

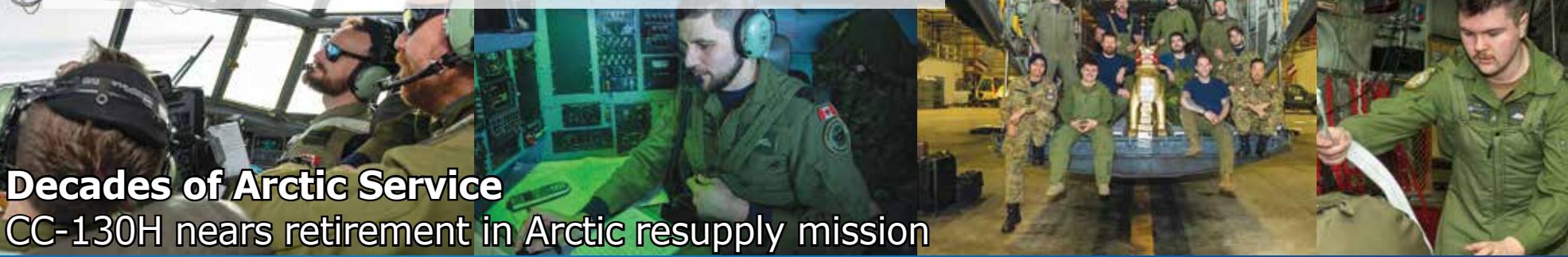


MCpl (cp/c) Darryl Hepner

TUESDAY, FEBRUARY 10, 2026 | MARDI 10 FÉVRIER 2026

TOTEM TIMES

19 WING COMOX
VOL 68, #2
19^e ESCADRE COMOX



Decades of Arctic Service

CC-130H nears retirement in Arctic resupply mission

Des décennies de service dans l'Arctique

le CC-130H approche de la retraite lors d'une mission de ravitaillement dans le Nord



Story on page 3 | L'article se trouve à la page 3.



Kevin Dol
Personal Real
Estate Corporation

250-898-4158



4738 CRUICKSHANK PL., COURtenay
LOCATED ON A QUIET CUL-DE-SAC in desirable East Courtenay, this well-maintained 4-bed, 3-bath home sits on a private lot backing onto over 30 acres of treed parkland and greenspace. Vaulted ceilings in the living room, 9-foot ceilings on the main floor, a cozy gas fireplace, and an efficient heat pump providing year-round comfort.

\$875,000

ROYAL LEPAGE **100**
YEARS
SINCE 1913

Royal LePage In the Comox Valley

#121-750 Comox Road,
Courtenay, B.C. V9N 3P6
Bus: 250-334-3124
Toll Free: 1-800-638-4226
Fax: 250-334-1901

www.royallepagecomoxvalley.com
Email: royallepagecv@shaw.ca



23 2001 BLUEJAY PL., COURtenay

WELCOME TO WOODLANDS, a peaceful patio home community bordering Comox. This 3 bed/2 bath home offers 9 ft ceilings, engineered hardwood, and a bright open layout with a cozy gas fireplace. The primary suite features a 5-pc ensuite with dual vanity. Enjoy year-round comfort with a heat pump and A/C. Hardie Plank siding, single garage plus 2 driveway parking spots.

\$699,900



Harmony Dyck
Personal Real
Estate Corporation

250-898-7017

Approved Service Provider to the DND Integrated Relocation Program



NDWCC supports United Way BC

Le CCMTDN soutient Centraide Colombie-Britannique

Members of 19 Wing Comox gathered on January 29 to celebrate the conclusion of the 2025 National Defence Workplace Charitable Campaign (NDWCC) with a \$16,974 cheque presentation to Kristina Gebhard, fundraising and donor relations manager for United Way BC.

The campaign was led by Capt Jason Hwang and MCpl Anthony Gibson.

"I really enjoy being a part of the NDWCC team," says MCpl Gibson. "It's great to be a part of something greater than myself and knowing that we're helping to make a difference in the community just feels good. I'm already looking forward to the next campaign."

The pair led a large team of ambassadors throughout the campaign period, helping to facilitate popular events like the RCEME winter tire clinic, Wing Foods pancake breakfast, and Dress Down Fridays.

"It has been a privilege and a pleasure to work alongside outstanding ambassadors from each unit across the Wing during this campaign," adds Capt Hwang. "This achievement was truly a team effort, and I was honoured to be part of such a great cause supporting our local community together. While this was my first time leading the campaign, the guidance from experienced members - MCpl Gibson, Camille Douglas with Totem Times, and fellow ambassadors - was invaluable in achieving another successful campaign."

The funds donated to United Way BC will help to maintain the programs that ensure our community is healthy, caring, and inclusive. These programs strengthen vital connections that support people in need with a focus on emergency response, kids and youth, seniors, mental health, and food security. To learn more about the United Way BC visit uwbc.ca.

Les membres de la 19^e Escadre Comox se sont réunis le 29 janvier pour célébrer la fin de la Campagne de charité en milieu de travail de la Défense nationale (CCMTDN) 2025 en remettant un chèque de 16 974 dollars à Kristina Gebhard, responsable de la collecte de fonds et des relations avec les donateurs pour United Way BC.

La campagne a été dirigée par capt Jason Hwang et cplc Anthony Gibson.

«J'apprécie vraiment de faire partie de l'équipe de la CCMTDN», a déclaré cplc Gibson. «C'est formidable de participer à quelque chose qui me dépasse et de savoir que nous contribuons à faire une différence dans la communauté. J'attends déjà avec impatience la prochaine campagne.»

Le duo a dirigé une importante équipe d'ambassadeurs tout au long de la campagne, contribuant à l'organisation d'événements populaires tels que la clinique sur les pneus d'hiver du GEMRC, le petit-déjeuner aux crêpes du Service d'alimentation, et les vendredis civils.

«Ce fut un privilège et un plaisir de travailler aux côtés d'ambassadeurs exceptionnels de chaque unité de l'escadre pendant cette campagne», ajoute capt Hwang. «Cette réussite est vraiment le fruit d'un travail d'équipe, et j'ai été honoré de participer à une cause aussi noble qui soutient notre communauté locale. C'était la première fois que je dirigeais la campagne, mais les conseils des membres expérimentés - cplc Gibson, Camille Douglas



Maj Matthew Longworth, Capt Jason Hwang, Camille Douglas, Kristina Gebhard, Col Chris Shapka, CWO (adjuc) François Lechasseur, MCpl (cplc) Anthony Gibson.

de Totem Times, et mes collègues ambassadeurs - ont été inestimables pour mener à bien cette nouvelle campagne.»

Les fonds versés à United Way BC contribueront à maintenir les programmes qui garantissent la santé, la solidarité et l'inclusion de notre communauté. Ces programmes ren-

forcent les liens essentiels qui soutiennent les personnes dans le besoin, en mettant l'accent sur les interventions d'urgence, les enfants et les jeunes, les personnes âgées, la santé mentale et la sécurité alimentaire. Pour en savoir plus sur United Way BC, rendez-vous sur uwbc.ca.

