

TUESDAY, NOVEMBER 19, 2024 | MARDI 19 NOVEMBRE 2024

TOTEM TIMES

19 WING COMOX
VOL 66, #21
19^e ESCADRE COMOX



A 442 Transport and Recue Squadron crew of the CH-149 Cormorant brought the Canadian Football League (CFL) Grey Cup to 19 Wing Comox on November 13, accompanied by delegates of the CFL and TSN. The delegates toured the aircraft at 19 Wing while Jeff McWhinney, the Keeper of the Grey Cup, visited students at Airport Elementary School. The visit concluded at an all-ranks BBQ at the Officers' Mess.

Un équipage du 442^e Escadron de transport et de sauvetage du CH-149 Cormorant a apporté la Coupe Grey de la Ligue canadienne de football (LCF) à la 19^e Escadre Comox le 13 novembre, accompagné de délégués de la LCF et de TSN. Les délégués ont visité l'aéronef à la 19^e Escadre tandis que Jeff McWhinney, le gardien de la Coupe Grey, a rendu visite aux élèves de l'école Airport Elementary. La visite s'est terminée par un barbecue pour tous les grades au mess des officiers.



Kevin Dol
Personal Real Estate Corporation
250-898-4158



627 CORMORANT ST., COMOX
PERFECT FAMILY HOME with 4 bedrooms upstairs, primary bedroom has ensuite bathroom with family room downstairs open to the kitchen. Easy care laminate flooring in the main area, lots of light, fully fenced yard with double garage. The home has just had the Poly B plumbing removed, a brand new gas hot water tank installed, and the roof was replaced approximately 4 years ago.
\$829,900



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



120 - 2485 IDIENS WAY, COURTENAY
DISCOVER THE PERFECT BLEND OF MODERN LIVING AND COMFORT in this 2 bed, 1.5 bath townhouse built in 2019. 1,087 sqft of well designed living space. Centrally located! Kitchen is fully equipped with modern finishes. The 2 generously sized bedrooms are located upstairs. Fully fenced backyard!
\$589,900



Jamie Edwards
Personal Real Estate Corporation
250-703-6202
comoxvalleylistings.ca



Members of 19 Wing Comox participated in Remembrance Day ceremonies and events throughout the Comox Valley and the broader region on November 11. | *Les membres de la 19^e Escadre Comox ont participé aux cérémonies et aux activités du jour du Souvenir dans la Comox Valley et dans l'ensemble de la région le 11 novembre.*

- **Légion de Bowser Legion:** 12 Military Police Flight Comox | 12^e Escadron de police militaire Comox
- **Légion de Campbell River Legion:** Canadian Forces School of Search and Rescue | École de recherche et de sauvetage des Forces canadiennes
- **Légion de Comox Legion:** 442 Transport and Rescue Squadron | 442^e Escadron de transport et de sauvetage
- **Légion de Courtenay Legion:** 407 Long Range Patrol Squadron | 407^e Escadron de patrouille à longue portée
- **Légion de Cumberland Legion:** 19 Air Maintenance Squadron | 19^e Escadron de maintenance aérienne
- **Légion de Port McNeill Legion:** 19 Operations Support Squadron | 19^e Escadron de soutien aux opérations
- **Légion de Quadra Island Legion:** 191 Construction Engineering Flight | 191 Escadrille de génie construction
- **Légion de Qualicum Beach Legion:** 19 Mission Support Squadron | 19^e Escadron de soutien à la mission
- **Légion de Sayward Legion:** Royal Canadian Electrical Mechanical Engineering (RCEME) | Le Corps du génie électrique et mécanique royal canadien (GEMRC)
- **888 (Stocky Edwards) Wing RCAF Association | 888^e Escadre (Stocky Edwards) Association de l'ARC :** 418 Search and Rescue Operational Training Squadron; Deputy Wing Commander; 19 Operation Support Squadron | 418^e Escadron d'entraînement opérationnel - Recherche et sauvetage; Commandant adjoint de l'escadre; 19^e Escadron de soutien opérationnel





Thank you for your service to our country and our community

Proudly enhancing care for our military and veteran families



COMOX VALLEY HEALTHCARE FOUNDATION

www.cvhealthcarefoundation.com



(L-R) Sgt Kyle Keigan, 19 Wing Pipes and Drums; Cpl Marc-Antoine Tessier, 1 CER; MWO Dale Kurdziel, 1 CER; Dave Miller, Vice Principal Mark R. Isfeld Secondary School; Verlie Mason, Courtenay Legion; LCol Jim Julien, former member of 1 CER; Maj Andrew Gower, former member of 1 CER; CWO (ret'd) Russ Vida, former member 1 CER; Capt (ret'd) Nick Garner, former member 1 CER. | (de gauche à droite) Sgt Kyle Keigan, cornemuses et tambours de la 19e Escadre; Cpl Marc-Antoine Tessier, 1 RGC; Adjuc Dale Kurdziel, 1 RGC; Dave Miller, directeur adjoint de l'école secondaire Mark R. Isfeld; Verlie Mason, Légion de Courtenay; Lcol Jim Julien, ancien membre du 1 RGC; le Maj Andrew Gower, ancien membre du 1 RGC; Adjuc (à la retraite) Russ Vida, ancien membre du 1 RGC; Capt (à la retraite) Nick Garner, ancien membre du 1 RGC.

Commemorating Mark R Isfeld on the 30th anniversary of his death Commémoration de Mark R Isfeld à l'occasion du 30e anniversaire de sa mort

Maj Andrew Gower, 39 Combat Engineer Regiment | 39^e Régiment du génie de combat

In a special Remembrance Day ceremony at Mark R. Isfeld Secondary school on November 8, members of 1 Combat Engineer Regiment and 19 Wing Comox gathered to commemorate the 30th anniversary of Mark's death.

