

Community events

***** une version française suit ce message *****

Community events are updated regularly. Content must not exceed 100 words, and should include the essentials: the time/ date of event, description, any registration information and a contact with full name and phone or email address, but no posters or images. All submissions are subject to editing. All submissions are to be reviewed by the contributor's chain of command before publishing.

Content must be sent to Sara White: sara.white@forces.gc.ca

January 22 to 24 wing office move

Between January 22 and 24, many units around the wing will be impacted by an office move to optimise office space and conduct a functional realignment of sections following the wing restructure last year. Starting in the afternoon prior to their move date, those units will be either unable to offer services or provide very limited support. Therefore, we thank you for your patience and understanding. The move schedule is included below.

Schedule / Horaire		
Date	Units affected	New location
22 Jan	JPSU, VAC, OSIS	B169
22 Jan	Release Section	B169
22 Jan	PSP 2IC	B149 Rm 121
22 Jan	LCol Leblanc	B83 Rm C105.1
22 Jan	CHRO	B83
23 Jan	LCC manager	B221 Rm 203-03
23 Jan	Pers Svcs HQ	B221 Rm 205
23 Jan	PSel	B221 Rm 209
23 Jan	HG&E	B221 Rm 113
23 Jan	Tasking Cell	B221 Rm 113
24 Jan	Pers Admin HQ	B221 Rm 205
24 Jan	Wing Comptroller HQ	B149 Rm 205
24 Jan	AR Flt	B221 Rm 106 & 107 (Classrooms 4 & 5)

Building Legend	
B149	Wing HQ
B169	Old MP Shack (new Transition Group Bldg)
B221	Birchall Training Centre
B83	Morfee
B298	Morfee trailer

Defence team talks mental health January 30

The annual Bell Let's Talk Day campaign January 30 is dedicated to creating a Canada free from the stigma that surrounds mental illness. This year marks the ninth year for the campaign, and the sixth year National Defence serves as an active partner. Defence team members are encouraged to take part in the day by talking, texting and tweeting about mental health. For every text message, mobile and long distance call made by customers of Bell Canada, Bell Aliant, and Bell MTS, every tweet using the hashtag #BellLetsTalk, use of the Bell Let's Talk Facebook and Snapchat filters, and every view of the Bell Let's Talk Day video on Twitter, Instagram, Facebook, and Snapchat; Bell will donate five cents to support Canadian mental health programs.

Clothing Stores closure

Clothing Stores will be closed for the week of February 25 to March 1 for a 100% stocktaking. No appointments or kit issues/ returns will be booked during this time. Please plan accordingly if kit is required for courses, deployments, release, etc. Questions, concerns and clothing emergencies may be directed to PO2 Faulkner, 902-765-1494 local 5572 or Cindy.Faulkner@forces.gc.ca.

Greenwood Military Family Resource Centre

Tel: 902-765-5611

Download our new Greenwood MFRC/ CRFM app

www.cafconnection.ca

Facebook@gmfrc

Download our Greenwood MFRC/ CRFM App!

Valentine Cookie Grams – Order cookie grams for your family, friends and loved ones. A cookie gram consists of three delicious cookies from a local bakery, drizzled in pink chocolate for \$5. You can also choose a long-stemmed rose and three cookies for \$15 or a class/ office pack of 30 cookies for only \$25. Order by February 8. Deliveries will be February 14 between Middleton and Berwick.

Promoting Positive Behaviours in Teens – Wednesdays, January 23 to March 13, 9:30 a.m. to 11:30 a.m. This eight-week free workshop is for any parent, caregiver or guardian of children aged 13 to 18 years who are non-compliant, oppositional or stubborn. It is beneficial to those families looking for education, support, or assistance in strengthening their parenting skills. No pre-registration required.

GMFRC 33rd anniversary – January 25, noon. In honour of our special day, come out for a hotdog lunch, snacks and celebrate our anniversary with a delicious piece of cake! Prizes to be won if you are wearing red.

Respite opportunity for deployed families – January 26, 10 a.m. to 5 p.m. To support families of deployed members and relieve some of the stressors of parenting alone. Children up to age 12. Register by January 24.