UNITED WAY BC CELEBRATES 211 DAY

CENTRAIDE COLOMBIE-BRITANNIQUE CÉLÈBRE LA JOURNÉE DU 211

United Way British Columbia joins communities across North America in celebrating 211 Day on February 11, a day dedicated to raising awareness about the essential role 211 plays in helping people navigate life's challenges.

In British Columbia, dialing or texting 2-1-1 or accessing live chat at bc.211.ca connects individuals to a trained resource navigator, in over 240 languages, between 9am and 9pm, Monday to Friday. On weekends or statutory holidays, the online database at bc.211.ca is available to find services.

The service is funded by United Way BC and the Ministry of Health, and it is operated by United Way BC. It is a free, confidential service that connects individuals to essential resources like food banks, mental health support, financial assistance, and legal resources.

Last year 211 supported more than 40,000 individuals across BC with housing and homelessness, income and financial assistance, and mental health being the primary needs.

To learn more about 211 British Columbia service, visit bc.211.ca.



**United Way
British Columbia**

211 **British Columbia**®

United Way British Columbia se joint aux communautés de toute l'Amérique du Nord pour célébrer la Journée du 211 le 11 février, une journée consacrée à la sensibilisation au rôle essentiel que joue le 211 pour aider les gens à relever les défis de la vie.

En Colombie-Britannique, en composant le 2-1-1 ou en envoyant un SMS, ou en accédant au chat en direct sur bc.211.ca, les personnes sont mises en relation avec un navigateur de ressources qualifié, dans plus de 240 langues, entre 9h et 21h, du lundi au vendredi. Le weekend et les jours fériés, la base de données en ligne bc.211.ca est disponible pour trouver des services.

Ce service est financé par United Way BC et le ministère de la Santé, et il est géré par United Way BC. Il s'agit d'un service gratuit et confidentiel qui met les personnes en relation avec des ressources essentielles telles que les banques alimentaires, le soutien en matière de santé mentale, l'aide financière et les ressources juridiques.

L'année dernière, le 211 a aidé plus de 40 000 personnes dans toute la Colombie-Britannique, principalement dans les domaines du logement et de l'itinérance, du revenu et de l'aide financière, ainsi que de la santé mentale.

Pour en savoir plus sur le service 211 British Columbia, consultez le site bc.211.ca.

Avr Zhi Sheng Lin



435 Squadron delivers essential supplies for CFS Alert as the venerable CC-130H Hercules flies one of its last northern missions

L'Escadron 435 ravitailler la SFC Alert alors que le CC-130H Hercules effectue l'une de ses dernières missions nordiques

Aircrew from 435 Transport and Rescue Squadron conducted High Arctic resupply operations in support of sustaining Canada's presence at Canadian Forces Station (CFS) Alert between February 1 to 5, flying the CC-130H Hercules.

The H model Hercules launched from Winnipeg, collected cargo in Trenton, and refuelled in Iqaluit before staging supplies at Pituffik Space Base, Greenland. From there, loads were prepared for onward movement to CFS Alert, Canada's northernmost outpost and the world's northernmost permanently inhabited place.

Operating in the High Arctic demands precise planning, adaptability, and aircrew experience. Extreme cold, long distances, and limited infrastructure shape every phase of the mission, requiring close coordination between aircrew, ground staff, and logistics planners.

Securing the Arctic is critical to the security of Canada, North America, and NATO's northern and western flanks. These service flights deliver essential supplies ranging from food and fuel to general stores, enabling year-round operations at CFS Alert and supporting Canada's ability to monitor and defend its northern approaches.

While weekly service flights and Operation BOXTOP will continue with support from the CC-117 Globemaster and CC-130J Hercules, this mission is one of the final H model Hercules flights to the High Arctic, marking the close of a significant chapter in Canadian military airlift and decades of proven service in some of the world's most demanding conditions.

Du 1^{er} au 5 février, l'équipage du 435^e Escadron de transport et de sauvetage a mené des opérations de ravitaillement dans l'Arctique afin de soutenir la présence du Canada à la station des Forces canadiennes (SFC) Alert, à bord d'un CC-130H Hercules.

Le Hercules modèle H a décollé de Winnipeg, a récupéré du fret à Trenton et a fait le plein à Iqaluit avant de livrer des fournitures à la base spatiale



de Pituffik, au Groenland. De là, les chargements ont été préparés pour être acheminés vers la SFC Alert, l'avant-poste le plus septentrional du Canada et le lieu habité en permanence le plus septentrional du monde.

Les opérations dans le Haut-Arctique exigent une planification précise, une grande adaptabilité et une équipe navigante expérimentée. Le froid extrême, les longues distances et les infrastructures limitées influencent chaque phase de la mission, ce qui nécessite une coordination étroite entre l'équipage, le personnel au sol et les planificateurs logistiques.

La sécurisation de l'Arctique est essentielle pour la sécurité du Canada, de l'Amérique du Nord et des flancs nord et ouest de l'OTAN. Ces vols de service acheminent des fournitures essentielles, allant de la nourriture et du carburant aux magasins généraux, permettant ainsi le fonctionnement de la base SFC Alert tout au long de l'année et soutenant la capacité du Canada à surveiller et à défendre ses approches nordiques.

Si les vols de service hebdomadaires et l'opération BOXTOP se poursuivront avec le soutien des CC-117 Globemaster et CC-130J Hercules, cette mission est l'un des derniers vols du modèle H Hercules vers le Haut-Arctique, marquant la fin d'un chapitre important dans le transport aérien militaire canadien et de décennies de service éprouvé dans certaines des conditions les plus difficiles au monde.



- SOLD**
- Tous mes services en français
- 18 Years of Military Moving Experience
- Canadian Forces Relocation Specialist
- Brookfield / IRP Approved
- Award Winning Realtor®



BILINGUAL SERVICES!

John Kalhous
Royal LePage

250-334-SOLD (7653) | info@johnrealestate.ca | johnkalhous.com



MLA BRENNAN DAY

Courtenay Comox office

437 5th Street
Courtenay, BC V9N 1J7
250.703.2410
Brennan.Day.MLA@leg.bc.ca

How's your portfolio doing?

If recent market volatility has left you wondering if you'll be able to meet your retirement goals, I'm here to offer you a second opinion. Contact me for a complimentary review of your portfolio.



GARRY DEWITT, Financial Advisor
Raymond James Ltd.
#1 - 1841 Comox Ave.,
Comox, BC V9M 3M3
250-334-9294
garry.dewitt@raymondjames.ca

RAYMOND JAMES®
Member - Canadian Investor Protection Fund

EDIBLE ISLAND
WHOLE FOODS MARKET

edibleisland.ca | 477 6th St., Courtenay
Monday to Saturday: 9am - 6:30pm Sunday: 10am - 5pm | 250 334-3116

Your one stop health food shop



VALLEY COLLISION

- We can process out of province claims for Forces members new to BC
- Certified Technicians
- Expert repairs made to all makes and models
- Lifetime Warranty

10% OFF

TO ALL MEMBERS OF THE 19 WING COMMUNITY

*Valid on non-insurance repairs. Must show this ad to receive the discount.

