIN



MUR D'ESCALADE



COIN LECTURE



MUR DE TÉLÉPORTATION



GRANDS BLOCS DE MOUSSE



DIAPOSITIVE



TUNNEL FUN TUBE



MARCHES EN BIAIS



Magnetic Building Tiles, Set of 124
Includes translucent building tiles in
TUILES DE CONSTRUCTION
MAGNÉTIQUES



CUBE DES HÉROS



TAPIS DE MARELLE



BEIGNET FENDU

**ANIMATEUR D'ACTIVITÉS****ENSEMBLES DE PROGRAMMES****L'HEURE DU CONTE**

Venez passer un moment agréable entre livres, musique et divertissement! Choisissez un thème (ou laissez-moi m'en charger!) puis installez-vous confortablement pour écouter 3 ou 4 livres, écouter de la musique et danser sous la direction de l'animateur. Une activité manuelle en lien avec le thème est proposée en option.

Tranches d'âge : 0 à 2 ans, 3 à 5 ans, 5 à 7 ans (les histoires varient selon l'âge des enfants)

Si votre enfant adore créer des chefs-d'œuvre, cette option est faite pour vous!

ARTS ET ARTISANAT

Aquarelle, point de croix, bracelets d'amitié, macramé, création de figurines en perles et bien plus encore : cette option s'adresse aux passionnés de loisirs créatifs!

L'enfant qui fête son anniversaire peut choisir l'activité qu'il souhaite apprendre ou réaliser, ou bien celle-ci peut être une surprise.

COURIR, SAUTER PAR-DESSUS ET BONDIR

Pour l'enfant qui ne tient pas en place et qui ADORE toutes les activités dynamiques.

Cette option permet aux enfants débordants d'énergie de se défouler. Avec des courses, des épreuves d'adresse et des prix à gagner, c'est une expérience pleine d'énergie où l'on ne s'arrête jamais.

JEUX DE SOCIÉTÉ/JEUX DE CARTES

Pour tous ceux qui adorent les jeux de société ou qui veulent en découvrir un nouveau! Choisissez parmi une vaste sélection de jeux pour tous les âges et passez votre soirée à combattre des monstres, à inventer des histoires ou à devenir le maître de toute la rue!

*Communiquez avec nous pour obtenir la liste complète des jeux disponibles, ou laissez-vous surprendre à votre arrivée.

Voici quelques exemples de jeux :

Une partie spéciale de Donjons et Dragons (pour tous les âges!), Monopoly, Trash, Yahtzee, Dungeon Mayhem, Patchwork, Billet pour un voyage Et bien plus encore!



Cours de fitness



**Mardi
après-midi**

**Vendredi
matin**

Évaluation FORCE

Ton test de force est en retard et tu dois le passer ? Prends rendez-vous dès aujourd'hui avec notre coordinateur Sport & Fitness !

clark.sydney@sbmfc.com

COMBATS TERRESTRES MILITAIRES

LUNDI : ENTRAÎNEMENT EN GI

MERCREDI : ENTRAÎNEMENT AUX FONDAMENTAUX SANS GI

VENDREDI : ENTRAÎNEMENT AUX TECHNIQUES AVANCÉES SANS GI

15:00-16:00

Tous les niveaux sont les bienvenus et la participation est gratuite! Possibilité de participer aux compétitions de la CAF!



YOGA

Restez à l'affût des prochains cours de yoga

Clubs de loisirs

Les clubs et programmes de loisirs sont des activités de loisirs autonomes et agréées, régies par les modalités et conditions d'une charte. Militaire / Vétérans / les employés de la base / Les civils peuvent adhérer à des clubs.

Les prix varient



JARDIN

Mensuel

Annuelle

10 \$

120 \$



Project Bay
100 \$ par mois

LOISIRS AUTOMOBILES

Mensuel

Annuelle

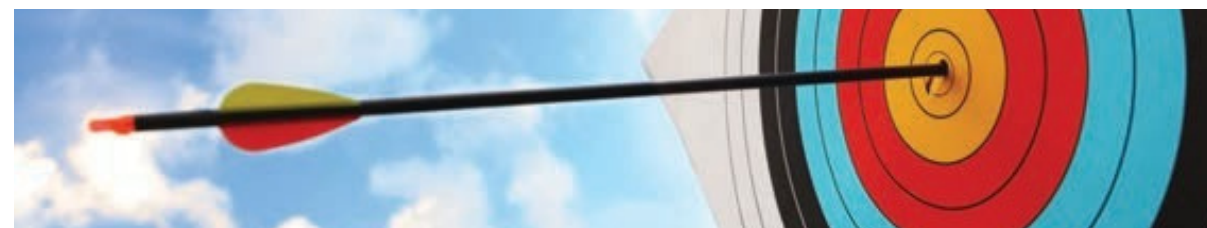
10 \$

120 \$



LOISIR DU BOIS

Les prix varient



Courriel:

