



TUESDAY, SEPTEMBER 22, 2026 | MARDI 22 SEPTEMBRE 2026

# TOTEM TIMES

19 WING COMOX  
VOL 68, #15  
9<sup>e</sup> ESCADRE COMOX



[canada.ca/en/department-national-defence/campaigns/ndwcc](http://canada.ca/en/department-national-defence/campaigns/ndwcc)  
[canada.ca/fr/ministere-defense-nationale/campagnes/ccmtdn](http://canada.ca/fr/ministere-defense-nationale/campagnes/ccmtdn)

## National Defence Workplace Charitable Campaign We Make a Difference Together

## Campagne de charité en milieu de travail de la Défense nationale Ensemble, Nous Faisons La Différence

The National Defence Workplace Charitable Campaign (NDWCC) 2026 officially launched on September 10 under the leadership of Maj Louise Daigle and WO Mélanie Tremblay.

"We are honoured to lead the NDWCC at for 19 Wing Comox," shares Maj Daigle. "We have seen firsthand how Defence Team members consistently step up to support one another, our communities, and those in need."

Unit representatives have stepped up to plan a variety of events and challenges throughout the fall, and to help achieve the goal of 100% canvassing at 19 Wing Comox.

"The NDWCC provides an opportunity for us to make a meaningful impact beyond our workplace while strengthening the connections that make our Wing such a special place to serve," adds WO Tremblay. "What excites us the most is working alongside an engaged and motivated team of volunteers who are eager to bring a variety of fun and inclusive events to the Wing throughout the fall campaign."

The campaign team intends to create opportunities for people to connect, give back, and enjoy some friendly competition, all while supporting important charitable causes.

"We look forward to seeing the enthusiasm, generosity, and community spirit that our Defence Team brings to this year's campaign," concludes Maj Daigle.

La Campagne de charité en milieu de travail de la Défense nationale (CCMTDN) 2026 a été officiellement lancée le 10 septembre sous la direction de la majore Louise Daigle et de l'adjudante Mélanie Tremblay.

«C'est un honneur pour nous de diriger la CCMTDN à la 19<sup>e</sup> Escadre Comox, affirme la majore Daigle. Nous avons pu constater encore et encore la générosité des membres de l'Équipe de la Défense, qui se mobilisent pour s'entraider, soutenir leurs collectivités et aider les personnes dans le besoin.»

Les représentants des unités se sont mobilisés pour

organiser une variété d'activités et de défis tout au long de l'automne et contribuer à ce que tous les membres de la 19<sup>e</sup> Escadre Comox soient sollicités.

«La CCMTDN nous donne l'occasion d'avoir une incidence concrète au-delà de notre milieu de travail, tout en renforçant les liens qui font de notre escadre un lieu de service exceptionnel, ajoute l'adjudante Tremblay. Ce qui nous enthousiasme le plus, c'est de travailler aux côtés d'une équipe de bénévoles engagés et motivés, qui ont à cœur d'organiser diverses activités inclusives et amusantes à l'escadre tout au long de la campagne d'automne.»

L'équipe de la campagne souhaite offrir des occasions pour se rassembler, redonner à la collectivité et se mesurer amicalement les uns aux autres, tout en soutenant d'importantes causes caritatives.

«Nous avons hâte de voir l'enthousiasme, la générosité et l'esprit communautaire que l'Équipe de la Défense apportera à la campagne de cette année», conclut la majore Daigle.



**Teresa Stoltz**  
Personal Real  
Estate Corporation

250-218-9190



**2629 DUNSMUIR AVE, CUMBERLAND**  
CENTRALLY LOCATED in the heart of Cumberland, this updated 3-bed, 1.5-bath rancher offers comfortable one-level living. With thoughtful updates throughout. Heated by a gas furnace with new washer and dryer. Extra-long carport, and ample parking!

**\$780,000**



### 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](http://www.royallepagecomoxvalley.com)  
Email: [royallepagecv@shaw.ca](mailto:royallepagecv@shaw.ca)



**B 4657 VALECOURT CRES, COURTENAY**  
WELCOME TO THIS 3 BEDROOM, 2 bathroom half duplex offering 1,471 sqft of comfortable living space with a functional ground level entry design. Upstairs features a bright and inviting kitchen enhanced by skylights, along with the dining and living areas and two bedrooms. Downstairs you'll find a spacious family room plus a third bedroom!

**\$584,900**



**Kevin Dol**  
Personal Real  
Estate Corporation

250-898-4158

Approved Service Provider to the DND Integrated Relocation Program



S1 (mat 1) Brendan Gibson



## Exercise AUTUMN STRIKE brings CF-18 training to Vancouver Island L'île de Vancouver accueille les CF-18 de l'exercice AUTUMN STRIKE

Aircraft and personnel from 4 Wing Cold Lake deployed to 19 Wing Comox from September 14 to 21 for Exercise AUTUMN STRIKE, a training activity designed to strengthen fighter force readiness and enhance aircrew proficiency in a complex coastal environment.

4 Wing Cold Lake is the primary fighter force training and operational centre for the Royal Canadian Air Force (RCAF), so training from 19 Wing Comox provides the opportunity to experience diverse terrain, helping to maintain the high level of readiness required of Canada's frontline fighter force.

During the exercise, CF-18 Hornets operated from 19 Wing Comox and conducted simulated close air support missions in the vicinity of Comox, northwest of Campbell River, and over mainland British Columbia near Mount Waddington. Aircrew also flew low-level training missions within the Comox Low Level Training Area (R-157), including Kingcome, Knight and Bute Inlets.

Exercises of this nature are critical to ensuring RCAF personnel remain prepared to respond effectively to domestic and international operational requirements. 4 Wing Cold Lake hosts and conducts advanced fighter training to prepare crews for the modern aerial battlespace.

AUTUMN STRIKE flight operations were carefully coordinated to ensure safety while minimizing disruption to local communities, though residents across Vancouver Island observed CF-18 activity – with much delight – as aircraft transited through designated training areas.

Du 14 au 21 septembre, la 4<sup>e</sup> Escadre Cold Lake a déployé du personnel et des aéronefs à la 19<sup>e</sup> Escadre Comox dans le cadre de l'exercice

AUTUMN STRIKE, une activité d'entraînement visant à renforcer l'état de préparation de la force de chasse et à perfectionner les compétences des équipages dans un environnement côtier complexe.

La 4<sup>e</sup> Escadre Cold Lake est le principal centre d'entraînement et d'opérations de la force de chasse de l'Aviation royale canadienne (ARC). Les activités menées à partir de la 19<sup>e</sup> Escadre Comox permettent aux équipages d'évoluer dans des environnements variés, contribuant ainsi à maintenir le haut niveau de préparation exigé de la force de chasse de première ligne du Canada.