250.334.3417 | valleycollision.ca | info@valleycollision.ca

2805 Kilpatrick Ave Courtenay, BC V9P 2H7



The Mid Island Branch of the Princess Patricia's Canadian Light Infantry (PPCLI) Association has donated \$500 to the Comox Valley Recovery Centre, supporting residential addiction recovery services for men from the Comox Valley and communities across Vancouver Island.

The donation was presented by Jim MacMillan-Murphy, president of the Mid Island Branch, and Butch Montreuil, member of the PPCLI Association. Board president Brian Chow and Comox Valley Recovery Centre Chief Administrative Officer Troy Dunham received the donation.

"Recovery takes discipline, accountability, and the support of others," says Jim. "Those are values we believe in strongly, and this donation is our way of supporting a local organization that helps people rebuild their lives with structure, purpose, and dignity."

The Comox Valley Recovery Centre is an independent, nonprofit registered charity that has supported men in addiction recovery on Vancouver Island since 1976. Marking its 50th anniversary in 2026, the Centre is a cornerstone of local recovery services, helping men regain stability, rebuild their lives, and return to their communities with stronger supports.

Comox Valley Recovery Centre operates as a fee-for-service supportive recovery residence, providing structured, abstinence-based residential programs for men aged 19 and older. Programs include 30, 60, and 90 day stays, along with counselling, transitional housing, and reintegration support. The Centre is not a hospital and is not part of Island Health or the publicly funded health care system.

"We are grateful to the Mid Island Branch of the PPCLI Association for their support," adds Brian. "The values of service, accountability, and mutual support that define the PPCLI are the same values that underpin recovery. Community donations like this help ensure these services remain available to those who are ready to take the next step."

To make your own donation to the Comox Valley Recovery Centre, go to canadahelps.org.

The PPCLI Association is a Canada-wide, member-based nonprofit that supports soldiers, veterans, and families connected to the Regiment while sustaining the bonds formed through service. Anyone interested in supporting regimental and community initiatives can learn more at ppcliassociation.ca.

La section Mid Island de l'Association du Princess Patricia's Canadian Light Infantry (PPCLI) a fait un don de 500 dollars au Comox Valley Recovery Centre, afin de soutenir les services résidentiels de désintoxication destinés aux hommes de la Comox Valley et des communautés de l'île de Vancouver.

Le don a été remis par Jim MacMillan-Murphy, président de la section Mid Island, et Butch Montreuil, membre de l'Association PPCLI. Le président du conseil d'administration, Brian Chow, et le directeur général du Comox Valley Recovery Centre, Troy Dunham, ont reçu le don.

«Le rétablissement nécessite de la discipline, de la responsabilité et le soutien des autres», explique Jim. «Ce sont des valeurs auxquelles nous croyons fermement, et ce don est notre façon de soutenir une organisation locale qui aide les gens à reconstruire leur vie avec structure, détermination et dignité.»

Le Comox Valley Recovery Centre est un organisme de bienfaisance indépendant à but non lucratif qui aide les hommes à se remettre de leur dépendance sur l'île de Vancouver depuis 1976. Le centre, qui fêtera son 50^e anniversaire en 2026, est un pilier des services de rétablissement locaux. Il aide les hommes à retrouver leur stabilité, à reconstruire leur vie et à réintégrer leur communauté avec un soutien plus solide.

Le Comox Valley Recovery Centre fonctionne comme une résidence de rétablissement à frais payants, offrant des programmes résidentiels structurés et basés sur l'abstinence aux hommes âgés de 19 ans et plus. Les programmes comprennent des séjours de 30, 60 et 90 jours, ainsi que des services de conseil, de logement de transition et d'aide à la réintégration. Le centre n'est pas un hôpital et ne fait pas partie du système de santé public Island Health.

«Nous sommes reconnaissants à la section Mid Island de l'association PPCLI pour son soutien», ajoute Brian. «Les valeurs de service, de responsabilité et de soutien mutuel qui définissent la PPCLI sont les mêmes que celles qui soutiennent le rétablissement. Les dons communautaires comme celui-ci contribuent



Troy Dunham, Jim MacMillan-Murphy, Brian Chow, Butch Montreuil.

à garantir que ces services restent accessibles à ceux qui sont prêts à franchir le pas.»

Pour faire un don au Comox Valley Recovery Centre, rendez-vous sur canadahelps.org.

L'Association PPCLI est une organisation à but non lucratif canadienne qui soutient les soldats, les vétérans et leur familles liés au régiment tout en entretenant les liens forgés au cours du service. Toute personne intéressée à soutenir les initiatives du régiment et de la communauté peut obtenir plus d'informations sur le site ppcliassociation.ca.

The PPCLI Association is a Canada-wide, member-based nonprofit that supports soldiers, veterans, and families connected to the Regiment while sustaining the bonds formed through service. ppcliassociation.ca

L'Association PPCLI est une organisation à but non lucratif canadienne qui soutient les soldats, les vétérans et leur familles liés au régiment tout en entretenant les liens forgés au cours du service. ppcliassociation.ca

comoxvalleyrecoverycentre.ca

TOTEM TIMES

19 Wing Comox | totemtimes@gmail.com

Editorial advisors | conseillers militaires

19wingpublicaffairs@forces.gc.ca

Lt(N) (Itv) Keil Kodama, Capt Brad Little,
OCdt (élof) Carol Popkin

Managing editor | gestionnaire

Camille Douglas

Graphic designer | graphiste

Gillian Ottawa

19 Wing Imaging Flight | escadrille d'imagerie

Sgt Owen Budge, MCpl (cplc) Trevor Pomarenski,
S1 (mat 1) Brendan Gibson, Avr Zhi Sheng Lin



Totem Times Canadian Forces newspaper is an unofficial, authorized publication published bi-weekly with the permission of the 19 Wing Comox Wing Commander. The opinions and views expressed are not those of DND, CAF, or CFMWS personnel. Publication requests can be sent by email to totemtimes@gmail.com. The Canadian Forces Newspaper manager reserves the right to reject, modify, or publish any editorial or advertising material. The articles published in this newspaper are the property of Totem Times and may not be published, used or reproduced without permission of the Canadian Forces newspaper manager.

Totem Times est une publication non officielle autorisée et publiée bimensuellement avec la permission du commandant de la 19^e Escadre. Les opinions et les points de vue exprimés ne sont pas nécessairement ceux du MDN, des FAC et des SBMFC/ Personnel des FNP. Les demandes de publication doivent être acheminées par courriel à totemtimes@gmail.com. La gestionnaire de journaux des Forces canadiennes se réserve le droit de rejeter, de modifier, ou de publier tout matériel rédactionnel ou publicitaire. Les articles publiés dans ce journal sont la propriété de Totem Times et ne pourront être publiés, utilisés ou reproduits sans l'autorisation de la gestionnaire de journaux des Forces canadiennes ou de l'auteur.

