

La version [française](#) suit.



National
Defence

Défense
nationale

Canada



Canoe Race Event Launches the 2016 National Defence Workplace Charitable Campaign



On Sept. 7, National Defence launched its Workplace Charitable Campaign with the 16th annual Vice Chief of Defence Staff Canoe Race on the Rideau Canal, followed by a BBQ and tricycle race at Cartier Square Drill Hall in Ottawa. The campaign wraps up on Nov. 25.

Canoe Race

Forty-one canoe crews representing Level 1 organizations across Defence competed this year, with ADM(Mat)'s team, Canadian Surface Canoe, taking first place. Congratulations ADM(Mat)! ADM(IE) had four teams in the race this year. Congratulations to you all, and thank you for your contribution to the National Defence Workplace Charitable Campaign.



Canoe McCanoeface: Left to right, Maj Dan Downs, Capt Dave Fenoulhet, Maj Pierre Muscat-Drago. Funds raised: \$148.



Pitfield Paddlers: Left to right, Michelle Sanders, Geri Dumouchelle, Dean Nernberg. Funds raised: \$186



CFHA Superheroes: Left to right, Eugene Ling, Guy-Anne Gilbeault, Cpl Sachin Dhawan. Funds raised: \$100.



The Three Profiteers: Left to right, Murray Elves, Joe Fuca, and Cassandra Hull. Funds raised: \$100.

Tricycle Race

Although ADM(IE) didn't place in the canoe race, we did hand in an impressive performance at the much-anticipated and hotly contested annual Tricycle Race. Our own Chief of Staff, MGen Karl McQuillan took on an intimidating field of tricycle hopefuls. Riding a sporty vintage trike, the General handily won his first heat, advancing to the final heat, where he went up against hard-core trikers from [CFINTCOM](#), [ADM\(Fin\)](#), and [ADM\(PA\)](#), ultimately winning the entire event with class and grace -- well, as much grace as is possible for a grown man on a tricycle. Congratulations Sir! You did us proud.



ADM(IE) Chief of Staff, MGen Karl McQuillan dominating the competition at the annual Tricycle Race.



Not everyone played fair. Vice Chief of Defence Staff, VAdm Mark Norman (peddling madly, getting nowhere), Deputy Minister of National Defence, Mr. John Forster (being towed).

Campaign

This event got the 2016 campaign off to a great start; in one day DND raised over \$8,500 toward this year's goal of \$1.35M. The National Defence Workplace Charitable Campaign is our campaign, it's our chance to help people and support our communities. So please, *Give Hope, Give Opportunity and Give*

Generously.

For more information on the campaign and how to donate, please visit the [campaign website](#).

ADM(IE) Architect Becomes Royal Architectural Institute of Canada Fellow



Murray Gallant (left), Chief Architect, Directorate of Architecture and Engineering Services, is inducted into the College of Fellows of the Royal Architectural Institute of Canada.

Murray Gallant (left), Chief Architect, Directorate of Architecture and Engineering Services, was inducted into the College of Fellows of the [Royal Architectural Institute of Canada](#) (RAIC) on June 9 in Nanaimo, BC. The College of Fellows formally recognizes members and distinguished laypersons who have made outstanding contributions to the profession of architecture. Fellowship in the RAIC is an honour conferred on members singled out for their contribution to research, scholarship, public service or professional standing to the good of architecture in Canada, or elsewhere. Congratulations Murray!

HMCS Hunter Recapitalization Project Receives LEED Gold Certification



An aerial view of the LEED Gold-certified HMCS Hunter in Windsor, Ontario.

[Her Majesty's Canadian Ship \(HMCS\) Hunter](#) is a state-of-the-art 5,800 m² facility in Windsor, Ontario. The new facility accommodates the HMCS Hunter Naval Reserve as well as Sea, Army and Air Cadet Corps.