Pendant l'exercice, des CF-18 Hornet ont été déployés depuis la 19<sup>e</sup> Escadre Comox pour effectuer des missions simulées d'appui aérien rapproché dans les environs de Comox, au nord-ouest de Campbell River, ainsi qu'au-dessus de la partie continentale de la Colombie-Britannique, près du mont Waddington. Les équipages ont également effectué des missions d'entraînement dans la zone d'entraînement à basse altitude de Comox (R-157), notamment dans les inlets Kingcome, Knight et Bute.

Les exercices de ce type sont essentiels au maintien de l'état de préparation du personnel de l'ARC afin qu'il puisse répondre efficacement aux besoins opérationnels, tant au pays qu'à l'étranger. La 4<sup>e</sup> Escadre Cold Lake organise et mène des activités d'instruction avancée de chasse afin de préparer les équipages à l'environnement opérationnel aérien moderne.

Les opérations aériennes de l'exercice AUTUMN STRIKE ont été soigneusement coordonnées pour assurer la sécurité et réduire au minimum les répercussions sur les collectivités locales. Les résidents de l'île de Vancouver ont toutefois été nombreux à apprécier le passage des CF-18 dans les zones d'entraînement désignées.

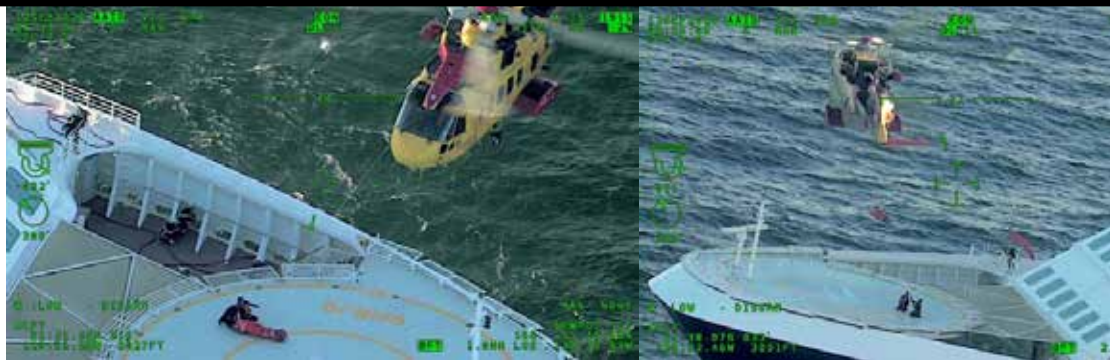
## Rescue at Sea: 442 Sqn supports multiple cruise ship medical evacuations Sauvetage en mer: Le 442<sup>e</sup> Esc effectue plusieurs évacuations médicales de navires de croisière

Members of 442 Transport and Rescue Squadron have conducted several medical evacuations (medevacs) from cruise ships sailing northwest of Port Hardy in recent weeks. On September 14, the Joint Rescue Coordination Centre (JRCC) Victoria tasked the squadron to evacuate a passenger from *Serenade of the Seas*, just two days after crews responded to a similar pre-dawn call on September 12. On September 8, 442 Squadron also evacuated an injured crew member from a cruise ship operating in the same region.

During these missions, a CH-149 Cormorant helicopter and a CC-295 Kingfisher aircraft work together to coordinate the evacuation with the ship's captain. The Kingfisher provides overwatch while search and rescue technicians are lowered from the hovering Cormorant to assess and stabilize the patient before preparing them for extraction. Once hoisted aboard the helicopter, the patient is transported to a suitable location and transferred to the care of Emergency Health Services personnel.

Au cours des dernières semaines, des membres du 442<sup>e</sup> Escadron de transport et de sauvetage ont effectué plusieurs évacuations médicales (medevacs) de navires de croisière naviguant au nord ouest de Port Hardy. Le 14 septembre, le centre conjoint de coordination des opérations de sauvetage – Victoria a chargé l'escadron d'évacuer un passager du *Serenade of the Seas*, deux jours seulement après que les équipages eurent répondu à un appel similaire avant l'aube, le 12 septembre. Le 8 septembre, le 442<sup>e</sup> Escadron a également évacué un membre d'équipage blessé d'un navire de croisière naviguant dans la même région.

Lors de ces interventions, un hélicoptère CH-149 Cormorant et un aéronef CC-295 Kingfisher unissent leurs efforts pour coordonner l'évacuation avec le capitaine du navire. Le pilote du Kingfisher assure la surveillance pendant que des techniciens en recherche et sauvetage descendent du Cormorant en vol stationnaire afin d'évaluer l'état du patient, de le stabiliser et de le préparer à son extraction. Une fois hissé à bord de l'hélicoptère, le patient est transporté à un endroit approprié, où il est confié aux soins du personnel des Services de santé d'urgence.



AVR Zhi Sheng Lin



Back (left to right) | Rangée arrière (de gauche à droite): Avr Pencarina, MCpl (Cplc) Shang, Cpl Larose, Avr Meigs, Avr Cicciarella, Avr Sampson, Cpl Rickard, Avr Collings, Cpl Gilroy, MCpl (Cplc) Daniels. Middle (left to right) | Rangée du milieu (de gauche à droite): MCpl (Cplc) Rouillier, Avr Conty, Cpl Panopio, Avr Martin, Avr Fenerty, Cpl Lariviere, Avr O'Reilly, Avr Pyle, Avr Orozco-Tamayo, Cpl Jackman, Avr Hodgeson. Seated (left to right) | Assis (de gauche à droite): Sgt Caron, WO (Adj) Robitaille, MWO (Adjum) Marchand, Lt Donaldson, Sgt MacLean, Sgt Swanson.

# 19 WING COMOX AIRPORT FIREFIGHTERS STAND READY LES POMPIERS DE L'AÉROPORT DE LA 19<sup>e</sup> ESCADRE COMOX SE TIENNENT PRÊTS

Sgt Jasjeet Grewal, 19 Wing Comox Fire Service | Service d'incendie de la 19<sup>e</sup> Escadre Comox

Members of the 19 Wing Comox Fire Service took part in observing Firefighters' National Memorial Day on September 13. We take a moment to recognize those who have made the ultimate sacrifice in service to others, and to reflect on the dedication of those who continue to stand ready to protect and serve their communities every day.

At 19 Wing Comox, our aircraft rescue and fire fighting (ARFF) team plays a critical role in protecting aircrew, passengers, and the 19 Wing community.

"Airport firefighters operate in an environment where seconds matter," explains Lt Faith Donaldson, 19 Wing Comox fire chief. "Whether responding to an aircraft emergency, fighting a fire, assisting during a rescue, or supporting emergency operations, they remain prepared to act when called upon."

Their work extends far beyond emergency response. Hours of training, equipment inspections, physical readiness, and continuous professional development ensure that when an alarm sounds, the team is prepared to meet the challenge.

"The nature of ARFF means that these firefighters may be called upon to respond to situations where the outcome is uncertain and the risks are significant," she adds. "They nevertheless answer the call, relying on their training, their equipment, and most importantly, their teammates."