Circulation: 1800



Weekly at the Legion in Cumberland!

Chaque semaine à la Légion de Cumberland!

Wednesday – Bingo (supporting the Cumberland Community Schools Society) @ 6 pm

Thursday – Steak Draw @ 5 pm

Saturday – Meat Draws, 50/50, Chase the Ace from 3 to 5 pm; Lucky Village Karaoke from 8 to 11 pm

Sunday - Trivia with Marianne from 2 to 4 pm

Mercredi – Bingo (au profit de la Cumberland Community Schools Society) à 18h

Jeudi – Tirage au sort d'un steak à 17h

Samedi – Tirage au sort de viande, 50/50, Chase the Ace de 15h à 17h; Karaoké Lucky Village de 20h à 23h

Dimanche – Quiz avec Marianne de 14h à 16h

Special events | Événements spéciaux:

Monday, February 16:

Old Time Fiddlers – 3-4 pm

Tuesday, February 10 and 24:

Rotary Club meeting – 5 pm

Thursday, February 12 and 26:

Open Mic Night - 7-9 pm

Thursday, February 26:

Wounded Warriors Run BC - breakfast 5:30 am

Friday, February 20:

Soup & Sandwich - 11 am – 1 pm

Lundi 16 février:

Old Time Fiddlers – 15h à 16h

Mardi 10 et 24 février:

Réunion du Rotary Club – 17h

Jeudi 12 et 26 février:

Soirée micro ouvert – 19h à 21h

Jeudi 26 février:

Wounded Warriors Run BC – petit-déjeuner à 5h30

Vendredi 20 février:

Soupe et sandwichs - 11h à 13h

To learn more about this vibrant community hub, visit rcl28.com or contact the events coordinator, Vanessa MacFarlane, at rcl28events@gmail.com.

Pour en savoir plus sur ce centre communautaire dynamique, visitez le site rcl28.com ou contactez la coordinatrice des événements, Vanessa MacFarlane, à l'adresse rcl28events@gmail.com.

58th Royal Canadian Logistics Service birthday

58^e anniversaire du Service royal canadien de logistique



Cpl Knubley, LCol Wheaton-Sparkes

Members of 19 Wing Comox gathered to celebrate the 58th Royal Canadian Logistics Service (RCLS) birthday on February 2. It was an opportunity to recognize and appreciate the crucial role that logistics plays in the success of military operations. "On this day, it is important to acknowledge the dedicated individuals who work tirelessly behind the scenes to ensure that our military members have the resources they need to carry out their missions effectively," says LCol Teesha Wheaton-Sparkes. "Let me be the first to express my appreciation for the critical work carried out by all our logistics personnel."

Les membres de la 19^e Escadre Comox se sont réunis le 2 février pour célébrer le 58^e anniversaire du Service royal canadien de logistique (SRCL). Ce fut l'occasion de reconnaître et d'apprécier le rôle essentiel que joue la logistique dans le succès des opérations militaires. «En cette jour, il est important de reconnaître les personnes dévouées qui travaillent sans relâche pour s'assurer que nos membres ont les ressources dont ils ont besoin pour mener à bien leurs missions», a déclaré lcol Teesha Wheaton-Sparkes. «Permettez-moi d'être le premier à exprimer ma reconnaissance pour le travail essentiel accompli par l'ensemble de notre personnel logistique.»

Direct to Mexico
Now flying until April 19th

comoxairport.com/pvr

COMOX VALLEY AIRPORT

YQQ



BRAVO ZULU!



SERVICE MEMBER OF THE 1ST QUARTER MEMBRE DU SERVICE DU 1^{ER} TRIMESTRE WO (ADJ) STEVEN POLLARD

Recognized for being an indispensable CAF leader, WO Pollard covered vacancies, assuming the roles of Wing Air Weapons Officer, Wing Explosive Safety Officer, and 19 Wing Armament Supervisor for the Explosive Storage Area and Wing Explosive Ordnance Disposal team, exceeding all expectations in fulfilling Wing armament mandates in challenging circumstances. WO Pollard led initiatives like Exercise TAZ Runner and a large-scale EOD range clear-out, demonstrating unwavering enthusiasm and a commendable attitude striving for continuous improvement in all aspects of the CAF. | Reconnu comme un leader indispensable des FAC, adj Pollard a comblé des postes vacants, assumant les fonctions d'officier des armes aériennes de l'Escadre, d'officier de sécurité des explosifs de l'Escadre et de superviseur de l'armement de la 19^e Escadre pour la zone de stockage des explosifs et l'équipe de neutralisation des explosifs et munitions de l'Escadre, dépassant toutes les attentes dans l'accomplissement des mandats d'armement de l'Escadre dans des circonstances difficiles. Adj Pollard a dirigé des initiatives telles que l'exercice TAZ Runner et un nettoyage à grande échelle du champ de tir EOD, faisant preuve d'un enthousiasme inébranlable et d'une attitude louable en s'efforçant d'améliorer continuellement tous les aspects des FAC.



CIVILIAN EMPLOYEE OF THE 1ST QUARTER EMPLOYÉE CIVILE DU 1^{ER} TRIMESTRE CARLA DAIGLE

Recognized for her exceptional professionalism, initiative, and meticulous attention to detail at 407 Squadron AMCRO, her rigorous LogSet audits revealed documentation discrepancies and an overdue inspection. This significantly enhances aircraft safety and compliance standards at 19 Wing. Additionally, her innovative organization of historical records streamlined AMCRO's efficiency, improving decision-making speed and operational responsiveness. Carla consistently demonstrates a positive attitude, promotes teamwork, and mentors colleagues, boosting team morale. Her dedication and exemplary contributions directly strengthen squadron effectiveness. | Reconnue pour son professionnalisme exceptionnel, son esprit d'initiative et sa souci minutieux du détail au sein de 407^e Escadron AMCRO, ses vérifications rigoureuses du LogSet ont permis de révéler des incohérences dans la documentation et une inspection en retard. Cela améliore considérablement la sécurité des aéronefs et les normes de conformité au sein de l'Escadre 19. De plus, son organisation novatrice des archives historiques a rationalisé l'efficacité de l'AMCRO, améliorant ainsi la rapidité de la prise de décision et la réactivité opérationnelle. Carla fait toujours preuve d'une attitude positive, encourage le travail d'équipe et encadre ses collègues, ce qui stimule le moral de l'équipe. Son dévouement et ses contributions exemplaires renforcent directement l'efficacité de l'escadron.



We Have Come Home!

The liquor store is open and we can't wait to welcome you back at our new location, alongside your neighbourhood pub on Kilmorley Rd. in Comox!

Liquor Store Sales

- Lucky 24 Packs – \$39.50
- Steelhead 15s – \$23.50
- Baileys Chocolate – \$32.50
- Perfect for Valentine's Day**
- Sambuca Nera – \$32.50
- All in stock wines - %10 off!