Mark R. Isfeld served as a combat engineer with 1 Combat Engineer Regiment (CER) from 1986 until his death in 1994. Mark had deployed three times during his career: Kuwait in 1991, Croatia in 1992, and again in 1994.

It was during Mark's first deployment in Croatia that the idea of Izzy dolls was born. Mark had sent his mother a photo of a child's doll laying in some rubble. In response, his mom crocheted dolls and sent them to Mark to hand out to children while he was deployed.

On June 21, 1994, while clearing landmines around a water pumping station in Kakma, Croatia, Mark was killed when his section's armoured personnel carrier hit a land mine.

Izzy dolls have lived on to this day, with over 1.3 million dolls handed out to children on Canadian missions ranging from Afghanistan to Zambia, and in 2001 Mark R. Isfeld Secondary school opened.

To mark the 30th anniversary, current and former members of 1 CER attended the ceremony to reflect on Mark's service.

CWO (ret'd) Russ Vida read the personal journal entries of Sgt Greg James, section commander at the time of Mark's death. Russ was in Mark's troop in Croatia when he died and he recalled how he had played a game of Euchre with Mark on the day of his death.

MWO Dale Kurdziel, Sgt Major of 12 Field Squadron with 1 CER, reflected on the meaning of service, reviewed where Canadian Armed Forces members are serving today, and provided the students some current context on Izzy Dolls.

The students of Mark R Isfeld Highschool were incredibly silent during the moment of reflection.

They shall grow not old, as we that are left grow old: Age shall not weary them, nor the years condemn. At the going down of the sun and in the morning: We will remember them.

Lors d'une cérémonie spéciale du jour du Souvenir à l'École secondaire Mark R. Isfeld le 8 novembre, les membres du 1^{er} Régiment du

génie de combat (RGC) et de la 19^e Escadre Comox se sont réunis pour commémorer le 30e anniversaire de la mort de Mark.

Mark R. Isfeld a servi en tant qu'ingénieur de combat au sein du RGC de 1986 jusqu'à sa mort en 1994. Mark a été déployé trois fois au cours de sa carrière : Koweït en 1991, Croatie en 1992, et à nouveau en 1994.

C'est lors du premier déploiement de Mark en Croatie que l'idée des poupées Izzy est née. Mark avait envoyé à sa mère une photo d'une poupée d'enfant gisant dans les décombres. En réponse, sa mère a croché des poupées et les a envoyées à Mark pour qu'il les distribue aux enfants pendant son déploiement.

Le 21 juin 1994, alors qu'il aidait à éliminer les mines terrestres autour d'une station de pompage d'eau à Kakma, en Croatie, Mark a été tué lorsque le véhicule blindé de transport de troupes de sa section a sauté sur une mine terrestre.

Les poupées Izzy ont survécu jusqu'à aujourd'hui, avec plus de 1,3 million de poupées distribuées aux enfants lors de missions canadiennes allant de l'Afghanistan à la Zambie, et en 2001, l'École secondaire Mark R. Isfeld a ouvert ses portes.

À l'occasion du 30e anniversaire, des membres actuels et anciens du 1^{er} RGC ont assisté à la cérémonie pour évoquer le service de Mark.

L'Adjuc (retraité) Russ Vida a lu les notes du journal personnel du sergent Greg James, commandant de section au moment de la mort de Mark. Russ faisait partie de la troupe de Mark en Croatie lorsque celui-ci est décédé et il a rappelé qu'il avait joué une partie d'Euchre avec Mark le jour de sa mort.

L'Adjuc Dale Kurdziel, sergent-major du 12^e escadron de campagne du 1^{er} RGC, a réfléchi à la signification du service, a passé en revue les endroits où les membres des Forces armées canadiennes servent aujourd'hui et a fourni aux élèves un contexte actuel sur les poupées Izzy.

Les élèves de l'École secondaire Mark R Isfeld sont restés incroyablement silencieux pendant ce moment de réflexion.

Ils ne vieilliront pas, comme nous vieillissons, nous qui restons: L'âge ne les fatiguera pas, et les années ne les condamneront pas. Au coucher du soleil et au matin: Nous nous souviendrons d'eux.



MCpl Mark Isfeld served as a combat engineer with 1 Combat Engineer Regiment (CER), a regular force regiment of the Canadian Military Engineers. Combat engineers ensure that troops can live, move, and fight on the battlefield. They also perform construction and maintenance tasks, operate vehicles and equipment in support of engineer operations, and maintain field installations and facilities.

Le Cplc Mark Isfeld a servi comme sapeur de combat au sein du 1^{er} Régiment du génie (RGC), un régiment de la force régulière du Service du génie militaire canadien. Les sapeurs de combat s'assurent que les troupes peuvent vivre, se déplacer, et livrer combat sur le champ de bataille. Ils effectuent aussi des travaux de construction et d'entretien, conduisent des véhicules et manœuvrent des équipements pour appuyer les opérations du génie et assurent l'entretien d'installations de campagne.

I remember... Je me souviens... Izzy

| Maj (ret'd) Ryan LaPalm

On June 21, 1994, MCpl Mark "Izzy" Isfeld was killed in Croatia while clearing mines. The 30th anniversary of his death has initiated re-runs of my own Peacekeeper memories.

Two weeks after Izzy's death, I was in Zagreb, Croatia undergoing in-theater familiarization to begin my duties as a United Nations Military Observer (UNMO). I read up on the current and past turmoil in the area. The history of WWII atrocities committed by the Ustase, a Croatia group allied with the Nazis, formed a significant part of the backdrop and tensions that emerged during the Yugoslav war and made the Peacekeeper's job particularly difficult.