On this Firefighters' Memorial Day, we remember those who have lost their lives while serving as crash fire rescue technicians, and we honour the commitment to service that continues to inspire those who protect others.

To the firefighters of 19 Wing Comox: thank you for being ready when it matters most. Your professionalism, courage, and dedication help keep our 19 Wing and aviation community safe.

Les membres du Service d'incendie de la 19<sup>e</sup> Escadre Comox ont pris part aux activités soulignant le Jour commémoratif national des pompiers le 13 septembre. Nous prenons un moment pour rendre hommage à ceux et celles qui ont donné leur vie au service des autres et pour saluer le dévouement des pompiers qui demeurent prêts à protéger et à servir leur communauté chaque jour.

À la 19<sup>e</sup> Escadre Comox, notre équipe de sauvetage et de lutte contre les incendies d'aéronefs (SLIA) joue un rôle essentiel dans la protection des équipages, des passagers et de la communauté de la 19<sup>e</sup> Escadre.

« Les pompiers d'aéroport accomplissent leur travail dans un environnement où chaque seconde compte, explique la lieutenant Faith Donaldson, chef du Service d'incendie de la 19<sup>e</sup> Escadre Comox. Qu'il

s'agisse d'une urgence aéronautique, d'un incendie, d'une opération de sauvetage ou d'un soutien aux interventions d'urgence, ils sont toujours prêts à intervenir. »

Leur travail ne se limite pas aux interventions d'urgence. Les nombreuses heures de formation, les inspections de l'équipement, le maintien de la condition physique et le perfectionnement professionnel continu permettent à l'équipe d'être prête à relever tous les défis lorsque l'alarme retentit.

« Les pompiers de l'équipe de SLIA sont parfois appelés à intervenir dans des situations où l'issue est incertaine et les risques importants, ajoute-t-elle. Ils répondent néanmoins à l'appel en faisant confiance à leur formation, à leur équipement et, surtout, aux membres de leur équipe. »

En ce Jour commémoratif national des pompiers, nous rendons hommage à tous ceux et celles qui ont perdu la vie dans l'exercice de leurs fonctions comme techniciens en SLIA, et nous saluons leur dévouement, qui continue d'inspirer les personnes qui se consacrent à la protection des autres.

Merci aux pompiers de la 19<sup>e</sup> Escadre Comox d'être toujours prêts à intervenir. Votre professionnalisme, votre courage et votre dévouement contribuent à la sécurité au sein de la 19<sup>e</sup> Escadre et de la communauté aéronautique.

**MLA BRENNAN DAY**

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

**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

**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**



## 19 Air Maintenance Squadron: Keeping air operations flying 19<sup>e</sup> Escadron de maintenance (Air): Maintien des opérations aériennes (vols)

OCdt (Élof) Carol Popkin, 19 Wing public affairs | Affaires publiques de la 19<sup>e</sup> Escadre

Avr Zhi Sheng Lin



For more than 30 years, the people of 19 Air Maintenance Squadron (AMS) have played a vital role in keeping air operations running at 19 Wing Comox. While aircrews are often the public face of RCAF missions, it is the technicians, engineers, and support staff of 19 AMS who work behind the scenes to ensure aircraft remain serviceable, safe, and ready to fly.

Formed on April 1, 1993, as part of an Air Command reorganization, 19 AMS carries on a long tradition of aircraft maintenance at Comox that dates to the former Base Aircraft Maintenance Engineering Organization (BAMEO). Today, the squadron provides specialized second-line maintenance support to aircraft from 19 Wing Comox and supports 443 Maritime Helicopter Squadron in Victoria.

Unlike frontline maintenance teams that focus on routine servicing and daily aircraft availability, 19 AMS specializes in complex repairs and technical support requiring dedicated workshops, specialized equipment, and advanced expertise, serving as a centre of technical excellence.

At the heart of 19 AMS are the technicians whose skills keep aircraft flying safely and reliably every day. Aviation Systems technicians, avionics systems technicians, aircraft structures technicians, and air weapons systems technicians maintain and repair the mechanical, electronic, structural, and weapons systems that aircraft depend on to operate effectively and remain mission ready. Supporting them are non-destructive testing specialists who use advanced inspection methods to identify hidden defects before they become flight safety concerns.

Some of the squadron's most unique capabilities are exercised far from the hangar. Leading the

19 Wing Recovery and Salvage Team, members provide a high-readiness capability that responds to aircraft incidents and crash recoveries across some of British Columbia's most challenging terrain. Working with military and civilian partners, the team recovers aircraft components, supports environmental remediation, and maintains readiness for real-world emergencies.

The squadron is also home to the Explosive Disposal Flight, which responds to unexploded ordnance, military munitions, improvised explosive devices, and suspicious packages across a vast geographic area. Their expertise has earned national recognition, including a Chief of Defence Staff Small Unit Commendation.

Supporting aircraft operations, the Aircrew Life Support Equipment section maintains critical survival equipment used across several RCAF fleets. Organizations such as quality management, aircraft maintenance control and records, and the Wing tool control centre help ensure all maintenance activities meet stringent aviation safety and regulatory standards.

Maintaining military aircraft far beyond their original intended service lives remains one of the greatest challenges in aviation, and for decades, 19 AMS personnel have helped sustain some of Canada's most iconic aircraft fleets. They supported the CH-124 Sea King helicopter from 1963 until its retirement in 2018, the CH-113 Labrador helicopter from 1963 to 2004, and the CC-115 Buffalo fixed-wing search and rescue aircraft from 1967 to 2022. Today, they continue to support the CP-140 Aurora fleet as it approaches five decades of service, demonstrating the squadron's enduring ability to adapt and innovate.

While technology, facilities, and aircraft continue to evolve, the foundation of 19 AMS remains its people. Every day, 19 AMS personnel combine their expertise to sustain search and rescue operations, maritime patrol missions, sovereignty tasks, humanitarian assistance efforts, and routine flying activities across Canada's west coast. Few Canadians will ever see the squadron's work firsthand, yet every successful mission depends on the dedication, professionalism, and technical excellence that define 19 Air Maintenance Squadron.

Depuis plus de 30 ans, les membres du 19<sup>e</sup> Escadron de maintenance (Air) (19 EMA) jouent un rôle essentiel dans le maintien des opérations aériennes à la 19<sup>e</sup> Escadre Comox. Bien que les équipages soient souvent le visage public des missions de l'Aviation royale canadienne (ARC), ce sont les techniciens, les ingénieurs et le personnel de soutien de 19 EMA qui travaillent en coulisse pour veiller à ce que les aéronefs restent en état de marche, sécuritaires et prêts à voler.