February Events

Friday Night Live Music and Dance Nights

- Feb 13 - Brice Tabish Band
- Feb 20 - Celtic Cargo Cult
- Feb 27 - Oktiv 6 & Funkyard

Tuesday, Feb 10

Quiz Night, 6:30 pm, Valentine's Theme!

February – L'Arche Comox Valley Chocofest!

We have an amazing drink on offer all month long called Clarity for a Cause – A Clarified Mocha Martini. Two dollars from the sale of every one of these cocktails will go to the local charity L'Arche Comox Valley.

DRIVING THE COMOX VALLEY LIFESTYLE



Mention this ad and show your military ID to receive a military discount of \$1,000.

2145 Cliffe Ave.
Courtenay, BC

250-334-2425
[f](#) [X](#) [I](#)



We are happy to welcome patrons from all over the Comox Valley and beyond to enjoy a meal, a wee tipple and great company!

1185 KILMORLEY RD., COMOX
griphinpub@shaw.ca
250.339.4466
GRIFFINPUB.CA

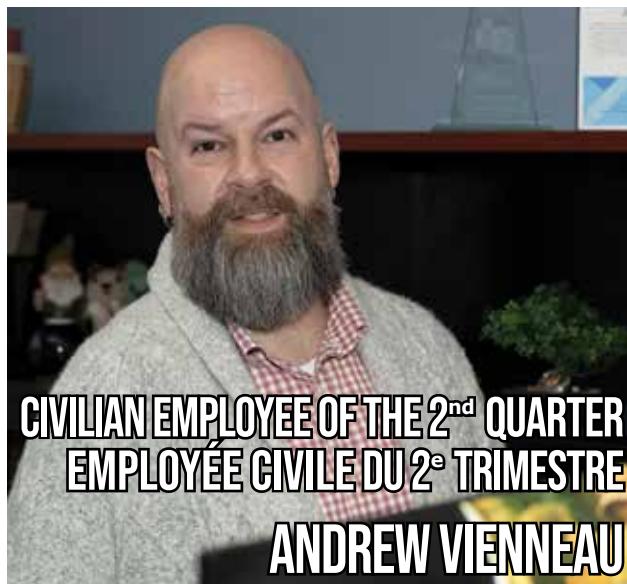
LOCALLY OWNED, FAMILY OPERATED



**SERVICE MEMBER OF THE 2nd QUARTER
MEMBRE DU SERVICE DU 2^e TRIMESTRE**

CAPT CURTIS

Recognized for exemplary performance, initiative, and dedication to both mission and community. Capt Curtis, while serving in a demanding wing-level role, advanced critical security improvements, ensured mission continuity, and responded to an urgent naval airlift despite being on leave. He delivered vital training during a gap in formal courses and volunteered with the civilian organization Royal Canadian Marine Search and Rescue, providing evening training to 418 Squadron to enhance readiness. Capt Curtis demonstrates professionalism, service, and commitment to CAF. | Reconnu pour ses performances exemplaires, son esprit d'initiative et son dévouement à la mission et à la communauté. Capt Curtis, tout en occupant un poste exigeant au niveau de l'escadre, a fait progresser des améliorations cruciales en matière de sécurité, assuré la continuité des missions et répondu à un transport aérien naval urgent alors qu'il était en congé. Il a dispensé une formation essentielle pendant une interruption des cours officiels et s'est porté volontaire auprès de l'organisation civile Royal Canadian Marine Search and Rescue, offrant une formation en soirée au 418^e Escadron afin d'améliorer son état de préparation. Capt Curtis fait preuve de professionnalisme, de dévouement et d'engagement envers les FAC.



**CIVILIAN EMPLOYEE OF THE 2nd QUARTER
EMPLOYÉE CIVILE DU 2^e TRIMESTRE**

ANDREW VIENNEAU

Recognized for consistently exceeding expectations in his role supporting the D/WComd office, his exceptional attention to detail, initiative, and reliability have ensured the seamless execution of daily operations and critical events. Drew demonstrated professionalism through the proactive mentoring of peers, effective management of competing priorities, and exemplary leadership in organizing the change of appointment ceremony. His service as co-chair of the Wing Safety Committee further underscores commitment and dedication, and his performance exemplifies the highest standards of public service. | Reconnu pour avoir constamment dépassé les attentes dans son rôle de soutien au bureau du D/WComd, son souci exceptionnel du détail, son esprit d'initiative et sa fiabilité ont assuré le bon déroulement des opérations quotidiennes et des événements critiques. Drew a fait preuve de professionnalisme en encadrant de manière proactive ses pairs, en gérant efficacement les priorités concurrentes et en faisant preuve d'un leadership exemplaire dans l'organisation de la cérémonie de changement de nomination. Son rôle de coprésident du comité de sécurité de l'Escadre souligne encore davantage son engagement et son dévouement, et ses performances illustrent les normes les plus élevées du service public.

Dedicated to Results!

A Realtor in the Comox Valley for 30 years, Leah is dedicated, knowledgeable and highly experienced in the local real estate market.

leahreichelt.com

- Accredited Buyer Representative
- Seniors Real Estate Specialist
- RE/MAX Lifetime Achievement
- RE/MAX Hall of Fame
- RE/MAX Platinum Club
- IRP Approved Realtor

leah@leahreichelt.com

Cell 250.338.3888

**Leah
REICHELT**

RE/MAX Ocean Pacific Realty
282 Anderton Rd Comox BC V9M 1Y2
Office 250.339.2021

Each Office Independently Owned and Operated

**LET US
SERVE YOU FOR
A CHANGE!**

COFFEE CABIN
BY
Bigfoot Donuts

Breakfast & Lunch **House Roasted Coffee**
Scratch Baking & Donuts

1466 RYAN RD E
COMOX

FOLLOW US @BIGFOOT COFFEE CABIN

Career**COACH+**

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

• • •

Carrière**PRO+**

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

YOUR CAREER MATTERS.

Register now!

VOTRE CARRIÈRE COMpte.

Inscrivez-vous dès aujourd'hui!



cfmws.ca/careercoach

sbmfc.ca/carrierepro

MFS SFM

MILITARY SPOUSAL EMPLOYMENT SUPPORT
AIDE À L'EMPLOI POUR LES PARTENAIRES DES MILITAIRES





Sgt Anania - 19 AMS Eagle of the Quarter | Aigle du trimestre de la 19 EMA.



Capt Boswell - promoted to Major | a été au grade de major.



Jennifer Burton - 35 years long service award | récompense pour 35 ans de service.



Avr Collings - promoted to Corporal | a été promu au grade de caporal.



Lt Cristurean - promoted to Captain | a été promu au grade de capitaine.



S1 (mat 1) Graham - promoted to Master Sailor | a été promu au grade de matelot-chef.



MCpl (cplc) Grewal - promoted to Sergeant | a été au grade de sergent.



Cpl Guilderson - Operational Service Medal | Médaille du service opérationnel.



Sgt Hanhams - 19 Wing Commander's Commendation | recommandation du commandant de la 19^e escadre.