DundurnRGAClub@gmail.com

CANNE, FUSIL & TIR À L'ARC

Avez-vous des questions concernant les clubs?

COURRIEL: PSPDundurn@sbmfc.com

THE ALL RANKS MESS

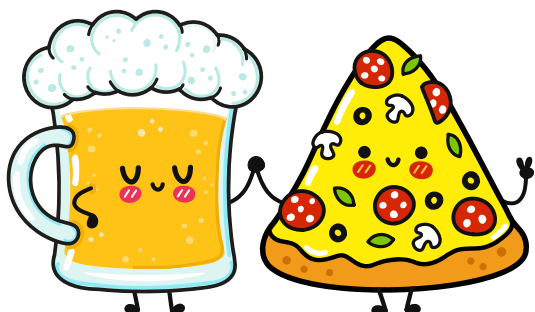
Pause Café



Mercredis 0930-1030

DMCJ

Jeudis 1500-1900



Nourriture et collations fournies

Équipe Exécutive Mess

Président du Mess:	WO Doug Klingible
Vice Président:	Cpl. Jose Torres
Secrétaire:	MCpl. Owen Westerhof
Trésorier:	Sgt. Mikael Kovacs
Responsable des loisirs:	Cpl Gabriel Thibault-Fiset Cpl. Willow McKeith
Responsable des services alimentaires:	Cpl. Kathy Dumont

Le Mess de Tous les Grades, connu sous le nom de Flightline, offre un espace chaleureux et accueillant pour les membres des FAC. C'est un lieu pour se détendre, se connecter, célébrer et favoriser un fort sentiment de communauté.



Administrateur ARM

Mess Gestionnaire: **Georgia Bayer**

Mess Superviseur: **Sharon Grady**

N'hésitez pas à communiquer avec notre administrateur ou notre responsable pour toute demande de réservation!!

ALL ~~THE~~ RANKS MESS



TYPES D'ÉVÉNEMENTS

Réservez le lieu pour une variété d'événements.

Réunion/Formation

Établissez un environnement formel pour accueillir des réunions ou des sessions de formation en personne ou à distance. Le point focal est un grand écran de projecteur au centre, flanqué de tables et de chaises. Des télévisions adjacentes offrent des capacités d'affichage supplémentaires. Un équipement audiovisuel complet, allant des microphones sans fil aux systèmes de musique de fond, répond à des besoins divers.



Mariages/Renouvellements de vœux

Créez des souvenirs inoubliables avec vos invités dans notre lieu intime niché au cœur des prairies. Organisez à la fois la cérémonie et la réception, ou juste la réception. Les tons chauds et les multiples options d'éclairage garantissent le cadre photo parfait et l'ambiance idéale pour votre journée spéciale. Les tables en marbre et les chaises noires vous permettent de garder les besoins en décoration au minimum. Les deux ailes offrent un espace supplémentaire pour vos invités et la cour de patio illuminée permet à votre événement de se prolonger jusqu'à la nuit.



Célébrations

Que ce soit un banquet formel ou une fête en famille, The Flightline est prêt à rendre votre événement inoubliable, qu'il s'agisse d'anniversaires, d'anniversaires de mariage, de remises de diplômes, d'adieux, de jeux, de tournois et plus encore. Nous offrons un espace flexible rempli de fonctionnalités pour donner vie à votre journée spéciale. Le bar sur place peut répondre à tous vos besoins en cocktails ou mocktails, tandis que la cuisine de traiteur permet de servir des repas, des barbecues et plus encore.



PSP Health Promotion

Les programmes sont **GRATUITS** et disponibles pour **tous** les membres de la CAF, les employés civils de l'équipe de défense et leurs membres de la famille adultes. Tentativement réservés pour début février.