Sustainability was a key project objective, and LEED (Leadership in Energy and Environmental Design) Silver Standards were applied during the building's design and construction. Sustainable design elements, such as water-efficient landscaping, use of regional materials with recycled content, reflective roofing, and support for alternative transportation were integrated into the project. Although LEED Silver standards were applied, the project went above and beyond in achieving its environmental targets, and the [Canadian Green Building Council](#) (CaGBC) awarded the project LEED Gold Certification. This project highlights the Department's commitment to integrate green building concepts and sustainability into the planning, design and construction of its capital infrastructure projects.

Adventure Racing Latest Challenge for RP Ops Staff Officer



Maj Kevin Poirier competing in a gruelling adventure race.

Maj Kevin Poirier, Staff Officer, Canadian Forces Real Property Operations Group, an avid trail runner, has dusted off his mountain bike and taken out his compass to help him navigate unknown terrain as part of an adventure race.

Teams of two to four people paddle, hike, trek and bike in unfamiliar locations to reach a series of checkpoints using a compass and a map to guide them, as the race course is not marked. Teams are self-sufficient during the race, as they must carry their own food, water and gear. It is not a relay; team members must stay together for the duration of the race.

“It was very tough race and for the next couple days walking was difficult... but I was hooked,” he stated, referring to his first race, an eight-hour adventure as part of a two-person team in Missouri.

The challenges the sport brought motivated him to stay involved, explained Maj Poirier.

“It is like a triathlon, but on steroids ... although there typically isn’t a lot of swimming, unless your route choice takes you across a river or lake,” he stated. Teamwork and organization are the keys to success, explained Maj Poirier, as is adequate preparation before the event and proper nutrition during the race. On longer races, being mentally tough is just as important, if not more, than physical strength. He added if you decide to abandon the race, civilization can be 6 to 12 hours away, as the events are held in remote locations, he added.

“As much as your body is hurting and suffering, you need to keep moving and know that every other team is suffering just as much as your team,” he said.

Jeanne Gagnon

Full version originally published in the *Guard of Honour*

Fire Prevention Tips from the Canadian Forces Fire Marshal: Portable Space Heaters



Electric space heaters are a handy way to add a little extra warmth to a corner of your home without turning up the furnace. However, electrical space heaters can be a hazard if used improperly. In fact, improper use of space heaters is one of the leading causes of fires and carbon monoxide exposure in homes and cottages. Follow the manufacturer’s instructions and these safety tips to stay warm and safe:

- Never use space heaters for drying out flammable items such as clothing, towels or blankets.
 - Keep all flammable objects at least one metre away from space heaters.
- If you use an extension cord, make sure it is the right size and gauge to carry the electrical load drawn by the space heater.
- Never use an electrical space heater in a wet area or any area that may be exposed to water.
 - Supervise children and pets at all times when using a portable space heater.
- Never use fuel-burning portable space heaters (such as kerosene or propane) in any enclosed space, as this can lead to carbon monoxide exposure.
 - Use a space heater that will automatically turn off if it is tipped or falls on its side.

Minister of Defence visits CFB Gagetown, Goose Bay and Bagotville



The Honourable Harjit Sajjan, Minister of National Defence addresses the 2nd Battalion, Royal Canadian Regiment troops while observing LAV 6.0 movement in the field at 5th Canadian Division Support Base Gagetown. Imagery: Cpl Peter Ford, Combat Training Centre.

On June 27, Defence Minister Harjit Sajjan announced \$3M in funding to improve critical infrastructure and training facilities at the 5th Canadian Division Support Base (5 CDSB) Gagetown. The Department will allocate \$36M to upgrade roads and build a new training facility to train military personnel to identify and dispose of improvised explosive devices. An additional \$2.3M, will allow 5 CDSB Gagetown to upgrade the airfield lighting and storm-water collection system and replace the asphalt.

“As a proud former member of Canada’s military, I know how essential it is that the women and men of the Canadian Armed Forces have the facilities to train and develop the essential skills to do their jobs safely and effectively. These military infrastructure projects at Gagetown are so important, and these investments ensure our military is prepared to protect our security, both at home and abroad,” said Minister Sajjan.