I spent a year in Yugoslavia serving in Belgrade and on the outskirts of Sarajevo and witnessed many of the costs of war on people. I learned that the training, the professionalism, and the underlying culture of our Canadian soldiers made us top ranked candidates for all positions in the United Nations.

As an unarmed military observer, I was in a unique position where I could move across conflict lines to attempt to deal with the multitude of issues that the three warring parties were generating. I also routinely dealt with civilian and military staff of many of the nations composing the UN.

My job was all about people, and I became a witness to corruption, greed, racism, cultural and intellectual stupidity, and self-indulgent behaviour. I also witnessed bravery, kindness, generosity and selflessness by many UN members who were trying to make things better for everyone.

Finally, I saw the price that was too often paid by good folks trying to provide food, shelter, and safety to the innocents trapped in this type of conflict. Please seek to learn... and then remember.

Le 21 juin 1994, le Cplc Mark «Izzy» Isfeld a été tué en Croatie lors d'un déminage. Le 30^e anniversaire de sa mort a fait ressurgir mes propres souvenirs de gardien de la paix.

Deux semaines après la mort d'Izzy, je me trouvais à Zagreb, en Croatie, pour me familiariser avec le théâtre des opérations avant de prendre mes fonctions d'Observateur militaire des Nations Unies (UNMO). Je me suis renseigné sur les troubles actuels et passés dans la région. L'histoire des atrocités commises pendant la Seconde Guerre mondiale par l'Ustase, un groupe croate allié aux nazis, a constitué une part importante de la toile de fond et des tensions qui sont apparues pendant la guerre de Yougoslavie et qui ont rendu le travail du soldat de la paix particulièrement difficile.



J'ai passé un an en Yougoslavie, à Belgrade et dans les faubourgs de Sarajevo, et j'ai été témoin des coûts de la guerre pour les populations. J'ai appris que la formation, le professionnalisme et la culture sous-jacente de nos soldats canadiens faisaient de nous des candidats de premier ordre pour tous les postes des Nations unies.

En tant qu'observateur militaire non armé, je me trouvais dans une position unique où je pouvais traverser les lignes de conflit pour tenter de traiter la multitude de problèmes que les trois parties belligérantes généraient. J'avais également l'habitude de traiter avec le personnel civil et militaire de nombreuses nations composant les Nations unies.

Mon travail était axé sur les personnes, et j'ai été témoin de la corruption, de la cupidité, du racisme, de la stupidité culturelle et intellectuelle, et du comportement complaisant. J'ai également été témoin du courage, de la gentillesse, de la générosité et de l'altruisme de nombreux membres de l'ONU qui essayaient d'améliorer les choses pour tout le monde.

Enfin, j'ai vu le prix trop souvent payé par de braves gens qui tentaient de fournir de la nourriture, un abri et de la sécurité aux innocents pris au piège dans ce type de conflit.

Cherchez à apprendre... et à vous souvenir.

Maj (ret'd) Ryan LaPalm is a pilot who served the CAF for 30 years. He served a year as a United Nations Military Observer, from July 1994 to 1995, and completed his military career at 19 Wing Comox in 2009. | *Le Maj (à la retraite) Ryan LaPalm est un pilote qui a servi dans les FAC pendant 30 ans. Il a servi un an comme observateur militaire des Nations Unies, de juillet 1994 à 1995, et a terminé sa carrière militaire à la 19^e Escadre Comox en 2009.*

VETERANS' WEEK SPEAKERS PROGRAM | PROGRAMME DES CONFÉRENCIERS DE LA SEMAINE DES VÉTÉRANS

Members of 19 Wing Comox visited École Robb Road as part of the Veterans' Week Speakers Program, interacting with French immersion students from kindergarten to grade 7. "Students engage in meaningful conversations about the importance of Remembrance Day and speaking French in the Canadian Air Force, explains Taylor Gowie, kindergarten teacher. "Students had an endless array of questions about day-to-day military life, military culture, customs, and even some profound questions relating to what it meant to serve Canada or what it meant to individual members to represent Canada's bilingual population."

Des membres de la 19^e Escadre Comox ont visité l'École Robb Road dans le cadre du programme des conférenciers de la Semaine des vétérans, interagissant avec des élèves d'immersion française de la maternelle à la 7^e année. «Les élèves participent à des conversations significatives sur l'importance du jour du Souvenir et de parler français dans la Force aérienne du Canada», explique Taylor Gowie, enseignante en maternelle magique. «Les étudiants avaient une infinité de questions sur la vie militaire quotidienne, la culture militaire, les coutumes et même des questions profondes sur ce que signifiait servir le Canada ou sur ce que signifiait pour chaque membre le fait de représenter la population bilingue du Canada.»



École Robb Road kindergarten students along alongside 19 Wing Comox members, (L-R): MCpl Beaudin (19 OSS), Sgt Bilodeau (442 Sqn), WO Gagnon (442 Sqn), Capt Gowie (19 OSS), CWO Pare (19 AMS), Avr Belanger (19 MSS). Éèves de la maternelle de l'école Robb Road aux côtés de membres de la 19^e Escadre Comox, (de gauche à droite): Cplc Beaudin (19 ESO), Sgt Bilodeau (442^e Escadron), Adj Gagnon (442^e Escadron), Capt Gowie (19 ESO), Adjuc Pare (19 EMA), Avr Bélanger (19 ESM).