Family Literacy Day – January 28, 10:30 a.m. Join the GMFRC and the 14 Wing Library at the 14 Wing Library for stories and songs. Families will receive a literacy information package and a free book. No pre-registration is required. Parents/ caregivers are required to stay.

Fab Over Forty Group: intro to belly dance – January 30, 6:30 p.m. to 8:30 p.m. In this free beginner's workshop, participants will try the fundamentals of belly dancing, a low-impact exercise for ladies over 40 that stimulates well-being in the mind & body. Offered in partnership with the 14 Wing Community Centre. Register by January 23.

Staging your house for sale – French session: February 5, 6 p.m. to 7:30 p.m. at the GMFRC. English session: February 19, 6 p.m. to 7:30 p.m. at the GMFRC. Veronique Napier-Ouellet from Royal LePage Atlantic Greenwood will be offering a free presentation on how to stage your house for sale. Register by February 1 (for the French session) and February 12 (for the English session).

Cook Like a Chef: romantic 3 course meal sampling & demo – February 6, 6:30 p.m. to 8:30 p.m. Location: St. Mark's Chapel. Cost: \$30 per couple. Bring a date or a friend and learn to cook a gourmet salad, pasta dish and dessert like the pros just in time for Valentine's Day. Cooking demonstration and a sampling of each of these tasty treats. Register by February 1.

GMFRC tutoring program – Our tutoring program, which provides free tutoring to our military children across all grade levels and subjects, needs additional passionate volunteers. For more information, or to volunteer, please contact Amanda Haslett, 902-765-5611 or amanda.haslett@forces.gc.ca

Annapolis Mess events

January 25 – TGIF is lasagna, Tow Bar entertainment is karaoke

February 1 – TGIF is Chinese/ Tow Bar Entertainment is karaoke

February 3 – Super Bowl in the Tow Bar

For more info on Mess activities please see:

<http://greenwood.mil.ca/en/communities-of-interest/annapolis-mess/index.aspx>

Come find us on Facebook.

Essential skills courses at the Learning & Career Centre

For information on upcoming courses and opportunities at the 14 Wing Greenwood Learning & Career Centre, contact learning advisor Kristen Warner, Kristen.Warner@forces.gc.ca or 902-765-1494 locals 5024 or 5226.

To register for a course, contact your unit training coordinator.

January 28 – How to use the new PSPM App briefing French (2 p.m. to 4 p.m., virtual session)

February 4 – How to use the new PSPM App briefing English (2 p.m. to 4 p.m., virtual session)

February 6 – Harassment Prevention and Resolution for Supervisors (full day)

February 8 – Evaluating Smartly (8:30 a.m. to noon)

February 12 – Public Service pension plan education session (afternoon only)

February 13 – Resume/ cover letter writing (full day, for anyone wishing to apply and compete for federal public service jobs)

February 14 – Mental Health Conversations (three-quarters of a day)

February 25 – How to use the new PSPM App briefing French (2 p.m. to 4 p.m., virtual session)

February 26 – How to use the new PSPM App briefing English (2 p.m. to 4 p.m., virtual session)

March 7 – Performance Management for Supervisors (full day)

March 12 – Performance Management for Employees (half day)

14 Wing Health Promotion schedule

To register, contact Edith Tremblay at 5388 or EDITH.TREMBLAY@forces.gc.ca. All *Strengthening the Forces* programs and workshops are free and open to military members (Regular and Reserve force) and their families. Where space and resources allow, DND and NPF civilian employees are welcome to participate.

Web site: www.cafconnection.ca

By appointment – Butt Out self help program, 902-765-1494 local 5388

January 23 to March 13 – Weight Wellness Lifestyle Program, Wednesdays noon to 2 p.m. (seven sessions over eight weeks)

February 7, 8 – Alcohol, Other Drugs, Gambling and Gaming Awareness: Supervisor Training, 8:15 a.m. to 4 p.m. (day 1), 8:30 a.m. to noon (day 2)

February 14 – Mental Fitness & Suicide Awareness: General, 8:30 a.m. to 4 p.m.

February 20, 21 – Stress Take Charge, 8:30 a.m. to 3:30 p.m.