In addition to his Gagetown visit, on June 28, the Minister of Defence visited 5 Wing Goose Bay to announce a \$12M investment to replace airfield ramps which are essential for CAF operations. The Minister also visited CFB Bagotville on Aug. 26 to announce an investment of \$1.2M in a green-infrastructure and clean-technology project to improve the performance and energy efficiency of facilities at CFB Bagotville.

La Course en canot ouvre la Campagne de charité en milieu de travail 2016 de la Défense nationale



Le lancement de la Campagne de charité en milieu de travail de la Défense nationale a eu lieu, le 7 septembre dernier, à l'occasion de la 16^e course en canot du Vice-chef de la Défense nationale, sur le Canal Rideau; la course a été suivie d'un BBQ et de la traditionnelle course de tricycles au Manège militaire de la Place Cartier à Ottawa. La campagne prendra fin le 25 novembre.

Cette année, 41 équipes provenant d'organisations de Niveau 1 se sont affrontées et c'est l'équipe du SMA(Mat, la Canadian Surface Canoe, qui a remporté la victoire. Félicitations! Le SMA(IE) était représenté par quatre équipes; nous tenons à les féliciter et à les remercier de leur contribution à la Campagne.



Canoe McCanoeface: De gauche à droite, Maj Dan Downs, Capt Dave Fenoulhet, Maj Pierre Muscat-Drago.

Fonds recueillis 148 \$.



Les pagayeurs Pitfield : De gauche à droite, Michelle Sanders, Geri Dumouchelle, Dean Nernberg.
Fonds recueillis : 186 \$



Les Superhéros de l'ALFC : De gauche à droite, Eugene Ling, Guy-Anne Gilbeault, Cpl Sachin Dhawan.
Fonds recueillis : 100 \$



The three profiteers : De gauche à droite, Murray Elves, Joe Fuca, et Cassandra Hull. Fonds recueillis :

100 \$

Course de tricycles

Le SMA(IE) ne s'est peut-être pas démarqué dans la course en canot, mais il s'est repris de façon spectaculaire lors de la course annuelle de tricycles. En effet, notre Chef d'état-major, le Mgén Karl McQuillan s'est mesuré à des adeptes du tricycle très chevronnés. Aux commandes d'un tricycle « vintage » le Général a remporté la première étape sans aucun problème, puis la deuxième sans aucun problème, et s'est rendu à l'étape finale où il a dû se mesurer à des tricyclistes d'élite de [COMINTEC](#), [SMA\(Fin\)](#) et [SMA\(AP\)](#); au final, il a tout remporté haut la main, et cela, avec grâce et élégance...enfin, avec autant de grâce que peut déployer un adulte en tricycle. Félicitations général! Vous nous avez fait honneur.



Le Chef d'état-major du SMA(IE), le Mgén Karl McQuillan domine la course annuelle de tricycles.



Certains n'ont pas joué franc-jeu. Le vice-chef de la Défense, le Vam Mark Norman (pédalant avec ardeur, sans résultat), le sous-ministre de la Défense nationale, M. John Forster (se faisant remorquer).

Campagne

Ces courses ont donné un bon coup d'envoi à la campagne 2016. En effet, nous avons amassé 8 500 \$ en vue de notre objectif de 1,35 M\$. La Campagne de charité en milieu de travail de la Défense nationale nous donne la possibilité d'aider les gens et d'accorder notre soutien aux communautés. Alors, Donnons de l'espoir, Donnons des possibilités et Donnons généreusement. Pour des renseignements supplémentaires sur la campagne et sur la façon de faire un don, [visitez le site web de la campagne](#).

Un architecte du SMA(IE) devient Fellow de l'Institut royal d'architecture du Canada



Murray Gallant (à gauche), Architecte en chef, Direction des services d'architecture et de génie, est admis au Collège des Fellows de l'Institut royal d'architecture du Canada.