» NUTRITION ESSENTIELLE

Cette formation interactive de 0,5 jour fournit des moyens pratiques de manger sainement même dans des environnements difficiles. Elle explique la science de la nutrition et aborde des sujets tels que la gestion du budget alimentaire, des conseils pour une planification des repas facile, des recettes saines et bien plus encore !

» Formation sur la sensibilisation à l'alcool, aux autres drogues, aux jeux d'argent et aux jeux vidéo (AODGGA)

L'objectif de ce cours est de préparer le personnel occupant des postes de direction à faire face aux problèmes d'utilisation problématique liés à l'alcool, aux autres drogues, aux jeux d'argent et/ou aux jeux vidéo au sein de leurs unités. Les participants apprendront sur le mauvais usage, les signes avant-coureurs, les compétences d'entretien efficaces, les compétences d'écoute active, l'autonomisation et comment contester et changer les cultures de travail malsaines.



» Outils Anti-Stress

Ce cours aidera les participants à développer une compréhension de la réaction au stress en fonction de leurs propres facteurs de stress. Les participants apprendront des outils et sélectionneront des mécanismes d'adaptation qu'ils peuvent utiliser dans la vie quotidienne pour apporter des changements et gérer leurs niveaux de stress.

» Formation sur la sensibilisation au suicide

Conçu spécifiquement pour les CAF, le MFSA vise à sensibiliser au suicide et à l'intervention en cas de suicide pour les non-professionnels. Le MFSA promeut la sensibilisation et le développement de compétences afin de maximiser la santé mentale pour l'efficacité individuelle et opérationnelle.

Formation sur la sensibilisation et la prévention de la violence familiale



Billets de Sport Locaux



**Des billets Flex seront disponibles
au bureau du PSP pour les matchs
des Rush et des Blades**

RÉSERVÉ AUX MEMBRES DE LA CAF
Quantité limitée par membre de la CAF



Passes de loisirs

Saskatoon a six centres de loisirs intérieurs situés dans toute la ville, ainsi que la piste Terry Fox. Chaque centre est unique et dispose d'équipements tels que des piscines, des toboggans aquatiques, des pistes intérieures, des gymnases, des terrains de sport, des salles de fitness et de musculation, de la garde d'enfants et même une patinoire et une piscine à vagues ! Consultez le guide des loisirs actuel ici.



2025-2026 Disponibilité des Pass Loisirs

Militaires et affiliés du MDN uniquement

Installations intérieures

*Célibataire - 2 gratuités par membre CAF par semaine
(ne s'applique pas aux membres de la famille)*

Famille - 20 \$

Plein air

Simple - 10 \$

Famille - 20 \$

**Passez au bureau
du PSP pour
récupérer vos
laissez-passer.**

PSP PROGRAMMES DE REMBOURSEMENT



1 PROGRAMME DE SUBVENTION DE SOUTIEN À LA PARTICIPATION SPORTIVE

Admissibilité

Tous les candidats doivent :

- Être membre des Forces armées canadiennes (régulières ou de réserve).
- Être en service actif et reconnu comme tel pour être admissible à la subvention de soutien à la participation sportive.
- Posséder un test FORCE valide pour toute la durée de l'événement.
- N'avoir AUCUN antécédent disciplinaire ou de mauvaise conduite au sein du programme sportif de l'unité pour lequel vous n'avez pas été gracié.
- Soumettre le formulaire de demande au moins 30 jours avant l'événement et le faire parvenir au sondage sur la subvention de soutien à la participation sportive, accompagné de photos au plus tard 30 jours après l'événement.
- La subvention ne couvre pas les frais de repas ni de transport pour les membres participant à une ligue locale.
- La subvention ne couvre pas les activités non compétitives telles que la condition physique, telles que le yoga, le Pilates, la Zumba, les cours d'autodéfense ou les ateliers offerts dans des centres de conditionnement physique.
- La subvention ne couvre pas la participation aux événements ou à des activités sportives organisés par les FAC ou leurs unités.

Apply Now



Plus d'information



Le code QR redirige vers le site ci-dessous:

www.sbmfc.ca/conditionnement-physique-sports-et-loisirs/sports/programme-de-subsventions-sportives-des-fac

2 INTÉGRATION COMMUNAUTAIRE

Vous souhaitez essayer quelque chose de nouveau ou vous avez besoin d'un peu d'aide concernant les camps, les programmes, les ateliers, les cours, l'apprentissage ou l'acquisition de nouvelles compétences?