March 7, 8 – Top Fuel for Top Performance, 8:30 a.m. to 3:30 p.m. (day 1), 8:30 a.m. to noon (day 2)

March 19 – Mental Fitness & Suicide Awareness: Workshop, 1 p.m. to 3:30 p.m.

April 4, 5 – Inter-Comm: Improve Communication in Personal Relationship, 8:30 a.m. to 3:30 p.m. (day 1), 8:30 a.m. to noon (day 2), Greenwood Military Family Resource Centre conference room

14 Wing Conflict and Complaint Management Services

Information on the 14 Wing Conflict and Complaint Management Services program may be found at <http://greenwood.mil.ca/en/programs/conflict-complaint-management-services/index.aspx>. The site includes self-help portals for Canadian Armed Forces members and supervisors.

The 14 Wing CCMS Centre is happy to announce Captain Jennifer Boswall has joined the team. The centre has moved to Building 298 (57 School Road), by the Morfee Centre. All staff now also have locals: call 902-765-1494 and contact Stephanie at local 3082, Craig Moore at local 3083, and Captain Boswall at local 3084.

F&S Centre fitness classes

Lane swim (open to military members, NPF & DND employees) - 6:15 a.m. to 7:15 a.m., Tuesdays and Thursdays.

Spin class - noon to 12:45 p.m., Monday and Wednesday. For info: Eric Plante, 902-765-1494 local 5022.

Yoga class, noon to 1 p.m., Tuesdays. Contact: Sophie Desgagné, 902-765-1494 local 5498.

These classes are open to military members, regular and ordinary Community Recreation card holders. Visit www.cafconnection.ca (Greenwood) for the full F&S Centre schedule and 14W PSP Facebook Page for class details and updates.

Community Recreation

There is lots of fun for all ages at the 14 Wing Greenwood Community Centre, 110 Church Street. Youth activities are open to youth ages five to 12. Please be sure to pre-register for activities by calling 902-765-1494 local 5341.

After School Camp – a daily, recreational activity program that runs weekdays, 2:30 p.m. to 5:30 p.m. After school campers will enjoy plenty of time in the gym, playing games, doing crafts, outdoor activities, having a snack and more. This program, like all PSP recreation programs follows the High Five guidelines of program delivery. Monday to Thursday \$4/ day for Community Recreation Card holders, \$7/ day without. Fridays are free.

In-service day camp – February 1, 7:30 a.m. to 5:30 p.m., for youth ages six to 12. Games, activities, skating, crafts, fun and more. \$18 plus tax for Rec Card holders, \$22 plus tax without.

Community Rec Night – Tuesdays, 6 p.m. to 7:30 p.m. Directed towards families, this is your chance to try out the rock wall, open gym, games, crafts and more with our recreation leaders.

Evening Programs

Boys' Club – Mondays, 6 p.m. to 7:30 p.m.

Creative Critters – Tuesdays, 6 p.m. to 7:30 p.m.

Active Chicks – Thursdays, 6 p.m. to 7:30 p.m.

YTGIF – Fridays, 5:30 p.m. to 7:30 p.m. Pre-registration \$5, day of registration \$8.

Also

Pickleball – Co-ed, open to all ages and abilities. The league runs Tuesdays, 9:30 a.m. to 11:30 a.m., and Thursdays, 1 p.m. to 3 p.m. Free with a rec card, \$2 drop in fee without.

Valley Jr. A Wildcat tickets – Ready for some great local hockey? 14 Wing Community Recreation has Valley Jr. A Wildcat home game tickets available. No cost to military and defence team members, \$5 for Community recreation card holders. First come, first serve. For info: contact Community Recreation at 902-765-1494 local 5341.

Bouldering wall – The bouldering wall at the community centre is open, and community climb nights are coming soon.

Ski Martock passes – The Community Centre has a number of passes for Ski Martock available for military members and Community recreation card holders. Lift tickets - \$10 defense team members, associate rec card holders; \$20 ordinary, regular rec card holders. Adult lift and rental - \$20 defense team members and associate rec card holders; \$30 ordinary and regular rec card holders. Youth lift and rental - \$15 defense team members and associate rec card holders; \$25 ordinary and regular rec card holders.