Murray Gallant (à gauche), Architecte en chef, Directeur –Services d'architecture et de génie, a été admis au Collège des Fellows de [l'Institut royal d'architecture du Canada](#), le 9 juin dernier à Nanaimo, en C.-B. Le Collège reconnaît officiellement les membres et les éminents profanes qui ont fait une contribution remarquable à la profession architecturale. Le titre de Fellow est un honneur conféré aux membres choisis pour avoir contribué à la recherche, à l'enrichissement des connaissances, au service collectif ou pour avoir rehaussé la réputation de la profession architecturale au Canada et ailleurs. Félicitations Murray!

Le projet de réfection du NCSM Hunter reçoit la certification LEED « Or »



Vue aérienne du NCSM Hunter certifié Leed Or, à Windsor, en Ontario.

Le [Navire canadien de Sa Majesté Hunter](#) (NCSM) est une installation ultramoderne de 5 800 m², située à Windsor, en Ontario. La nouvelle installation abrite la Réserve navale du NCSM Hunter de même que les corps de la marine, de l'armée et des cadets de l'air.

Un des principaux objectifs du projet était l'aspect de durabilité; pour ce faire, les normes Argent du [LEED](#) (Leadership in Energy and Environmental Design) ont été appliquées durant la conception et la construction du bâtiment. Des éléments de conception durable, comme l'aménagement paysager économe en eau, l'utilisation de matériaux régionaux avec contenu recyclable, la toiture réfléchissante et des solutions de transports alternatifs ont été intégrés au projet.

Bien que les normes argent LEED aient été appliquées, le projet a largement dépassé ses objectifs environnementaux et a reçu la certification Or du [Conseil du bâtiment durable du Canada](#). Ce projet témoigne de la volonté du ministère d'intégrer les concepts de bâtiments écologique et de durabilité dans la planification, la conception et la construction de ses projets d'infrastructure.

Course aventure, le dernier défi de l'Officier d'état-major de Ops Imm.



Maj Kevin Poirier prend part à une course d'aventure épuisante.

Le maj Kevin Poirier, Officier d'état-major, Groupe des Opérations immobilières des Forces canadiennes, et adepte de la course en santé, a dépoussiéré son vélo de montagne et a sorti son compas pour parcourir des terrains inconnus dans le cadre d'une Course d'aventure.

Des équipes de deux à quatre personnes se sont déplacées à la pagaie, à pied et à vélo, et elles ont fait du trekking dans des endroits inconnus, afin d'atteindre une série de postes de contrôle en se servant d'un compas et d'une carte pour s'orienter, le parcours de la course n'étant pas indiqué. Les équipes sont autosuffisantes durant la course; elles apportent leur propre nourriture leur eau et leur équipement. Il ne s'agit pas d'une course à relais; les membres de l'équipe doivent donc rester ensemble pour la durée de la course.

« Bien que la course ait été très exigeante et qu'il ait été difficile pour moi de marcher pendant quelques jours, j'en suis devenu accro, confie-t-il en parlant de sa première course, une aventure de huit heures au sein d'une équipe de deux personnes dans l'état du Missouri. Les défis associés au sport l'ont incité à demeurer actif », a-t-il expliqué.

« C'est comme un triathlon, mais encore plus intense ... il ne faut toutefois pas généralement parcourir une grande distance à la nage, à moins que votre choix de parcours ne vous oblige à traverser une rivière, un lac ou un étang », précise-t-il.

Le travail d'équipe et l'organisation font partie intégrante des clés du succès, affirme le Maj Poirier,

tout comme la préparation adéquate préalable à l'activité et l'alimentation appropriée durant la course.

Selon lui, lors de longues courses, l'endurance mentale est tout aussi importante, sinon plus importante que la force physique. Il ajoute que si l'on décide d'abandonner la course, il peut falloir entre six et douze heures pour atteindre une région peuplée, car les courses se tiennent dans des endroits éloignés.