Sgt Lajoie - Canadian Forces' Decoration - First Clasp | la Décoration des Forces canadiennes - premier agrafe.



MCpl (cplc) Logan - Canadian Forces' Decoration - First Clasp | la Décoration des Forces canadiennes - premier agrafe.



Hugues Mallet - 35 years long service award | récompense pour 35 ans de service.



Avr (B) (avr (c)) Mann - promoted to Aviator (Trained) | a été promu au grade d'aviateur (formé).



Robert Martel - 45 years long service award | récompense pour 45 ans de service.



Brenda McAllister - 15 years long service award | récompense pour 15 ans de service.



Sgt McCabe - promoted to Warrant Officer | a été promu au grade d'adjudant.



Sgt McLaren - AWSE promotion to Warrant Officer | GIDA au grade d'adjudant.



Pte (B) (sdt (c)) Nobes - promoted to Private (Trained) | a été promu au grade de soldat (formé).



Cpl Rediker - Canadian Forces' Decoration - Third Clasp | la Décoration des Forces canadiennes - troisième agrafe.



Cpl Rickard - Operational Service Medal | Médaille du service opérationnel.



Avr Tersigni - promoted to Corporal | a été au grade de caporal.



Cpl White - Aircraft Maintenance Release - Level A authorized technician | Certificat d'aptitude au service - Technicien agréé de niveau A.



Celebrating Black History Month

Célébration du Mois de l'histoire des Noirs

A special menu was prepared by Wing Foods on February 4 to celebrate the many contributions that Black Canadians have made to help make Canada culturally diverse. Art Samuels championed the event to provide members of the Defence Team with a special menu including fried chicken, curried goat soup, oxtail, fried fish, corn bread, and banana pudding for dessert.

Un menu spécial a été préparé par Wing Foods le 4 février pour célébrer les nombreuses contributions des Canadiens noirs à la diversité culturelle du Canada. Art Samuels a organisé cet événement afin d'offrir aux membres de l'équipe de la défense un menu spécial comprenant du poulet frit, de la soupe de chèvre au curry, de la queue de bœuf, du poisson frit, du pain de maïs et un pudding à la banane en dessert.



SILVER TOTEMS HEADING TO NATIONALS!

LES SILVER TOTEMS SE QUALIFIENT POUR LES CHAMPIONNATS NATIONAUX!

BZ to the Silver Totems for winning the 2026 Canada West Regional Senior Men's Hockey Championship title! Comox took on Winnipeg in the final match of the Wainwright tournament on January 23. The game ended with Comox 1 - Winnipeg 0 and MCpl Mertl was recognized as the player of the game. The last time the Silver Totems won regionals was 2009! The team is looking on to Nationals in Borden from March 21 to 27. You can follow their journey by subscribing to @PSPBorden on social media. Félicitations aux Silver Totems pour avoir remporté le titre du championnat régional senior masculin de hockey de l'Ouest canadien 2026! Comox a affronté Winnipeg lors de la finale du tournoi de Wainwright le 23 janvier. Le match s'est terminé sur le score de 1-0 pour Comox, et cplc Mertl a été désigné joueur du match. La dernière victoire des Silver Totems dans les championnats régionaux remontait à 2009! L'équipe se prépare maintenant pour les championnats nationaux qui se dérouleront à Borden du 21 au 27 mars. Vous pouvez suivre leur parcours en vous abonnant à @PSPBorden sur les réseaux sociaux.

ATTENTION MILITARY MEMBERS!

Come out and try our new amazingly delicious and healthy Stonegrill Dining Experience!

This unique "dry cooking" method is recognized as being one of the healthiest methods available today.

Simple, healthy, delicious and fun! Come by and enjoy the best steak, halibut or salmon you may ever taste.



2355 Mansfield Dr.,
Courtenay

250-334-4500

www.whistlestoppub.com

*Live Entertainment Fri. & Sat.
*Beer and Wine Store
All our cold beer and spirits are sold at liquor store prices or below.

CANEX
A division of CAFMS
Une division des SMPAC

CANADA'S MILITARY STORE

CANEX.CA

1625 Military Row, Lazo, BC 250.339.5553



Community recreation for BC Family Day

Loisirs communautaires pour la Journée de la famille en Colombie-Britannique

Monday, February 16 might look like a regular workday for federal staff, but the Town of Comox and City of Courtenay are treating families to free special events in celebration of the provincial Family Day.

The **Comox Community Centre**, located at 1855 Noel Avenue, is offering hours of fun, creativity and connection, with activities planned for all ages. Between 10 am and 1 pm, activities include face painting, an inflatable obstacle course, open gym time, arts and crafts, board games, and story time for all ages.

The Seniors' Intergenerational Action Network will host the storytelling, creating a warm and engaging opportunity for generations to connect and share in the celebration.

Comox Fire Rescue will be onsite with a barbecue, serving hot dogs and offering families a chance to connect with local firefighters while enjoying the celebration.

In addition to the free activities, the Fitness Studio will be open from 10 am to 1 pm at regular admission rates.

Families are encouraged to bring friends and neighbours along for a day of fun and connection. Full event details and activity times are available at comox.ca/rec or by calling the Comox Community Centre at 250-339-2255.

The **Courtenay Recreation Lewis Centre**, located at 489 Old Island Highway, will be dedicated to family focused fun between 11 am and 3 pm. Take part in family events including gymnastics, salsa, yoga, or a dance party.

Visitors can also enjoy the family game zone with giant Jenga, Connect Four, face painting, and other playful activities. Additional spaces include a toddler zone, sensory friendly room, and arts and crafts area.

The squash courts and Wellness Centre will be open on Family Day between 11 am and 3 pm with regular fees in place.

Volunteers are needed to help make this special event possible. To learn more visit courtenay.ca/volunteer.

For more information and a schedule of events, visit courtenay.ca/family or call Courtenay Recreation Lewis Centre at 250-338-5371.

Le lundi 16 février pourrait ressembler à une journée de travail normale pour les employés fédéraux, mais la ville de Comox et la ville de Courtenay offrent



aux familles des événements spéciaux gratuits pour célébrer la Journée de la famille provinciale.

Le **centre communautaire de Comox**, situé au 1855 Noel Avenue, propose des heures de plaisir, de créativité et de convivialité, avec des activités prévues pour tous les âges. Entre 10h et 13h, les activités comprennent du maquillage, un parcours d'obstacles gonflable, une salle de sport ouverte, des activités artistiques et artisanales, des jeux de société et une heure du conte pour tous les âges.

Le Réseau d'action intergénérationnel pour les aînés animera l'heure du conte, créant ainsi une occasion chaleureuse et engageante pour les générations de se rencontrer et de partager cette célébration.

Les pompiers de Comox seront sur place avec un barbecue, servant des hot-dogs et offrant aux familles l'occasion de rencontrer les pompiers locaux tout en profitant de la fête.

En plus des activités gratuites, le studio de fitness sera ouvert de 10h à 13h aux tarifs d'entrée habituels.