NOUVEAU

100 \$ par membre de la CAF par année

C'est génial de sortir et d'essayer de nouvelles choses!

100 \$ par personne à charge (conjoint et enfants) par année

un maximum de 200 \$ pour les personnes à charge

3 RABAIS SUR LES LOISIRS ET LE CONDITIONNEMENT PHYSIQUE

200 \$ par membre de la CAF par année

Vous nous l'avez dit, nous vous avons écoutés!

Lorsque la remise "Rec" ne vous semblait pas suffisante ou que votre activité physique n'était pas couverte par la remise sportive, nous vous avons entendus : nous avons combiné les deux programmes et augmenté le montant! Les mêmes avantages, mais avec plus de souplesse!



RÈGLES

- Toutes les remises sont valables du 1er avril au 28 février de chaque année.
- Ne peut être combiné avec les programmes PSP.
- Les demandes de remise doivent être soumises au cours de la même année d'exercice que celle du programme.
- Votre conjoint et vos personnes à charge doivent figurer sur votre MPRR pour que vous puissiez bénéficier des programmes destinés aux personnes à charge.
- Réservé exclusivement aux membres de la Force régulière et aux réservistes affectés à Dundurn, y compris les unités hébergées sur place.
- Les événements liés à l'alcool ne sont pas admissibles, par exemple les dégustations.

Les éléments ci-dessous NE SONT PAS admissibles :

- Location ou achat d'équipement, chandails d'équipe
- Carburant/stationnement, garde d'enfants, abonnements à des centres d'entraînement
- Alcool/nourriture/boissons, hôtels, cartes-cadeaux

LIVRET DE RÈGLES



RENCONTREZ NOTRE ÉQUIPE

Pour toute demande d'information générale: PSPDundurn@sbmfc.com

Directeur adjoint PSP

Georgia Bayer

306-492-2135 x 4176

Bayer.Georgia@sbmfc.com

Je suis née à Saskatoon et je vis dans la région de Dundurn depuis plus de 25 ans. J'ai passé la majeure partie de ma carrière dans le domaine de l'aviation en tant qu'agent de bord et agent du service à la clientèle avant de déménager en Namibie, en Afrique, avec ma famille. À mon retour au Canada, j'ai changé de carrière et je travaille pour PSP Dundurn depuis 2014. J'adore le plein air, le fitness et rester active, donc les programmes de soutien au personnel sont le travail de mes rêves !

Commis aux installations

Des Engensperger

306-492-2135 x 4102

Engensperger.Desirae@sbmfc.com

Je suis l'épouse d'un militaire originaire de la Colombie-Britannique. Mon mari et moi avons trois enfants formidables : deux garçons et une petite fille. Nous aimons passer du temps ensemble en famille et profiter du plein air autant que possible. J'adore les montagnes (même si elles sont très rares par ici). J'aime fabriquer des bougies et les vendre pendant mon temps libre. Ce que j'apprécie le plus dans mon travail, c'est d'apprendre de nouvelles choses et de faire partie d'une équipe formidable.

Coordonnateur des activités physiques, sportives et récréatives

Sydney Clark

306-492-2135 x 4270

Clark.Sydney@sbmfc.com

Originaire de Campbell River, en Colombie-Britannique, j'ai passé quelque temps dans le nord du Manitoba avant de m'installer à Saskatoon. Après avoir obtenu mon diplôme en kinésiologie à l'Université de Saskatchewan, j'ai commencé ma carrière en tant que thérapeute spécialisé dans la gestion des maladies chroniques. Pendant mon temps libre, j'aime entraîner et pratiquer le judo. Je suis également passionné par le bénévolat auprès de l'association Saskatoon Dog Rescue et par la découverte de nouvelles expériences.

Superviseur des loisirs communautaires

Jackie Stack

306-492-2135 x 4103

Stack.Jackie@sbmfc.com

En congé jusqu'en septembre; veuillez adresser vos questions à PSPDundurn@sbmfc.com.

Je suis fière de travailler au sein des Services de bien-être et de moral des Forces canadiennes (SBMFC), où j'ai le privilège de mettre sur pied des programmes et des activités récréatives qui rassemblent les militaires, les anciens combattants et leurs familles. En tant qu'épouse de militaire, je comprends à la fois les défis et l'incroyable sentiment d'appartenance à une communauté qui caractérisent la vie militaire. Je suis également l'heureuse maman de deux magnifiques enfants pleins de joie de vivre qui font de chaque journée une aventure.