Créé le 1<sup>er</sup> avril 1993 dans le cadre d'une réorganisation du Commandement aérien, le 19 EMA perpétue une longue tradition de maintenance des aéronefs à Comox qui remonte à l'ancien Bureau des techniques de maintenance des aéronefs. Aujourd'hui, l'escadron fournit un soutien spécialisé en maintenance de deuxième ligne aux aéronefs de la 19<sup>e</sup> Escadre Comox et appuie le 443<sup>e</sup> Escadron d'hélicoptères maritimes à Victoria.

Contrairement aux équipes de maintenance de première ligne qui se concentrent sur la maintenance courante et la disponibilité quotidienne des aéronefs, le 19 EMA est spécialisé dans les réparations complexes et le soutien technique nécessitant des ateliers spéciaux, de l'équipement spécialisé et une expertise de pointe, faisant ainsi office de centre d'excellence technique.

Au cœur du 19 EMA se trouvent les techniciens dont les compétences permettent aux aéronefs de voler chaque jour en toute sécurité et fiabilité. Les techniciens en systèmes aéronautiques, les techniciens en systèmes avioniques, les techniciens en structures d'aéronefs et les techniciens en systèmes d'armement aérien assurent la maintenance et la réparation des systèmes mécaniques, électroniques, structuraux et d'armement dont dépendent les aéronefs pour fonctionner efficacement et rester opérationnels. Ils sont appuyés par des spécialistes des essais non destructifs qui utilisent des méthodes d'inspection avancées pour détecter les défauts cachés avant qu'ils ne constituent un risque pour la sécurité aérienne.

Certaines des capacités les plus singulières de



**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



**NATIONAL DAY  
OF TRUTH AND  
RECONCILIATION**

SEPTEMBER 30



(250)-334-3656 479 4TH ST.  
hitecprint.com COURTENAY

brazen@brazencanadian.com

Mon-Thurs 10-4 / closed Fri-Sun / We will be close Wednesday Sept 30th in recognition

VISIT | LEARN | REMEMBER




[www.comoxairforcemuseum.ca](http://www.comoxairforcemuseum.ca)



l'escadron s'exerce loin du hangar. À la tête de l'équipe de récupération de la 19<sup>e</sup> Escadre, les membres assurent une capacité de disponibilité opérationnelle élevée permettant d'intervenir en cas d'incidents aériens et de récupérer des épaves sur certains des terrains les plus difficiles de la Colombie-Britannique. En collaboration avec des partenaires militaires et civils, l'équipe récupère des composants d'aéronefs, contribue à la remise en état de l'environnement et maintient la disponibilité opérationnelle afin d'intervenir en cas de situations d'urgence réelles.

L'escadron abrite également l'escadrille de neutralisation des explosifs, qui intervient en présence de munitions non explosées, de munitions militaires, d'engins explosifs improvisés ou de colis suspects sur un vaste territoire. Son expertise lui a valu une reconnaissance nationale, notamment une mention élogieuse des petites unités du Chef d'état-major de la Défense.

Afin de soutenir les opérations aériennes, la section de l'équipement de survie du personnel navigant assure la maintenance des équipements de survie essentiels utilisés au sein de plusieurs flottes de l'ARC. La gestion de la qualité, les contrôles et les registres de maintenance des aéronefs, ainsi que le Centre de contrôle de l'outillage de l'escadre contribuent à garantir que toutes les activités de maintenance respectent les normes strictes en matière de sécurité aérienne et les exigences réglementaires.

La maintenance des aéronefs militaires bien au-delà de leur durée de vie initialement prévue reste l'un des plus grands défis de l'aviation, et depuis des décennies, 19 membres du personnel du 19 EMA contribuent à assurer la pérennité de certaines des flottes d'aéronefs les plus emblématiques du Canada. Ces derniers ont d'ailleurs assuré la maintenance de l'hélicoptère CH-124 Sea King de 1963 jusqu'à sa mise hors service en 2018, de l'hélicoptère CH-113 Labrador de 1963 à 2004 et de l'aéronef de recherche et sauvetage de type CC-115 Buffalo de 1967 à 2022. Aujourd'hui, ils continuent d'assurer le soutien de la flotte de CP-140 Aurora, qui approche de ses cinq décennies de service, démontrant ainsi la capacité durable de l'escadron à s'adapter et à innover.

Si la technologie, les installations et les aéronefs ne cessent d'évoluer, ce sont les membres du 19 EMA qui en constituent le pilier. Chaque jour, le personnel du 19 EMA met en commun son expertise pour mener à bien des opérations de recherche et de sauvetage, des missions de patrouille maritime, des tâches liées à la souveraineté, des efforts d'aide humanitaire et les activités aériennes courantes sur la côte ouest du Canada. Peu de Canadiens auront l'occasion de voir de leurs propres yeux le travail de l'escadron, mais chaque mission réussie repose sur le dévouement, le professionnalisme et l'excellence technique qui caractérisent le 19<sup>e</sup> Escadron de maintenance (Air).



Watch for more! This fall, the Comox Air Force Museum will unveil a dedicated 19 AMS exhibit in their main gallery, honouring the squadron's legacy of *Superbia et Excellentia* (Pride and Excellence). The exhibit will recognize the generations of personnel whose skill, dedication, and innovation have kept the aircraft at 19 Wing Comox mission ready for more than 30 years. To learn more about the museum visit [comoxairforcemuseum.ca](http://comoxairforcemuseum.ca).

Restez à l'affût! Cet automne, le musée de la Force aérienne de Comox inaugurera, dans sa galerie principale, une exposition consacrée au 19 EMA, rendant ainsi hommage à l'héritage de l'escadron, incarné par la devise *Superbia et Excellentia* (Fierté et excellence). Cette exposition rendra hommage aux générations de membres du personnel dont le savoir-faire, le dévouement et l'esprit d'innovation ont permis de maintenir les appareils à la 19<sup>e</sup> Escadre Comox en état de disponibilité opérationnelle pendant plus de 30 ans. Pour en apprendre davantage sur le musée, visitez [comoxairforcemuseum.ca](http://comoxairforcemuseum.ca).

## Non-Stop to Mexico

Returning October 25th



[comoxairport.com/pvr](http://comoxairport.com/pvr)



# HCol Quartermain joins the Wolf Pack

## Le colonel honoraire Quartermain se joint à la meute

2Lt (Slt) Gabrielle Phillips, 19 Mission Support Squadron | 19<sup>e</sup> Escadron de soutien de mission

While much of 19 Wing was focused on the change of command parade on August 25, members of 19 Mission Support Squadron (MSS) had an opportunity to showcase something equally important: the people and capabilities that quietly keep the Wing operating every day.

19 Wing Honorary Colonel (HCol) Robert Quartermain spent the day with the 19 MSS Wolf Pack, touring key capabilities across the squadron before hosting a luncheon for 19 MSS personnel.

The visit provided members with an opportunity to engage directly with the Honorary Colonel to share their experiences and highlight the unseen work that makes up the Squadron's support to operations across the Wing.