Les familles sont encouragées à venir avec leurs amis et voisins pour passer une journée divertissante et conviviale. Tous les détails de l'événement et les horaires des activités sont disponibles sur co-

mox.ca/rec ou en appelant le centre communautaire de Comox au 250-339-2255.

Le **Courtenay Recreation Lewis Centre**, situé au 489 Old Island Highway, sera dédié aux loisirs en famille entre 11h et 15h. Participez à des événements familiaux tels que la gymnastique, la salsa, le yoga ou une soirée dansante.

Les visiteurs pourront également profiter de l'espace de jeux familial avec un Jenga géant, un Connect Four, du maquillage et d'autres activités ludiques. D'autres espaces sont également disponibles, notamment une zone pour les tout-petits, une salle adaptée aux personnes sensibles aux stimuli sensoriels et un espace dédié aux arts et à l'artisanat.

Les courts de squash et le centre de bien-être seront ouverts le jour de la fête de la famille entre 11h et 15h, aux tarifs habituels.

Nous recherchons des bénévoles pour aider à la mise en place de cet événement spécial. Pour en savoir plus, rendez-vous sur courtenay.ca/volunteer.

Pour plus d'informations et pour connaître le programme des événements, rendez-vous sur courtenay.ca/family ouappelez le Courtenay Recreation Lewis Centre au 250-338-5371.

The 19 Wing Comox Fitness and Community Centre will be offering FREE family activities on Monday, February 16. A family swim hour will begin at 9:45, and family gym time is available from 1 to 3pm. The Comox MFRC and childcare centres will be closed.

Le Centre communautaire et de conditionnement physique de la 19^e Escadre offrira des activités familiales GRATUITES le lundi 16 février. Une heure de baignade en famille débutera à 9h45, et la salle de sport sera accessible aux familles de 13h à 15h. Le CRFM de Comox et la garderie seront fermés.

NAVY DAY

FEBRUARY 22 FÉVRIER



CELEBRATING 32 YEARS
COMING TOGETHER
QUALICUM BEACH

Legion ROYAL CANADIAN LEGION | BRANCH 76 | QUALICUM BEACH

Qualicum Beach Legion is offering a full day of camaraderie at their annual Navy Day on Sunday, February 22. As naval veterans arrive, they look for the sign-in sheet on the wall with the name of the vessel(s) they served. Then the fun begins as they look for their shipmates and reminisce with great regale! The event takes place at 180 Veterans Way in Qualicum Beach from noon until closing. A light luncheon will be available. For more information email navyday@shaw.ca.

La Légion de Qualicum Beach propose une journée pleine de camaraderie lors de sa annuelle Navy Day, le dimanche 22 février. À leur arrivée, les vétérans de la marine cherchent sur le mur la feuille d'inscription où figure le nom du ou des navires sur lesquels ils ont servi. Puis, le plaisir commence lorsqu'ils recherchent leurs camarades et se remémorent de bons souvenirs! L'événement se déroule au 180 Veterans Way à Qualicum Beach, de midi jusqu'à la fermeture. Un déjeuner léger sera servi. Pour plus d'informations, envoyez un courriel à navyday@shaw.ca.



AIR FORCE BEACH SEASONAL CAMPSITE DRAW

TIRAGE AU SORT DES EMPLACEMENTS DE CAMPING SAISONNIERS DE LA PLAGE AIR FORCE

Saturday, February 28

Air Force Beach pavilion - 10:30 am

Air Force Beach Campground is an ocean side campground located adjacent to Air Force Beach, just a few minutes from 19 Wing Comox front gate. The campground includes 81 campsites with power and water hookups, 28 sites including sewer connections, a concession, washroom, shower and laundry facilities. The facility operates from mid-March to end of October and limited winter camping November - February.

\$1804 + GST (includes hydro)

\$2155 + GST (includes hydro and sewer)

**19 Wing Comox military members (including Reserve A, B & C) wishing to be included in the draw for seasonal sites must e-mail:
Manager@AFBcampground.ca.**

Samedi 28 février

la plage Air Force, dans le pavillon - 10h30

Le terrain de camping de la plage Air Force est un terrain de camping situé au bord de l'océan, adjacent à la plage Air Force, à quelques minutes de la porte d'entrée de l'Escadre 19 de Comox. Le terrain de camping comprend 81 emplacements avec raccordement à l'électricité et à l'eau, 28 emplacements avec raccordement à l'égout, une concession, des toilettes, des douches et une buanderie. Il est ouvert de la mi-mars à la fin du mois d'octobre et le camping d'hiver est limité de novembre à février.

1804 \$ + TPS (incluant l'électricité)

2155 \$ + TPS (comprend l'électricité et les égouts)

Les membres militaires de la 19^e Escadre Comox (y compris les réservistes A, B et C) qui souhaitent participer au tirage au sort des emplacements saisonniers doivent envoyer un courriel à l'adresse suivante: Manager@AFBcampground.ca

Why do you RRSP? Let's find your reason. Pourquoi cotiser à un REER? Trouvons votre raison.

Financière SISIP Financial

A RRSP can help you achieve your financial goals, whatever they may be. March 2 is the deadline for the 2025 tax year.

CAF members can leverage the Home Buyers' Plan (HBP) to withdraw up to \$60,000 from their RRSPs tax-free to make a down payment on their first home. This program allows you to access your savings early without penalties, giving you a significant boost toward homeownership. Repayment is flexible, with up to 15 years to pay it back into your RRSP.

CAF members can use the Lifelong Learning Plan (LLP) to withdraw up to \$20,000 from their RRSPs tax-free to fund their education. This program allows you to withdraw up to \$10,000 per year to pay tuition, books, and other eligible expenses while upgrading your skills or transitioning to a civilian career. You have up to 10 years to repay the amount to your RRSP.

CAF members can benefit from a spousal RRSP, especially when one spouse has little or no income. By contributing to a spousal RRSP, the higher-income spouse can reduce their taxable income while helping the lower-income spouse build savings. This strategy provides long-term tax advantages, as withdrawals in retirement are taxed at the lower-income spouse's rate. It's an excellent way to balance retirement income, lower overall taxes, and ensure both spouses are financially prepared for the future.

RRSPs aren't the only smart way to save. A Tax-Free Savings Account (TFSA) offers flexible, tax-free growth and no penalties for withdrawals, making it ideal for short- and medium-term goals. So how do you choose? It depends on your income, timeline,

and what you're saving for. Many CAF members use both accounts to reach their goals faster.

Learn more at cfmws.ca/insurance-finance/financial-education/resources.

Un REER peut vous aider à atteindre vos objectifs financiers, quels qu'ils soient. La date limite pour l'année d'imposition 2025 est le 2 mars.

Les membres des FAC peuvent profiter du Régime d'accès à la propriété pour retirer jusqu'à 60 000 \$ de leur régime enregistré d'épargne-retraite (REER) libre d'impôt afin de verser une mise de fonds pour l'achat de leur première maison. Ce programme vous permet d'accéder à votre épargne de manière anticipée sans pénalités, ce qui vous donne un coup de pouce important pour l'accès à la propriété. Le remboursement dans le REER est souple et peut s'étaler jusqu'à 15 ans.