Administrateur NPF et ambassadeur Positive Space

Samantha Woods

306-492-2135 x 4188

Woods.Samantha@sbmfc.com

Par un heureux hasard, je me suis retrouvée à travailler pour PSP à Dundurn après avoir quitté Edmonton, en Alberta. Forte d'une formation en gestion hôtelière, d'une décennie d'expérience dans le secteur financier chez ATB et d'une formation de professeure de yoga, j'ai déménagé par amour et j'ai été encouragée à poser ma candidature pour le poste d'adjointe administrative au NPF. En tant que famille d'accueil pour le Saskatoon Dog Rescue, je partage un foyer animé avec mon conjoint, mes trois enfants et un chien. J'aime jardiner, faire du crochet, jouer à Donjons et Dragons et réaliser des projets avec mon conjoint, qui fabrique des accessoires de cinéma. Chez PSP, j'accueille les nouveaux arrivants, je leur fournis des renseignements sur les programmes et les attractions locales, et je leur recommande le meilleur hamburger de Saskatoon : le « Skirt Burger » du Thirsty Scholar.

Administration du Mess

Sharon Grady

Grady.Sharon@sbmfc.com

Originaire de Saskatoon, j'ai déménagé à Dundurn en 1999 (j'espère que vous avez commencé à chanter la chanson de Prince « 1999 ») et j'y vis toujours avec ma petite famille recomposée de cinq personnes, dont les enfants ont entre 16 et 29 ans pour l'ainé. Je suis également la fière grand-mère d'un merveilleux petit-enfant. J'ai toujours travaillé d'une manière ou d'une autre dans le secteur du service à la clientèle. Après avoir terminé la 12e année et m'être inscrite directement au collège — il ne me restait plus que six crédits à obtenir pour décrocher mon diplôme —, on m'a proposé un poste de gestion bien rémunéré en 1994. Je ne pouvais pas laisser passer cette occasion. Puis les enfants sont arrivés, suivis de quelques changements de carrière, jusqu'à ce que je me joigne à la Big Mur's Tavern. J'ai commencé à y travailler en 2006, et nous l'avons vendue en 2025. Par la suite, le poste de superviseuse du Mess s'est libéré, et j'occupe cette fonction depuis décembre 2025. J'adore cette communauté, et les gens d'ici m'ont fait me sentir comme chez moi dès le tout début!

Politiques et procédures importantes

PROCÉDURE À L'ENTRÉE PRINCIPALE

- À votre arrivée, vous devez présenter votre pièce d'identité aux commissionnaires à l'entrée principale et leur indiquer que vous vous rendez au gymnase.

RÈGLES À RESPECTER DANS LA SALLE DE SPORT RÈGLES À RESPECTER DANS LA SALLE DE CARDIO ET DE MUSCULATION

- Les usagers doivent essuyer l'équipement après utilisation.
- Tout l'équipement doit être rangé après utilisation et tous les poids doivent être replacés dans les supports prévus à cet effet après chaque séance.
- La présence d'un partenaire de sécurité est obligatoire en cas de doute lors d'un levage.
- Il est interdit de claquer ou de laisser tomber les poids.
- Aucun équipement ne doit être modifié ni sortir des locaux, quelle qu'en soit la raison.
- Le matériel doit être traité avec respect et remis dans l'état où il a été trouvé.
- Le port de lunettes de protection appropriées est obligatoire en tout temps lors de la pratique du hockey en salle.
- Les jeunes âgés de 12 à 15 ans sont autorisés à utiliser la salle de musculation et les appareils sous la supervision d'un parent ou d'un tuteur.
- Les membres doivent être âgés d'au moins 16 ans pour utiliser la salle de musculation et les appareils sans supervision.



ANNULATIONS

- Toutes les activités sont susceptibles d'être annulées si le nombre d'inscriptions est insuffisant. Veuillez noter qu'en raison de la nature de nos installations militaires, il peut y avoir des interruptions imprévues et/ou des annulations d'activités. S'il s'avère nécessaire d'annuler une activité, tout sera mis en œuvre pour la reprogrammer. Toutefois, si nous annulons une activité, vous avez droit à un remboursement au prorata en fonction de l'événement/du programme/de la durée qui a été réalisé(e). Inscrivez-vous tôt pour éviter les annulations d'activités.