The day began with visits to the fuel farm and refuelling sections where HCol Quartermain's background as a geologist and mining executive sparked discussions on fuel systems, infrastructure, resource management, and the expertise required to sustain operations. He noted that smartphones rely on countless minerals and elements sourced from around the world, and just as those materials must come together to create a single device, successful air operations depend on a diverse team of specialists working behind the scenes to enable the mission.

HCol Quartermain joined more than a hundred squadron members at the Junior Ranks' Mess for lunch where he discussed occupations, career experiences, successes, and challenges.

Drawing on a distinguished career that led to his induction into the Canadian Mining Hall of Fame and, more recently, his appointment as a Member of the Order of Canada, he shared leadership lessons from industry and highlighted the similarities between mining operations and mission support organizations, where success depends on skilled professionals, logistics, infrastructure, and support teams working together to achieve results.

Following the luncheon, HCol Quartermain continued his tour with visits to Wing foods and the fire hall. At the fire hall firefighters lifted HCol Quartermain above the airfield in the aerial platform, providing a unique perspective of the Wing, its infrastructure, and the scale of the operations supported daily by 19 MSS.

For 19 MSS the visit was an opportunity to demonstrate what it means to "Support the Pack." HCol Quartermain gained a deeper appreciation for the people, capabilities, and professionalism that define 19 MSS, and in return, the squadron was reminded that its Honorary Colonel is not just an advocate for the Pack, but very much a part of it.

Alors qu'une grande partie de la 19<sup>e</sup> Escadre avait les yeux tournés vers la cérémonie de passation de commandement du 25 août, les membres du 19<sup>e</sup> Escadron de soutien de mission (19 ESM) ont eu l'occasion de mettre en valeur des éléments tout aussi essentiels, c'est-à-dire les personnes et les capacités qui assurent discrètement le fonctionnement quotidien de l'escadre.

Le colonel honoraire (Col honoraire) Robert Quartermain de la 19<sup>e</sup> Escadre a passé la journée avec la meute du 19 ESM, où il a visité plusieurs de ses principales capacités avant de présider un dîner à l'intention de son personnel.

Cette visite a permis aux membres de s'entretenir directement avec le col honoraire pour lui faire part de leur expérience et mettre en lumière le travail souvent invisible



LCol Wheaton-Sparkes, HCol (Col honoraire) Quartermain, Cpl Lindia

qui sous-tend le soutien apporté par l'escadron aux opérations de l'escadre.

La journée a commencé par la visite du parc de stockage et de la section de ravitaillement en carburant, où la formation de géologue du Col honoraire Quartermain et son expérience en tant que cadre dans l'industrie minière ont nourri les échanges sur les systèmes d'alimentation, les infrastructures, la gestion des ressources et l'expertise nécessaire au maintien des opérations. Il a souligné que les téléphones intelligents dépendent d'innombrables minéraux et éléments provenant des quatre coins du monde et que, tout comme ces matériaux doivent être réunis pour fabriquer un seul appareil, le succès des opérations aériennes repose sur une équipe diversifiée de spécialistes qui travaillent dans l'ombre pour mener à bien la mission.

Le Col honoraire Quartermain s'est joint à plus d'une centaine de membres de l'escadron au mess des caporaux et des soldats pour le dîner, où il a discuté des divers métiers, des expériences professionnelles, des réussites et des défis qui jalonnent une carrière.

Fort d'une brillante carrière qui lui a valu d'être intronisé au Temple de la renommée du secteur minier canadien et, plus récemment, d'être nommé membre de l'Ordre du Canada, il a fait part des leçons de leadership tirées de son expérience dans l'industrie et mis en lumière les similitudes entre les activités minières et les organisations de soutien de la mission, où le succès repose sur des professionnels qualifiés, la logistique, les infrastructures et les équipes de soutien qui travaillent de concert à l'atteinte des résultats.

Après le dîner, le Col honoraire Quartermain a poursuivi sa visite en se rendant aux Services d'alimentation de l'escadre et à la caserne des pompiers. À la caserne, le personnel du Service d'incendie a fait monter le Col honoraire Quartermain dans la plateforme aérienne, d'où il a pu admirer une vue unique de l'escadre, de ses infrastructures et de l'ampleur des opérations auxquelles le 19 ESM apporte quotidiennement son soutien.

Pour le 19 ESM, cette visite a été l'occasion de démontrer ce que signifie réellement «soutenir la meute». Cette visite a permis au Col honoraire Quartermain de constater de première main les capacités du 19 ESM ainsi que le professionnalisme et le dévouement de son personnel. Quant à l'escadron, il a constaté une fois de plus que son colonel honoraire n'est pas seulement un défenseur de la meute, mais qu'il en fait véritablement partie.

## SAVE THE DATE

## RÉSERVEZ LA DATE

OCTOBER 14 | 14 OCTOBRE

Discover base clubs and make new connections.  
Mocktails and childminding on us.

Découvrez les clubs de la base et faites de nouvelles rencontres.  
Cocktails sans alcool et garde d'enfants offerts par nos soins.

# 19 WING

## COMMUNITY DAY

**MILITARY APPRECIATION: 10% OFF PARTS & SERVICE**



## Sunwest RvCentre

**SALES & PARTS**  
250-338-5355  
2800 Cliffe Avenue  
Courtenay, BC



**SERVICE**  
250-338-5355  
2683 Moray Ave  
Courtenay, BC

[www.sunwestrv.com](http://www.sunwestrv.com)



"H2H does anything they can to get Veterans and their families into second careers."  
Tony, Military to Carpenter and H2H Advisor

Learn more  
En savoir plus

« DRB fait tout son possible pour aider les vétérans et leurs familles à se lancer dans une seconde carrière. »  
Militaire devenu charpentier-menuisier et conseiller chez DRB

**HELMETSTO HARDHATS.CA**



Funded in part by the Government of Canada's Canadian Apprenticeship Strategy  
Financé en partie par le gouvernement du Canada par le biais de la Stratégie canadienne en matière d'apprentissage

Canada



**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



**LOCALLY OWNED, FAMILY OPERATED**

/19WingTotemTimes

/19wingcomoxpsp

/comoxmfc

/ComoxAirForceMuseum



## 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
- REMAX Lifetime Achievement
- REMAX Hall of Fame
- REMAX Platinum Club
- IRP Approved Realtor

leah@leahreichelt.com

Cell 250.338.3888

**Leah REICHELT**



282 Anderton Rd  
Comox BC V9M 1Y2  
Office 250.339.2021



**COFFEE CABIN**

BY **Bigfoot Donuts**

1466 RYAN RD E  
COMOX

LET US  
SERVE YOU FOR  
A CHANGE!