MCpl Robitaille-Jobin and Capt Martellino traveled to Port Alberni on November 8 to present to the students of École des Grands-cèdres as part of the Veterans' Week Speakers Program. | *Le Cplc Robitaille-Jobin et la Capt Martellino se sont rendus à Port Alberni le 8 novembre pour présenter une présentation aux élèves de l'École des Grands-cèdres dans le cadre du programme de conférenciers de la Semaine des vétérans.*



First World War veteran inspired a generation of war amputees

Un vétéran de la Première Guerre mondiale a inspiré une génération d'amputés de guerre

The War Amps | Les Amputés de guerre

Ralph Hodgson (1895-1948) lived by the motto inscribed on his tombstone: "It's not what you have lost that counts but what you have." These words defined his life's work, as he dedicated himself to ensuring that his fellow war amputee veterans could thrive despite their injuries.

Hodgson, a law student when the First World War began, and in April 1917 he was wounded during the Battle of Vimy Ridge, resulting in the amputation of his right leg below the knee.

Hodgson became a founding member of The War Amps with a mission to unite, support, and advocate for the rights of amputee veterans.

These First World War veterans played a pivotal role in welcoming and mentoring a new generation of amputees returning from the Second World War, helping them adapt and sharing their hard-earned wisdom.

Hodgson was perhaps best remembered for greeting hospital ships as they returned with injured soldiers from the Second World War. His presence offered encouragement to these young men, helping them come to terms with their amputations and motivating them to move forward.

"Mr. Hodgson showed other war amputee veterans that their amputations wouldn't hold them back from succeeding in life," says Rachel Quilty, a graduate of The War Amps Child Amputee (CHAMP) Program. "He's remembered for giving them the confidence and strength to persevere."

Today, Ralph Hodgson Memorial Park in Port Hope, Ontario, stands as a lasting tribute to his extraordinary commitment to Canada's war amputee veterans, and Rachel pays her respects as a member of the CHAMP Program.

Ralph Hodgson (1895-1948) a vécu selon la devise inscrite sur sa tombe: «Ce n'est pas ce que vous avez perdu qui compte, mais ce que vous avez». Ces mots ont défini l'œuvre de sa vie, puisqu'il s'est consacré à faire en sorte que ses camarades amputés de guerre puissent s'épanouir en dépit de leurs blessures.

Hodgson était étudiant en droit lorsque la Première Guerre mondiale a éclaté. En avril 1917, il a été blessé lors de la bataille de la crête de Vimy, ce qui a entraîné l'amputation de sa jambe droite sous le genou.

Hodgson est devenu l'un des membres fondateurs des Amputés de guerre, dont la mission est d'unir, de soutenir et de défendre les droits des anciens combattants amputés.



Ces vétérans de la Première Guerre mondiale ont joué un rôle essentiel en accueillant et en encadrant une nouvelle génération d'amputés revenant de la Seconde Guerre mondiale, en les aidant à s'adapter et en partageant leur sagesse durement acquise.

Hodgson est peut-être surtout connu pour avoir accueilli les navires-hôpitaux qui revenaient avec des soldats blessés de la Seconde Guerre mondiale. Sa présence encourageait ces jeunes hommes, les aidait à accepter leurs amputations et les motivait à aller de l'avant.

«M. Hodgson a montré à d'autres vétérans amputés de guerre que leur amputation ne les empêcherait pas de réussir dans la vie», explique Rachel Quilty, diplômée du Programme LES VAINQUEURS. «On se souvient de lui pour leur avoir donné la confiance et la force de persévérer».

Aujourd'hui, le parc commémoratif Ralph Hodgson à Port Hope, en Ontario, constitue un hommage durable à son engagement extraordinaire envers les anciens combattants amputés de guerre du Canada, et Rachel lui rend hommage en tant que membre du Programme LES VAINQUEURS.