« Malgré le mal ou la souffrance physique, vous devez continuer à bouger, sachant que chacune des équipes souffre autant que la vôtre », précise-t-il

Jeanne Gagnon

La version intégrale de cet article a paru dans un numéro précédent de *Garde d'honneur*

Conseils de prévention incendie concernant les appareils de chauffage portables



Les appareils de chauffage portables sont très pratiques et ajoutent un peu de chaleur dans un endroit de la maison, sans qu'il faille allumer la fournaise. Cependant, ils peuvent être dangereux si on ne les utilise pas correctement. En fait, l'utilisation incorrecte de ces appareils est la principale cause d'incendie et d'exposition au monoxyde de carbone dans les maisons et chalets. Il est donc important de suivre les directives du fabricant et les précautions suivantes pour vous garder au chaud en toute sécurité :

- N'utilisez jamais d'appareil de chauffage pour faire sécher des articles inflammables comme des vêtements, serviettes ou couvertures.
- Placez toujours les articles inflammables à une distance d'au moins un mètre de l'appareil de chauffage.
- Si vous utilisez une rallonge, assurez-vous qu'elle est de la bonne dimension et du bon calibre pour porter la charge électrique de l'appareil de chauffage.
- N'utilisez jamais d'appareil de chauffage près d'un endroit où il y a de l'eau ou qui pourrait

être exposé à l'eau.

- Supervisez les enfants et les animaux domestiques en tout temps lorsqu'un appareil de chauffage est en marche.
- Ne jamais vous servir d'appareil de chauffage à combustion (kérosène ou propane) dans un endroit fermé, ceci peut mener à une exposition au monoxyde de carbone.
 - Utilisez un appareil qui arrête automatiquement s'il est renversé.

Le Ministre de la Défense se rend aux BFC, Goose Bay et Bagotville



L'honorable Harjit Sajjan, ministre de la Défense nationale s'adresse au 2^e Bataillon, Troupes du Royal Canadian Regiment, tout en observant le mouvement des VBD 6.0 à la Base de soutien de la 5^e Division du Canada Gagetown. Image : Cpl Peter Ford, Centre d'instruction au combat

Le 27 juin, le ministre de la Défense, Harjit Sajjan, a annoncé un financement de 3 M\$ destinés à améliorer l'infrastructure essentielle et les installations de formation à la base de soutien de la 5^e Division du Canada Gagetown. Le Ministère versera 36 M\$ pour améliorer les routes et construire une nouvelle installation de formation destinée à former le personnel militaire chargé d'identifier et de neutraliser des engins explosifs improvisés. Des fonds supplémentaires de 2,3 M\$ permettront à la 5BSDC Gagetown d'améliorer l'éclairage de l'aérodrome, de moderniser le réseau de collecte des eaux

pluviales et de remplacer l'asphalte.

« En tant qu'ancien membre de l'armée canadienne et fier de l'être, je sais que les hommes et les femmes des Forces armées canadiennes ont absolument besoin d'installations pour pouvoir se former et développer les compétences qui leur sont indispensables pour exercer leurs fonctions en toute sécurité et de façon efficace. Ces projets d'infrastructure militaire à Gagetown sont très importants, et ces investissements permettront à notre armée d'être préparée pour protéger notre sécurité, ici au pays et à l'étranger », a expliqué M. Sajjan.

Outre sa visite à Gagetown, le 28 juin, le ministre s'est rendu à la 5^e Escadre Goose Bay pour annoncer un investissement de 12 M\$ qui servira à remplacer les aires de trafic de l'aérodrome lesquelles sont essentielles à la bonne marche des opérations des FAC. Le Ministre s'est aussi rendu à la BFC Bagotville, le 26 août, où il a annoncé un investissement de 1,2 M\$ destiné à un projet de technologie propre et d'infrastructure verte qui permettra d'améliorer le rendement et l'efficacité énergétique des installations de la BFC Bagotville.

Notice: This message is the property of Multiview, Inc. and contains information that may be confidential and/or privileged. If you are not the intended recipient, you should not use, disclose or take any action based on this message. If you have received this transmission in error, please immediately contact the sender by return e-mail and delete this e-mail, and any attachments, from any computer. This email has been scanned for email related threats and delivered safely by Mimecast.

For more information please visit <http://www.mimecast.com>