Les membres des FAC peuvent utiliser le Régime d'encouragement à l'éducation permanente pour retirer jusqu'à 20 000 \$ de leur régime enregistré d'épargne-retraite (REER) libre d'impôt afin de financer leurs études. Ce programme vous permet de retirer jusqu'à 10 000 \$ par an pour payer les frais de scolarité, les livres et autres dépenses admissibles pendant que vous améliorez vos compétences ou que vous vous réorientez vers une carrière civile. Vous avez jusqu'à 10 ans pour rembourser le

montant dans votre REER.

Les membres des FAC peuvent bénéficier d'un régime enregistré d'épargne-retraite (REER) de conjoint, en particulier lorsqu'une ou un des partenaires a peu de revenus, voire aucun. En cotisant à un REER de conjoint, la ou le partenaire dont le revenu est plus élevé peut réduire son revenu imposable tout en aidant la ou le partenaire dont le faible est moins élevé à se constituer une épargne. Cette stratégie offre des avantages fiscaux à long terme, car les retraits effectués à la retraite sont imposés au taux de la ou du partenaire dont le revenu est moins élevé. C'est un excellent moyen d'équilibrer les revenus de la retraite, de réduire l'impôt global et de veiller à ce que les deux partenaires soient financièrement préparés pour l'avenir.

Les régimes enregistrés d'épargne-retraite ne sont pas le seul moyen intelligent d'épargner. Un compte d'épargne libre d'impôt offre une croissance flexible et libre d'impôt, sans pénalité en cas de retrait, ce qui en fait un choix idéal pour les objectifs à court et moyen terme. Alors, comment choisir? Cela dépend de vos revenus, de votre horizon temporel et de l'objectif de votre épargne. De nombreux membres des FAC utilisent les deux comptes pour atteindre leurs objectifs plus rapidement.

Pour en savoir plus, rendez-vous sur sbmfc.ca/assurance-finances/education-financiere/ressources.

Contact a SISIP advisor at 250-339-5942
Demandez à un conseiller de la Financière SISIP au 250-339-5942





Comox MFRC launches new resource for military community

Le CRFM Comox lance une nouvelle ressource pour la communauté militaire

The Comox Military Family Resource Centre, a registered non-profit society that supports the 19 Wing Comox military community, has developed a new website! It will be the hub for programs, resources, updates, and upcoming events and opportunities.

The website - comoxmfrc.ca - will be the most up-to-date and reliable source for all things Comox MFRC!

"Instead of checking multiple places, you'll find everything in one spot, always current, always easy to access," explains the team. "We'll continue to share highlights and reminders on social media, but over time, you'll see fewer printed materials and stand-alone resources as we streamline how we share information."

Take a look, bookmark the site, and check back often! That's comoxmfrc.ca.

For support, services, or information, reach out anytime via email to info@comoxmfrc.ca, or pop by the MFRC, located within the Fitness and Community Centre at 1575 Military Row, between 8am and 4pm, Monday to Friday. Additional hours are available by appointment.



Le Centre de ressources pour les familles des militaires de Comox, une société sans but lucratif enregistrée qui soutient la communauté militaire de la 19^e Escadre Comox, a développé un nouveau site web! Il servira de centre névralgique pour les programmes, les ressources, les mises à

jour, les événements à venir et les opportunités.

Le site web - comoxmfrc.ca - sera la source la plus à jour et la plus fiable pour tout ce qui concerne le CRFM Comox!

«Au lieu de consulter plusieurs sites, vous trouverez tout au même endroit, toujours à jour et toujours facile d'accès», explique l'équipe. «Nous continuerons à partager les faits saillants et les rappels sur les réseaux sociaux, mais avec le temps, vous verrez moins de documents imprimés et de ressources autonomes, car nous rationalisons la façon dont nous partageons l'information.»

Jetez un coup d'œil, ajoutez le site à vos favoris et revenez souvent! C'est comoxmfrc.ca.

Pour obtenir de l'aide, des services ou des informations, n'hésitez pas à envoyer un courriel à info@comoxmfrc.ca ou à vous rendre au CRFM, situé dans le centre de remise en forme et communautaire au 1575 Military Row, entre 8h et 16h, du lundi au vendredi. Des heures supplémentaires sont disponibles sur rendez-vous.



WOUNDEDWARRIORS.CA/RUN-BC

Wounded Warrior Run BC is returning later this month and you're invited to be part of the unforgettable journey across Vancouver Island. From Port Hardy to Victoria, eight days, eight runners, and 800 kms. This isn't just a run. It's a chance to bring communities together in support of our Canadian veterans, first responders, and their families.

Every step helps raise awareness and funds for mental health programs from Wounded Warriors Canada. Cheer along the route or meet the team at one of their 28 stops between February 22 and March 1.

The run will arrive at the Comox Valley RCMP at 1:15pm on Wednesday, February 25. The team will proceed to the CFB Comox front gate via Ryan Road, and will conclude their day at 888 Wing, located at 1298 Military Row. They will depart the next morning from the Cumberland Legion.

Wounded Warrior Run BC revient à la fin du mois et vous êtes invités à participer à cette aventure inoubliable à travers l'île de Vancouver. De Port Hardy à Victoria, huit jours, huit coureurs et 800 km. Ce n'est pas seulement une course. C'est l'occasion de rassembler les communautés pour soutenir nos vétérans, les premiers intervenants et leurs familles.

Chaque pas contribue à sensibiliser le public et à collecter des fonds pour les programmes de santé mentale de Wounded Warriors Canada. Venez encourager les coureurs le long du parcours ou rencontrez l'équipe à l'une de leurs 28 étapes entre le 22 février et le 1er mars.

La course arrivera à la GRC de Comox Valley à 13h15 le mercredi 25 février. L'équipe se rendra à l'entrée principale de la BFC Comox par Ryan Road et terminera sa journée à la 888e Escadre, située au 1298 Military Row. Elle partira le lendemain matin de la Légion de Cumberland.

Crown 1
Carpet & Upholstery Care

Renovations and Restoration Services

250-334-4484

Crown1carpetupholsterycare.ca

Family owned and operated!

(250)-334-3656 hitecprint.com

Winter retail hours
Mon-Thurs 10:00 - 4:00
always available at
brazen@brazencanadian.com
Production hours have not changed
479 4TH ST COURtenay
SCREEN PRINTING • EMBROIDERY
DIGITAL PRINTING & DTG
BUSINESS AND TEAM UNIFORMS
PROMOTIONAL SHIRTS
QUALITY OUTDOOR WEAR

Promote Kindness
Wear your support Feb 25th

Jennifer Stokes
Mortgage Specialist

T 250.890.1610
C 250.650.1504
jenniferstokes@invis.ca
invis.ca/jennifer-stokes
1984 Comox Ave, Comox, BC V9M 3M7