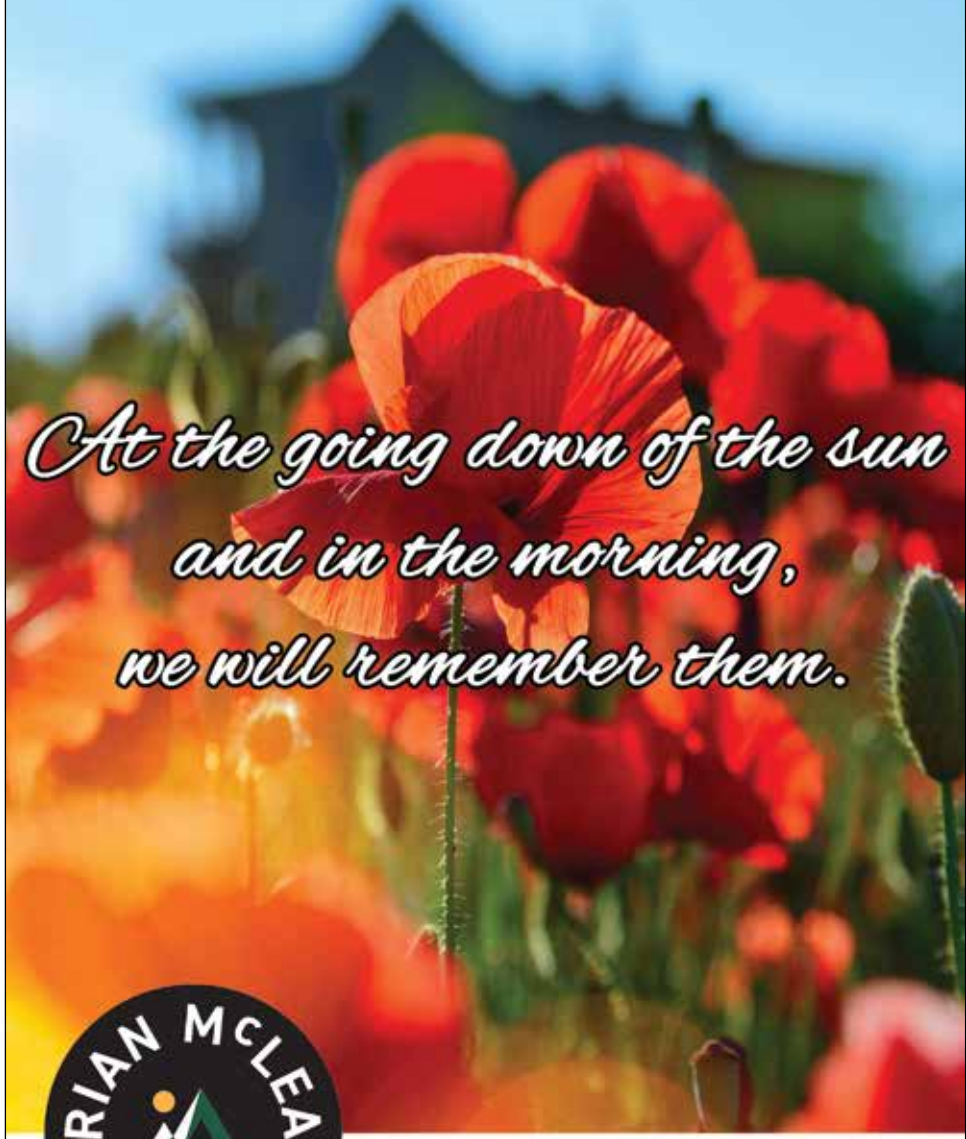



Crown Isle Dental
Health Centre


Book your appointment today!

444 Lerwick Rd. #220, Courtenay | 250.338.2599
crownisledental.com

- Comprehensive Dental Services
- Family-Friendly Personalized Care
- Convenient Appointment Hours
 - Modern Dentistry
- Friendly, Gentle and Caring Staff




*At the going down of the sun
and in the morning,
we will remember them.*



BRIAN MCLEAN
WELCOME TO OUR FAMILY

2145 Cliffe Ave.
Courtenay, BC

250-334-2425





Lest we forget...



atlas café

Serving the good people of the Comox Valley since 1995
250 6th STREET, COURTENAY | 250.338.9839 | ATLASCAFE.CA

WorkBC Employment Services
Services d'emploi

FREE Services for Job Seekers

- Personal appointments
- Job search assistance
- Computer use to support your job search

Services GRATUITS pour les chercheurs d'emploi

- Rendez-vous personnalisés
- Aide à la recherche d'emploi
- Accès à nos ordinateurs pour vous soutenir dans votre recherche d'emploi

250-334-3119
103-555 4th Street, Courtenay
www.workbccentre-courtenay.ca
Services available in English and French
Nos services sont disponibles en anglais et en français



THANK YOU FOR YOUR SERVICE

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 REICHEL



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




We will remember them.



#211-2459 Cousins Avenue
Courtenay, BC V9N 3N6
+1.250.334.3263
courtenay@wedler.com

Civil Engineering
Septic systems
Stormwater management
Floodplain construction reviews

VETERAN OWNED

15% MILITARY DISCOUNT!
with military ID



FOXY BOX
WAX BAR

Book online, over the phone or in person!

491 5th St., Courtenay | 250.871.8282 | foxyboxwaxbar.com

EVERYONE WELCOME!

2nd Annual Charity Game
Deuxième partie annuelle de bienfaisance



GLACIER KINGS
VS
**FIRST RESPONDERS/
CANADIAN ARMED FORCES**

Friday, December 6
6:30 pm
Comox Valley Sports Centre



GLACIER KINGS
contre
**PREMIERS INTERVENANTS ET
FORCES ARMÉES CANADIENNES**

Vendredi 6 décembre
18 h 30
Centre sportif de la vallée de Comox

All proceeds go to Wounded Warrior Run BC and stay on the island!
Tous les bénéfices sont reversés à Wounded Warrior Run BC et restent sur l'île!

Get your tickets at CANEX! Achetez vos billets au CANEX!



We will remember them...

Find us on Facebook or online at www.griffinpub.ca



Griffin Pub
1185 Kilmorley Road, Comox 250.339.4466
GREAT PLACE TO MEET
GREAT PLACE TO EAT



THE UNIVERSALITY OF SACRIFICE | L'UNIVERSALITÉ DU SACRIFICE

Fardous Hosseiny, The Atlas Institute for Veterans and Families | Institut Atlas pour les vétérans et leur famille

As I think about Remembrance Day, I find myself pondering a new question this year: "In remembrance, who might be the forgotten?"

Here in Canada we know that more than 118,000 brave soldiers did not return home to their loved ones throughout our short history as a nation, and Veterans Affairs Canada and the Commonwealth War Graves Commission ensures the maintenance of more than 300,000 markers and grave sites of Canadian Armed Forces members here and around the world, including those whose deaths were not directly attributed to service.

Beyond these numbers though there is growing recognition of a number not accounted for: those lost to psychological wounds sustained as a result of service.

As conversations become more open and honest about mental health and how this has been a real impact of service, when we lose a member to suicide, the question many grapple with now is: How do we officially honour those lives?

At the Atlas Institute for Veterans and Families, the feedback we hear from our community is that mental health injuries are no different than the physical injuries which our veterans incur and should be treated as such. They are no less heroes than those who died in uniform.

As we expand our remembrance practices to include all types of injuries, we have an opportunity to become leaders in advocating for comprehensive recognition of veterans' sacrifices and extending these into everyday acts of awareness, support and education around the complex realities of military service.



Perhaps we can move forward with a renewed understanding: Service is service, the blood of all heroes never dies and our remembrance of all should be equally enduring regardless of the nature of their wounds.

Quand je pense au Jour du souvenir, je me pose une nouvelle question cette année: «Qui oublions-nous dans le Souvenir?»