Breakfast & Lunch  
House Roasted Coffee  
Scratch Baking & Donuts

FOLLOW US @BIGFOOT.COFFEE.CABIN



**ISLAND POWERED.  
ISLAND TRUSTED.**

- Home Solar PV Systems •
- Commercial Solar PV Systems •
- Energy Storage and Batteries •
- EV Chargers •



**MILITARY & FIRST RESPONDER**  
SERVICE DISCOUNT AVAILABLE



25  
YEARS

250 336 0060 • islandpowered.ca



# GET ON BOARD

HELP SHAPE THE FUTURE OF THE COMOX MILITARY FAMILY RESOURCE CENTRE BY JOINING THE BOARD OF DIRECTORS

# MONTEZ À BORD



CONTRIBUEZ À FAÇONNER L'AVENIR DU CENTRE DE RESSOURCES POUR LES FAMILLES DES MILITAIRES DE COMOX EN VOUS JOIGNANT AU CONSEIL D'ADMINISTRATION

## ROYAL CANADIAN LEGION COURTENAY BRANCH 17 DONATES \$4,000 TO THE MFRC LA FILIALE NO 17 DE COURTENAY DE LA LÉGIION ROYALE CANADIENNE A REMIS UN DON DE 4 000\$ AU CRFM

"Support like this means no military family has to navigate a tough time on their own – it gives the Comox Military Family Resource Centre the flexibility to step in quickly when a family faces something urgent or unexpected, while also helping us keep offering the events and programs that bring our military families together."



«Grâce à ce genre de soutien, aucune famille de militaires n'a à traverser seule une période difficile. Des dons comme celui-ci donnent au Centre de ressources pour les familles des militaires de Comox la souplesse nécessaire pour intervenir rapidement lorsqu'une famille est confrontée à une situation urgente ou imprévue, tout en nous aidant à continuer d'offrir les activités et les programmes qui rassemblent nos familles de militaires.»

## Support the Royal Canadian Legion Comox Branch 160 Appuyez la Filiale 160 – Comox de la Légion royale canadienne

**Wednesday Soup and Sandwich**, Comox Legion Upper Hall, 1825 Comox Avenue  
11:30 am to 1 pm, \$15 - includes dessert and tea or coffee

**Soupe et sandwich du mercredi**, Partie supérieure du foyer de la Filiale Comox de la Légion  
1825, avenue Comox, De 11h30 à 13h, 15\$ - dessert, thé ou café compris

**September 23, October 14, October 28, November 25, December 9**  
**23 septembre, 14 octobre, 28 octobre, 25 novembre, 9 décembre**

**Everyone is welcome! Vous êtes tous les bienvenus!**

# VOTE X YOUR VALUES.

## LOCAL GOVERNMENT ELECTIONS ARE SATURDAY, OCTOBER 17

Vote on October 17 and make our region a better place to live.

All general voting places are open 8 am to 8 pm. Be part of the process.

**FOR VOTING INFORMATION, VISIT: [COURTENAY.CA](http://COURTENAY.CA) | [CUMBERLAND.CA](http://CUMBERLAND.CA) | [COMOXVALLEYRD.CA](http://COMOXVALLEYRD.CA)**

# Taking flight beyond the uniform: the air cadet who built How 2 Cadet

## Prendre son envol au-delà de l'uniforme: le cadet de l'Air qui a fondé la chaîne Comment devenir cadet

Lt Danwei Zeng, Assistant Unit Public Affairs Representative | représentante adjointe des Affaires publiques de l'unité

Since joining the Royal Canadian Air Cadet Program in 2016, Civilian Instructor (CI) Thomas Frankowski has transformed his passion for aviation into a career, earning a commercial pilot licence, becoming a cadet instructor, and founding the How 2 Cadet channel.

What began as an effort to help cadets stay engaged during the COVID-19 pandemic evolved into a widely used online learning resource. Through practical instructional videos, How 2 Cadet has generated more than 1.4 million views and 43,000 watch hours, supporting cadets nationwide and demonstrating CI Frankowski's commitment to mentorship.

"Many of the opportunities that have shaped my life came from being willing to explore something new and take chances," said CI Frankowski.

When the COVID-19 pandemic suspended cadet training and the Glider Pilot Scholarship for which he had been selected, Frankowski transformed a setback into an opportunity. Recognizing a need for accessible online training resources, he launched the How 2 Cadet channel on YouTube in 2020 to provide practical guidance for fellow cadets.

The channel quickly expanded from a single instructional video into a widely used training resource for cadets across Canada.

At the same time, CI Frankowski continued pursuing his aviation goals, earning both his private pilot licence and commercial pilot licence while logging more than 250 flight hours. His experience also extends beyond aviation, including roles as a ski patroller, mountain crew supervisor, contract forest fire medic, and ramp agent with Air Canada.

Today, as a Civilian Instructor with 103 Thunderbird Royal Canadian Air Cadet Squadron, and a qualified glider tow pilot, he remains dedicated to supporting and mentoring the next generation of cadets.

"The original purpose of the channel was to help make cadet knowledge more accessible, and I hope future content can continue supporting young people who are interested in the program," he said.

His journey illustrates the lasting impact of the Air Cadet Program and the opportunities it provides for leadership, service, and personal growth. To learn more about the Cadet Program, visit [canada.ca/cadets](http://canada.ca/cadets).

Depuis qu'il s'est joint au Programme des cadets de l'Aviation royale du Canada en 2016, l'instructeur civil (IC) Thomas Frankowski a



Lt Danwei Zeng

transformé sa passion pour l'aviation en une carrière. Il a obtenu une licence de pilote professionnel, est instructeur de cadets et a fondé la chaîne Comment devenir cadet (titre original: How 2 Cadet).

Ce qui a commencé comme une volonté d'aider les cadets à rester engagés pendant la pandémie de COVID-19 est devenu une ressource d'apprentissage en ligne comptant un vaste auditoire. Grâce à des vidéos d'apprentissage pratique, Comment devenir cadet a généré plus de 1,4 million de visionnements et 43 000 heures de visionnement, soutenant les cadets du pays et montrant le dévouement de l'IC Frankowski envers le mentorat.

«Bon nombre des opportunités qui ont façonné ma vie sont venues de ma volonté d'explorer de nouvelles choses et de prendre des risques», a déclaré l'IC Frankowski.

Lorsque, à cause de la pandémie de COVID-19, l'instruction des cadets et la bourse de pilote de planeur pour laquelle il avait été sélectionné ont été suspendues, Frankowski a transformé un revers en opportunité. Reconnaissant le manque de ressources d'instruction en ligne accessibles, il a lancé en 2020 la chaîne Comment devenir cadet afin d'offrir des conseils pratiques aux autres cadets.

La chaîne est rapidement passée d'une seule

vidéo d'apprentissage à une ressource d'instruction largement utilisée par les cadets partout au Canada.

Parallèlement, l'IC Frankowski a poursuivi ses objectifs en aviation et obtenu ses licences de pilote privé et de pilote professionnel tout en accumulant plus de 250 heures de vol. Son expérience s'étend également au-delà de l'aviation, notamment en tant que patrouilleur de ski, superviseur d'équipe de montagne, secouriste de pompiers forestiers à contrat et agent de piste chez Air Canada.