REMBOURSEMENTS

- Une demande de remboursement effectuée moins de 14 jours avant la date de début du programme peut être soumise à des frais administratifs de 5 %.
- Les demandes reçues 14 jours ouvrables avant le début de l'activité ne seront pas soumises à des frais administratifs.
- Les remboursements pour raisons médicales accompagnés d'un certificat médical ou pour raisons militaires accompagnés d'une attestation ne seront pas soumis à des frais administratifs.
- Si un remboursement est demandé après la date de début, des frais administratifs de 5 % seront facturés et le remboursement sera calculé au prorata.
- Si une activité prévoit un acompte non remboursable, aucun remboursement ne sera effectué pour cet acompte.
- Veuillez contacter le responsable des loisirs communautaires pour toute demande de remboursement.
- En cas de litige, les décisions de remboursement seront prises par le directeur adjoint du PSP.

Gymnase / Bâtiment 39 Questions fréquentes

- Les membres du programme PSP doivent s'inscrire à chaque visite, à moins d'être autorisés à entrer à l'aide d'un porte-clés électronique.
- Les militaires doivent présenter leur carte d'identité militaire.
- Il est interdit de prendre des photos, de filmer ou d'effectuer des enregistrements audio dans les installations du PSP sans l'autorisation écrite préalable de la direction. L'utilisation des téléphones cellulaires n'est pas autorisée dans les vestiaires.
- L'utilisation d'écouteurs est recommandée, car le niveau sonore doit être maintenu au minimum afin de permettre à tous les usagers de la salle de sport d'en profiter pleinement; un haut-parleur est disponible sur demande. Toute musique diffusée à voix haute doit être respectueuse et appropriée à notre établissement ouvert à tous les âges.
- Les participants peuvent accéder aux installations en fonction de leur identité de genre. Des vestiaires privés ou unisexes sont offerts à tout participant souhaitant davantage d'intimité.
- Les visiteurs qui ne possèdent pas d'abonnement au gymnase PSP ou de carte d'identité militaire doivent payer des frais d'accès ponctuel et présenter une pièce d'identité avec photo à chaque visite.
- Les enfants de moins de 12 ans doivent être surveillés en tout temps par un adulte (18 ans et plus).
- Les enfants âgés de 12 à 15 ans sont autorisés à utiliser la salle de sport.
- Les jeunes âgés de 12 à 15 ans sont autorisés à utiliser la salle de musculation et les appareils sous la surveillance d'un parent ou d'un tuteur.
- Les membres doivent être âgés d'au moins 16 ans pour utiliser la salle de musculation et les appareils sans surveillance.
- Une tenue vestimentaire appropriée est obligatoire : le port d'un chandail est exigé en tout temps, et il faut porter des souliers d'intérieur propres, secs et ne laissant pas de traces (les souliers à bout ouvert, les sandales et les pieds en bas ne sont pas autorisés). De plus, les souliers d'extérieur sont interdits à l'intérieur du gymnase. Les sandales, les bottes de cow-boy et les souliers de randonnée ne sont pas autorisés.
- La nourriture, les contenants en verre et les boissons autres que l'eau sont interdits.
- Le PSP interdit la cigarette, la vapotage, l'alcool et les drogues illégales, y compris les stéroïdes, dans toutes ses installations.
- Le PSP interdit l'accès aux personnes sous l'influence de drogues illégales ou d'alcool.
- Veuillez ranger vos effets personnels, y compris vos sacs de sport, dans les casiers mis à disposition pour une utilisation pendant la journée. Veuillez apporter votre propre cadenas. L'établissement n'est pas responsable des objets perdus, volés ou laissés sans surveillance.
- Des douches et des vestiaires sont à votre disposition pour votre confort. Veuillez vaporiser les zones de douche après utilisation.
- Les personnes n'appartenant pas à l'armée, y compris les familles des militaires et les anciens combattants, doivent remplir le questionnaire « Get Active » et la décharge de responsabilité du PSP.
- En raison de la nature de notre installation militaire, il peut y avoir des interruptions imprévues et/ou des annulations d'activités.
- Les détenteurs d'un forfait PSP ont accès à l'installation pendant les heures d'ouverture du bâtiment.



Le port de chaussures de sport d'intérieur non marquantes est obligatoire.