Ici, au Canada, nous savons que plus de 118 000 braves soldats ne sont pas rentrés chez eux auprès de leurs proches au cours de la brève histoire de notre pays, et Anciens Combattants Canada et la Commonwealth War Graves Commission veille à l'entretien de plus de 300 000 stèles funéraires et lieux de sépulture de membres des Forces armées canadiennes ici et un peu partout dans le monde, même si leur mort n'est pas directement

attribuable à leur service militaire.

Au-delà de ces chiffres, nous sommes de plus en plus conscients qu'un certain nombre de personnes ne sont pas prises en compte dans ce bilan: celles qui ont perdu la vie en raison des blessures psychologiques résultant de leur service.

Alors que les conversations deviennent plus ouvertes et honnêtes sur la santé mentale et sur la manière dont cela a été un impact réel du service, lorsque nous perdons un membre par suicide, la question que de nombreuses personnes se posent actuellement est : comment honorer leur vie de façon officielle?

À l'Institut Atlas pour les vétérans et leur famille, les commentaires que nous recevons de notre communauté attestent que les blessures psychologiques ne sont pas différentes des blessures physiques que les vétérans subissent et qu'elles doivent être traitées en conséquence. Les personnes qui en sont atteintes vivent les mêmes répercussions et ne sont pas moins héroïques que celles mortes en uniforme.

En élargissant nos pratiques de commémoration pour inclure tous les types de blessures, nous avons l'occasion de devenir des leaders dans la défense d'une reconnaissance globale des sacrifices des vétérans et d'étendre cette reconnaissance à des actes quotidiens de sensibilisation, de soutien et d'éducation sur les réalités complexes du service militaire.

Nous pourrions aller de l'avant avec un regard nouveau : le service est le service, le sang des héros ne s'efface jamais et notre souvenir de chacun d'entre eux devrait persister de façon égale, peu importe la nature de leurs blessures.

LAST POST FUND
FONDS DU SOUVENIR

We will Remember Them.

At Last Post Fund, we believe in taking care of those who took care of us. That's why our mission is that no Veteran be denied a dignified funeral and burial for lack of funds at time of death. We keep our promise. Just as they kept theirs.

Talk to a counsellor
1-800-465-7113
info@lastpost.ca

f t in



Flight to the Finish: Honorary Colonels committed to Vampire Pavilion Project Vol vers l'arrivée : des colonels honoraires engagés dans le projet du Pavillon de Vampire

A luncheon was held at 888 (Stocky Edwards) Wing RCAF Association on November 12 to reflect on major milestones of the RCAF centennial celebration. The event was hosted by the RCAF Foundation and the RCAF Association, and was held in conjunction with the west coast release of "Pathway to the Stars" by LGen (ret'd) Mike Hood and Tom Jenkins that took place at the Comox Air Force Museum.

The RCAF Foundation is a not-for-profit organization with a mission to recognize, foster, and celebrate the Royal Canadian Air Force through community engagement, education programs, and commemorative activities. They work closely with the leadership of the RCAF, and their sister organization, the RCAF Association.

The guests received an update on the Vampire Pavilion project and learned of a final campaign challenge set by the Honorary Colonels, past and present, of 19 Wing Comox.

"We are now in a 'Flight to the Finish' with the million-dollar target now in sight," explained HCol Bob Quartermain. "As we approach the edge of this RCAF centennial year, we are asking all to consider donating to this historical project."

"Construction on the pad is underway," explains Dave Mellin. "We are in the final fundraising phase that will see the Vampire Pavilion completed in 2025 for all to enjoy."

To donate online visit comoxairforcemuseum.ca/rcaf-2024/vampire-pavilion.

Un déjeuner a eu lieu à l'Association de l'ARC de la 888^e Escadre (Stocky Edwards) le 12 novembre pour réfléchir aux principaux jalons de la célébration du centenaire de l'ARC. L'événement était organisé par la Fondation de l'ARC et l'Association de l'ARC et s'est tenu en même temps que la sortie sur la côte ouest de «Pathway to the Stars» par le Lgén (ret'd) Mike Hood et Tom Jenkins qui a eu lieu au Musée de la Force Aérienne de Comox.

La Fondation de l'ARC est une organisation à but non lucratif dont la mission est de reconnaître, d'encourager et de célébrer l'Aviation royale canadienne par le biais d'un engagement communautaire, de programmes éducatifs et d'activités commémoratives. Elle travaille en étroite collaboration avec les dirigeants de l'ARC et son organisation sœur, l'Association de l'ARC.

Les invités ont reçu une mise à jour sur le projet du pavillon de vampire et ont pris connaissance d'un dernier défi de campagne fixé par les Colonels honoraires, anciens et actuels, de la 19^e Escadre Comox.

«Nous sommes maintenant dans une phase de 'vol vers l'arrivée' avec l'objectif d'un million de dollars en vue», a expliqué le colonel honoraire Bob Quartermain. «Alors que nous approchons de la fin de l'année du centenaire de l'ARC, nous demandons à tous d'envisager de faire un don à ce projet historique.»

«La construction de la plate-forme est en cours», explique Dave Mellin. «Nous en sommes à la dernière phase de collecte de fonds qui permettra d'achever le pavillon de vampire en 2025, pour le plus grand plaisir de tous.»

Pour faire un don en ligne, visitez le site comoxairforcemuseum.ca/rcaf-2024/vampire-pavilion.

Canada's Aviation Book of the Year!