Aujourd'hui, en tant qu'instructeur civil au sein du 103<sup>e</sup> Escadron Thunderbird des cadets de l'Aviation royale du Canada et pilote de remorquage qualifié, il demeure dévoué au soutien et à l'encadrement de la prochaine génération de cadets.

«Le but initial de la chaîne était de rendre les connaissances requises pour les cadets plus accessibles, et j'espère que le contenu à venir continuera d'aider les jeunes qui s'intéressent au programme», a-t-il dit.

Son parcours illustre l'influence durable du Programme des cadets de l'Air et les possibilités qu'il offre en matière de leadership, de service et de croissance personnelle. Pour en apprendre davantage sur le programme: [canada.ca/cadets](http://canada.ca/cadets)

**CANEX**

**CANADA'S MILITARY STORE**

**CANEX.CA**

**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.

**2355 Mansfield Dr., Courtenay**

**250-334-4500**

[www.whistlestoppub.com](http://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.\*



## National Day for Truth and Reconciliation

## Journée nationale de la vérité et de la réconciliation



September 30 is the National Day for Truth and Reconciliation and a time for all Canadians to reflect on the history and legacy of residential schools, and to honour the survivors, their families, and communities. Seven residential schools were located on Vancouver Island.

This may be a day of quiet reflection, a day to wear orange in support, or to participate in a community event.

In the Comox Valley residents can demonstrate community spirit and a commitment to reconciliation by taking part in the Comox Valley Spirit Walk starting at 10am at Lewis Park in Courtenay. For details follow the

Comox Valley MIKI'SIW Métis Association on Facebook.

In Campbell River, the Nanwakolas Council is creating space for conversation, reflection, learning, and connection by offering a community-focused gathering: ReStorying the Land on National Truth and Reconciliation Day.

Explore what restorying means, how inherited stories and assumptions shape the ways we work and relate to people and place, and what reconciliation can look like in our professional and personal lives. The gathering will take place at the Maritime Heritage Centre from 6 to 8pm, and it will be livestreamed for anyone who cannot travel to Campbell River.



Le 30 septembre est la Journée nationale de la vérité et de la réconciliation, une occasion pour tous les Canadiens de réfléchir à l'histoire et aux conséquences durables des pensionnats, et de rendre hommage aux survivants, à leurs familles et à leurs communautés. Sept pensionnats se trouvaient sur l'île de Vancouver.

Cette journée peut être consacrée à la réflexion en silence, au port de la couleur orange en signe d'appui ou à la participation à une activité communautaire.

Dans la vallée de Comox, les résidents peuvent manifester leur appui à la réconciliation et leur engagement envers leur collectivité en participant à la marche spirituelle de la vallée de Comox (Comox Valley Spirit Walk), qui débutera à 10 h au parc Lewis, à Courtenay. Pour rester à l'affût des nouvelles concernant l'activité, suivez l'association métisse mikisew de la vallée de Comox sur Facebook.

À Campbell River, le conseil Nanwakolas invite la communauté à se réunir pour échanger, réfléchir, apprendre et tisser des liens dans le cadre de ReStorying the Land, organisé à l'occasion de la Journée nationale de la vérité et de la réconciliation.

Découvrez ce que signifie le concept de restorying, comment les récits et les idées reçues dont nous avons hérité façonnent notre façon de travailler et nos relations avec les autres et le territoire, ainsi que les formes que peut prendre la réconciliation dans notre vie professionnelle et personnelle. Le rassemblement aura lieu au Maritime Heritage Centre de 18 h à 20 h. L'activité sera également diffusée en direct pour les personnes qui ne peuvent se rendre à Campbell River.

## TOTEM TIMES

19 Wing Comox | totemtimes@gmail.com

### Editorial advisors | conseillers militaires

19wingpublicaffairs@forces.gc.ca  
Capt Brad Little, Capt Sabrina Martellino,  
OCdt (Élof) Carol Popkin

### Managing editor | gestionnaire

Camille Douglas

### Graphic designer | graphiste

Gillian Ottaway

### 19 Wing Imagery Flight | escadrille d'imagerie

S2 (Mat 2) Augustyn, PO2 (M2) Bard,  
Cpl Dhagat, S1 (Mat 1) Gibson,  
Avr Lin, MCpl (Cplc) Pomarenski



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<sup>e</sup> 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



In the spirit of reconciliation, it is encouraged that local organizations show acknowledgement of the K'ómoks First Nation Unceded Traditional Territory at their gatherings. The recommended phrase is: "We respectfully acknowledge that the land we gather on is on the Unceded Traditional Territory of the K'ómoks First Nation, the traditional keepers of this land."

**Discover more about the origin stories, history, and languages of the K'ómoks First Nation at [komoks.ca](http://komoks.ca).**

Dans un esprit de réconciliation, les organisations locales sont encouragées à reconnaître le territoire traditionnel non cédé de la Première Nation des K'ómoks lors de leurs rassemblements. Voici la formule recommandée: « Nous tenons à reconnaître respectueusement que nous nous réunissons aujourd'hui sur le territoire traditionnel non cédé de la Première Nation des K'ómoks, gardienne traditionnelle de ces terres. »

**Pour en apprendre davantage sur les récits traditionnels, l'histoire et les langues de la Première Nation des K'ómoks, consultez [komoks.ca](http://komoks.ca).**

## RECONCILIATION STARTS WITH EDUCATION LA RÉCONCILIATION COMMENCE PAR L'ÉDUCATION

Learning and commemorating the truth of our history from First Nations, Métis, and Inuit knowledge keepers is an important part on the path of reconciliation. Interested in learning more? Access learning resources at the National Centre for Truth and Reconciliation: [nctr.ca](http://nctr.ca). Access a series of webinars, free curriculum resources for students, and national events. Within the Canada School of Public Service (CSPS), members of the 19 Wing Comox Defence Team can access a two-hour webcast on September 29: Advancing Reconciliation Through Meaningful Engagement and Indigenous-Led Wellness. Visit the CSPS at [Canada.ca](http://Canada.ca) to register.

Apprendre la vérité sur notre histoire auprès des gardiens du savoir des Premières Nations, des Métis et des Inuits et en préserver la mémoire constitue une étape importante du processus de réconciliation. Vous souhaitez en apprendre davantage? Pour accéder à des ressources d'apprentissage, consultez le site du Centre national pour la vérité et la réconciliation : [nctr.ca](http://nctr.ca). Vous y trouverez une série de webinaires, des ressources pédagogiques gratuites pour les élèves ainsi que des activités offertes partout au pays. L'École de la fonction publique du Canada (EFPC) tiendra un webinaire de deux heures le 29 septembre à l'intention des membres de l'Équipe de la Défense de la 19<sup>e</sup> Escadre Comox : Faire avancer la réconciliation grâce à une mobilisation porteuse de sens et au ressourcement dirigé par les Autochtones. Visitez la page de l'EFPC à [canada.ca](http://canada.ca) pour vous inscrire.