The Royal Canadian Air Force: 100 Years of Service Volume 1 By Larry Milberry and Hugh A. Halliday

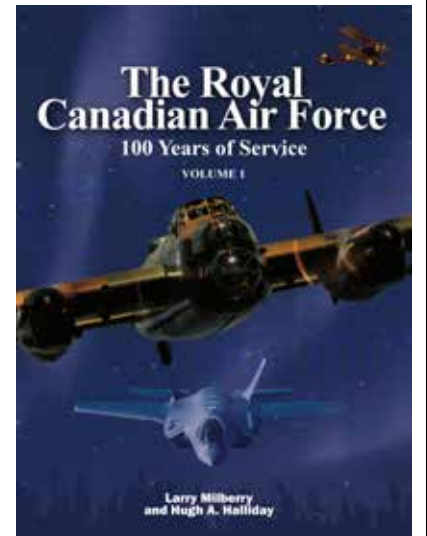
The RCAF's 1924-2024 Centennial has been highlighted by airshows, dedications, commemorative coins and book launches. Adding to the list and having long ago produced the RCAF 60th Anniversary history in 1984, CANAV Books introduces its 2-volume Centennial set The Royal Canadian Air Force: 100 Years of Service.

Beautifully produced, "100 Years" begins with Canada's earliest aerial experiments, covers WWI where Canadians excel in the air including on long-range coastal operations (convoy patrol, SAR, etc.), then moves to the birth of the RCAF in 1924. The RCAF gains renown in training, photography, forestry and fisheries patrols, and daunting northern expeditions. Its float planes and flying boats flew many of the basic missions still done by the Aurora.

Our story moves through the 1930s, when events gradually see the RCAF modernize just as war re-erupts in Europe. New Shark and Stranraer coastal patrol planes equip West Coast squadrons. Vol.1 covers it all from the British Commonwealth Air Training Plan to the U-boat war plus everything overseas from the UK to the Far East. All the action and heroism are here, much of it for the first time in any book. Solid coverage of coastal operations (407 Sqn included) with the Catalina, Sunderland, Hudson and Liberator; and SAR with the famous Walrus. Come war's end, the RCAF shrinks to a shadow of its wartime self, but new world troubles arise -- a hint of things to come in Volume 2 (1946-2024), due for publication by the end of Centennial Year (April next). "100 Years" is based on archival records, logbooks, scrapbooks, photo albums, existing histories and interviews. Anyone keen on Canada's great military heritage will revel for years in this incomparable tribute to the RCAF!

Our readers know when a book "hits the mark": *Best tribute to RCAF 100th that I have seen. Congrats to you, Hugh and the team. *I have no idea how you manage to do a book like this. It is an incredible achievement. *Your book arrived today -- it looks fantastic! I'm impressed as always by the richness and diversity, and the abundance of photos you come up with! Unbelievable! *The perfect antidote to wean aviation enthusiasts off their smartphones for the written word -- CANAV style. *Having spent my career in aviation, I appreciate the dedication and talent you have put in to producing the book which details such an important part of Canada's aviation history.

Larry Milberry (Member, Canada's Aviation Hall of Fame) has published nearly 40 aviation books. A retired Canadian War Museum historian, Hugh A. Halliday is renowned for his in-depth RCAF research and authorship.



Specifications (Volume 1)

- 384 pages, 9 x 12 inches hardcover
- Dust jacket, 20 chapters, 300,000 words and 800 photographs (a massive book)
- Maps, Glossary, Bibliography, Index
- ISBN 978-0-921022-46-6
- Retail price \$75.00 + shipping and tax = \$100.00 all-in. *Delivery in lots of time for Christmas.*

Ordering

Pay to larry@canavbooks.com with PayPal or Interac or mail your cheque or MO to:
CANAV Books, 51 Balsam Ave., Toronto, Ontario M4E3B6
Tel: (416) 698-7559
Email: larry@canavbooks.com
Blog: www.canavbooks.wordpress.com

RCAF CENTENNIAL YEAR TOURNAMENTS
I'ARC TOURNOIS DE L'ANNÉE DU CENTENAIRE

DEC 7 FORTNITE
REGISTER NOW | S'INSCRIRE

Anyone can enter! You do not need to be a member of the CAF, but players must be in North America. Prizes including Amazon.ca gift cards

Tout le monde peut participer! Il n'est pas nécessaire d'être membre de la CAF, mais les joueurs doivent se trouver en Amérique du Nord. Les prix comprennent des cartes-cadeaux Amazon.ca

DEC 14
CALL OF DUTY BLACK OPS 6



CANADIAN MILITARY *Wives Choirs* COMOX
Chorales des Épouses MILITAIRES CANADIENNES

10th Anniversary
 Holiday Favourites
 10e anniversaire
 Chansons préférées du
 temps des fêtes



WINTER CONCERT & BAKE SALE
CONCERT D'HIVER ET
VENTE DE PÂTISSERIES

SUNDAY DECEMBER 1ST, 2024
 LE DIMANCHE 1 DÉCEMBRE 2024

Doors open at 2:45pm Les portes ouvrent à 14 h 45
 Concert at 3pm Concert à 15 h
 19 Wing Chapel 19 Wing Chapel
 Entry by Donation Au lieu d'un coût d'entrée, nous
 vous invitons à faire un don



Photos with Santa and Mrs. Claus
Saturday, November 23
 10 am to 12 pm

Bring your own camera and the whole family - pets welcome - to meet and take photos with Santa and Mrs. Claus! Coffee and hot chocolate will be offered by donation to Support Our Troops.

Photos avec le Père Noël et la Mère Noël
Samedi 23 novembre
 10h à 12h

Apportez votre propre appareil photo et toute la famille - animaux acceptés - pour rencontrer et prendre des photos avec le Père Noël et la Mère Noël! Du café et du chocolat chaud seront offerts sous forme de don à Appuyons nos troupes.

The photo display will be available throughout December. Family and friends are welcome to drop into CANEX to take photos! | L'exposition de photos sera disponible tout au long du mois de décembre. La famille et les amis sont invités à venir au CANEX pour prendre des photos!



COMOX VALLEY AIRPORT YQQ

Direct Service to Puerto Vallarta
 Get away with non-stop flights starting November.