## JOIN THE 19 WING DIAG JOIGNEZ-VOUS AU GCAD DE LA 19<sup>e</sup> ESCADRE

The Defence Indigenous Advisory Group (DIAG) offers Indigenous members and allies of the CAF and DND with a space to connect, share knowledge, and contribute their talents in support of colleagues, senior leaders, and subordinates. By advising, networking, and raising awareness, the group works to address systemic barriers and strengthen inclusivity across 19 Wing Comox and the Defence Team. Contact Maj Boswall, 19 Wing Indigenous and community relations officer, to learn more: [Jennifer.Boswall@forces.gc.ca](mailto:Jennifer.Boswall@forces.gc.ca).

Le Groupe consultatif des Autochtones de la Défense (GCAD) offre aux membres autochtones et à leurs alliés au sein des FAC et du MDN un lieu de rencontre et d'échange où ils peuvent faire part de leurs connaissances et mettre leurs talents au service de leurs collègues, de leurs supérieurs et de leurs subordonnés. Le groupe contribue à éliminer les obstacles systémiques et à favoriser l'inclusion au sein de la 19<sup>e</sup> Escadre Comox et de l'Équipe de la Défense au moyen d'activités de consultation, de réseautage et de sensibilisation. Pour obtenir de plus amples renseignements, communiquez avec la majeure Boswall, agente des relations avec les Autochtones et la communauté de la 19<sup>e</sup> Escadre à [Jennifer.Boswall@forces.gc.ca](mailto:Jennifer.Boswall@forces.gc.ca).

## GLACIER GARDENS ARENA: SEP 9 TO DEC 18 ARÉNA GLACIER GARDENS: DU 9 SEP AU 18 DÉC

**Open Skate:** Enjoy casual recreational skating for all ages and abilities. A CSA-approved hockey helmet is mandatory for participants under 18 years, and children under 13 years require adult supervision.  
**Tuesdays** - 8:30 to 10am, **Thursdays** - 5:15 to 6:15pm  
**Saturdays and Sundays** - 1:30 to 2:30pm

**Stick & Puck:** Casual non-instructional on-ice sessions for individual skill development where you get to shoot, stickhandle, and pass pucks around. CSA approved hockey helmets with full cages and hockey gloves for skaters 18 plus, and full equipment required for under 18 years. **Mondays** - 7:45 to 9am, **Wednesdays** - 4 to 5pm

**Noon Hour Hockey:** Adult drop in shinny open to military, defence team, and rec pass holders 18 years of age and older. Bring your own gear - full protective equipment is required.  
**Fridays** - 11:30 am to 12:30 pm

### NEW! Pay at the gym and skate at the arena!

To help streamline operations and enhance customer service during skate programs, payments for arena activities will now be processed at the Customer Service Counter at the 19 Wing Fitness & Community Centre. Questions? Give them a call at local 252-8315!

A convenient 5-visit punch card offers great value and makes it easy to enjoy regular skating sessions.

**Adult 5-visit punch card:** \$20, **Child 5-visit punch card:** \$12

Not ready to commit? No problem! Single-visit skate admissions are available. **Adult single visit:** \$5, **Child single visit:** \$3

**Free admission - as always - for military members, military families, and recreation pass holders!** Present your valid military ID, family ID, or recreation pass membership card.

**Patinage libre:** Venez profiter d'une séance de patinage libre ouverte aux personnes de tous âges et de tous niveaux. Le port d'un casque de hockey homologué CSA est obligatoire pour les participants de moins de 18 ans. Les enfants de moins de 13 ans doivent être accompagnés d'un adulte. **Mardi** — de 8h30 à 10 h, **Jeudi** — de 17h15 à 18h15, **Samedi et dimanche** — de 13h30 à 14h30

**Bâton et rondelle:** Séances sur glace décontractées, sans encadrement, destinées au développement des habiletés individuelles, au cours desquelles vous pourrez manier le bâton ainsi que lancer et passer des rondelles. Le port d'un casque de hockey homologué CSA avec grille intégrale et de gants de hockey est obligatoire pour les patineurs de 18 ans et plus. Le port d'un équipement complet est obligatoire pour les moins de 18 ans. **Lundi** — de 7h45 à 9h, **Mercredi** — de 16h à 17h

**Séance de hockey du midi:** Séance de hockey libre pour adultes réservée aux militaires, aux membres de l'Équipe de la Défense et aux détenteurs du laissez-passer du centre récréatif âgés d'au moins 18 ans. Apportez votre propre équipement: le port d'un équipement de protection complet est obligatoire. **Vendredi** — de 11h30 à 12h30

### NOUVEAUTÉ! Payez à la salle de sport et patinez à l'aréna!

Afin de simplifier les opérations et d'améliorer le service à la clientèle pendant les programmes de patinage, les frais liés aux activités de l'aréna seront désormais perçus au comptoir du service à la clientèle du Centre récréatif et communautaire de la 19<sup>e</sup> Escadre. Des questions? Composez le 252-8315!

Une carte à perforer de cinq visites constitue une option avantageuse et facilite la participation régulière aux séances de patinage.

**Carte à perforer de cinq visites pour adulte:** 20\$

**Carte à perforer de cinq visites pour enfant:** 12\$

Vous n'êtes pas prêt à vous engager? Pas de problème! Des billets d'entrée pour une seule visite sont disponibles.

**Entrée unique pour adulte:** 5\$, **Entrée unique pour enfant:** 3\$

**L'entrée est gratuite, comme toujours, pour les militaires, les familles des militaires et les détenteurs d'un laissez-passer du centre récréatif!** Il suffit de présenter une carte d'identité militaire valide, une carte d'identité militaire familiale ou un laissez-passer du centre récréatif.

1435 Military Row  
250-339-8211, 252-8314

Facilities coordinator | Coordination des installations:  
[Kelly.Savoie@forces.gc.ca](mailto:Kelly.Savoie@forces.gc.ca)



# MT. WASHINGTON



## MILITARY GOLD PASS

AVAILABLE NOW

# SAVE \$100 OFF YOUR PASS

UNTIL NOV 11TH AND TAKE ADVANTAGE OF ALPINE & NORDIC SKIING!

# PLUS! >

ENJOY THESE ADDITIONAL PERKS:

- Unlimited Alpine skiing and riding
- Unlimited Nordic skiing and snowshoeing
- 7-day-a-week access including night skiing
- All Gold Pass Holder benefits, see Xtra's for full details
- 2-for-1 Eagles Flight Zip-tour tickets in the summer
- (6) 50% off Buddy Tickets if purchased before the November 11th deadline, (2) 50% off Buddy Tickets after

SCAN HERE FOR MORE INFO



[MOUNTWASHINGTON.CA/MILITARY-GOLD-PASS](http://MOUNTWASHINGTON.CA/MILITARY-GOLD-PASS)