For Everything ISLAND Come check us out

It's sneaking up



HITEC BRAZEN SPORTSWEAR

New Stanfield styles

479 4th Street Courtenay 250-334-3656 hitecprint.com
 Open Mon-Thurs 9-5:30



Anna's Hair Salon
 Salon

NOW OPEN

Located in the CANEX mall

VISIT | LEARN | REMEMBER



COMOX AIR FORCE MUSEUM

www.comoxairforcemuseum.ca



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

Need a Second opinion?

If the markets are giving you sleepless nights, it may be time for a second opinion.

Contact me for a complimentary review of your portfolio.



REMI TRAN, Financial Advisor
 Raymond James Ltd.
 #1 - 1841 Comox Ave.,
 Comox, BC V9M 3M3
 250-334-9294
 remi.tran@raymondjames.ca

RAYMOND JAMES®
 Member - Canadian Investor Protection Fund

Town of Comox: Holiday by the Harbour
downtowncomox.com/holidaybytheharbour



Tree Lighting and Winter Market
 Friday, November 22

Head down to Comox Ave for the Winter Market between 3 and 7pm!
 Take a selfie with Santa from 4 to 7pm!
 Mayor Tree Lighting @ 5:15pm followed by a caroling hour with the Canadian Military Wives Choir Comox!

Éclairage des arbres et marché d'hiver
 Vendredi 22 novembre

Rendez-vous sur Comox Ave pour le marché d'hiver entre 15h et 19h!
 Prenez un selfie avec le Père Noël de 16h à 19h !
 Illumination de l'arbre par le maire à 17h15, suivi d'une heure de chants de Noël avec le Chœur des épouses des militaires canadiens de Comox!

19 Wing Heritage Air Park
 Parc Aérien du Patrimoine de la 19^e Escadre

Nov 30 to Dec 30
 5pm to 8pm

Christmas Lights
Lumières de Noël

30 nov au 30 déc
 De 17h à 20h

Opening Night November 30
 Lights switched on at 5pm
 Military Wives Choir
 Churro Chica Food Truck

Soirée d'ouverture : 30 novembre
 Les lumières s'allument à 17h
 Chorale des épouses de militaires
 Cantine mobile Churro Chica

No lights Dec 24 & 25 Weather dependent
Pas de lumière les 24 et 25 déc Selon la météo

CANEX
 A Division of CFBESB
 Des Services des SBMFC

CANADA'S MILITARY STORE

Thank you for your service

1625 Military Row, Lazo, BC 250.339.5553

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.

WHISTLE STOP
 NEIGHBOURHOOD PUB

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.

TOTEM TIMES

19 Wing Comox | totemtimes@gmail.com

Editorial advisors | conseillers militaires
19wingpublicaffairs@forces.gc.ca
 Lt(N) Keil Kodama, Capt Brad Little

Managing editor | gestionnaire
 Camille Douglas

Graphic designer | graphiste
 Gillian Ottaway

19 Wing Imaging Flight | escadrille d'imagerie
 Sgt Nathan Spence, MCpl Joey Beaudin,
 Cpl Raj Dhagat, S1 Brendan Gibson,
 Avr Annie-Claude Pellerin

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



BRYCE HANSEN TEAM

TOP RANKED **Real Estate TEAM**

★★★★★
215+ 5 Star Google Reviews

- ✓ Full Team of Licensed Real Estate Professionals
- ✓ 34+ Years' Experience
- ✓ #1 Real Estate Team - Comox Valley 3 years in a row - Rank My Agent
- ✓ BGRS Approved
- ✓ Canadian Forces Relocation Specialists


ComoxValleyRealEstate.com



Vancouver Canucks CAF Appreciation Night

La nuit d'appréciation de la FAC pour les Canucks de Vancouver


NOV 12



@castawayusedbooks
info@castawayusedbooks.com
CastawayUsedBooks.com

250.339.1278
1761-B Comox Ave., Comox

Trade in your books!



Offering osteopathy, craniosacral, athletic therapy, and RMT massage.

We are passionate about holistic health and dedicated to promoting your overall well-being through the practice of osteopathy and manual therapy.

1001B Fitzgerald Avenue in Courtenay
soma-osteopathy.com | 250-871-3189
Online booking available

Now covered by Medavie Blue Cross! Offering direct billing for veterans

On Remembrance Day, we come together to honor and remember the sacrifices and contributions of those who have proudly served, and continue to serve, our country in times of war, conflict, and peacekeeping.



LEST WE FORGET

On behalf of the Town of Comox, we extend our heartfelt gratitude to our veterans, the members of our Armed Forces, and their families, who have given so much in service to our country.

- Mayor, Nicole Minions
Town of Comox

TOWN OF COMOX

Remembrance Day
We will remember them.



Treatment IS WITHIN REACH

Addiction, Mental Health & Trauma Treatment just a Ferry Ride Away

Help is at hand: Powell River-based Sunshine Coast Health Centre and Georgia Strait Women's Clinic—Canada's only trauma program exclusively serving women—provide highly personalized addiction, mental health and trauma treatment for male and female clients respectively. We'll pick you up from the ferry for our daily inpatient treatment tailored to your unique needs.

Services include 24 hour-medical service, psychiatric assessment, EMDR, rTMS, psychotherapy, a dedicated group for military clients and much more.

Serving the Department of National Defence and Veterans Affairs Canada since 2009.



Georgia Strait Women's Clinic is Canada's only trauma program exclusively serving women

Georgia Strait WOMENS CLINIC

Admissions Toll Free **1.866.487.9040**
gswc.ca

Sunshine Coast Health Centre
A Non-12 Step Mental Health Program

Admissions Toll Free **1.866.487.9010**
schc.ca