14 Wing Library

Hours – Mondays 1 p.m. to 5 p.m. and 6 p.m. to 8 p.m., Tuesdays 10 a.m. to 1 p.m. and 2 p.m. to 5 p.m., Wednesdays 1 p.m. to 5 p.m. and 6 p.m. to 8 p.m., Fridays 1 p.m. to 4 p.m., Sundays 1 p.m. to 4 p.m.

Pokemon Club – every second Wednesdays 6 p.m. to 7 p.m.

Knitting with Beth – Fridays 1 p.m. to 2 p.m.

Littles hangout – Tuesdays, 11:30 a.m. to 12:30 p.m. Parents: bring your babies and toddlers to chill with other parents, hear a story or two from Melanie, and not have to worry about keeping their young ones quiet or contained in the library.

For additional information, please contact the Library at 765-1494 local 5430 or check out 14 Wing Library's Facebook page.

14 Wing Bowling Centre

Hours – Monday 6 p.m. to 9 p.m., Tuesday 11 a.m. to 2 p.m. (parent & tot), Wednesday 6 p.m. to 9 p.m., Friday 6 p.m. to 9 p.m. (glow bowling), Saturday: 1 p.m. to 9 p.m. casual, Sunday 1 p.m. to 5 p.m. casual (glow bowling)

Computer courses

Computer courses in the Learning and Career Centre are being rescheduled for the remainder of 2018. For the most up-to-date course offering, visit the LCC calendar at http://lcc-cac.forces.mil.ca/lcc-cac/en/ncc_courseListLocale.asp?lccid=11

Soccer coaches, volunteers needed

Volunteers and coaches are needed for the upcoming Kingston/ Greenwood Minor Soccer Club summer season, for approximately 550 players.

Registration may be completed at the 14 Wing Greenwood Community Centre or at various locations throughout the month of March and April.

The soccer club is also looking for help with the annual Amanda Forester Tournament and is looking for interest in a men's master team representing the Kingston/ Greenwood area.

Contact the club's soccer representative at 902-765-1494 local 3777 for information on all of these opportunities.

Play broomball

Anyone interested in playing broomball is welcome to join Thursday night action at the Greenwood Gardens Arena, 8:30 p.m. to 9:30 p.m. Men and women are welcome. For information, contact Wesley Kaulback (902-692-1992 text) or Aaron Bennett (902-680-6185 text or call).

Blood donor clinic January 30

January 30, noon to 3 p.m. and 5 p.m. to 7 p.m., Canadian Blood Services will host a blood donor clinic at the Berwick Lions Hall, in the Kings Mutual Century Centre, Veterans Drive, Berwick). Book an appointment at blood.ca. New and returning donors are welcome. Sponsored by the Berwick Lions.

Courriel à tout le personnel de l'Escadre

Lignes directrices pour l'ensemble de l'Escadre

une version anglaise précède

Les activités communautaires sont mises à jour régulièrement. Le contenu doit fournir les renseignements essentiels sans dépasser 100 mots : l'heure et la date de l'activité, la description, toute information relative à l'inscription et les coordonnées d'une personne-ressource (nom complet et numéro de téléphone ou adresse électronique), sans affiches ni images. Tous les renseignements feront l'objet d'une révision par la chaîne de commandement de l'auteur avant d'être publiés.

Le contenu doit être envoyé à Sara White : sara.white@forces.gc.ca.

Déménagement de bureaux à l'Ere

Du 22 au 24 janvier, plusieurs unités de l'Escadre seront affectées par un déménagement qui aura lieu afin d'optimiser l'utilisation des espaces de bureau et de réorganiser les sections fonctionnellement suivant la restructuration de l'Escadre l'année dernière. En commençant dans l'après-midi précédent leur date de déménagement, ces unités seront incapable d'offrir leur service ou les offriront à capacité réduite. Nous vous remercions de votre patience et votre compréhension. Vous trouverez l'horaire de déménagement et la liste des unités affectés au bas de ce courriel.

Horaire		
Date	Unités affectées	Nouvel emplacement
22 Jan	JPSU, VAC, OSIS	B169
22 Jan	Release Section	B169
22 Jan	PSP 2IC	B149 Rm 121
22 Jan	LCol Leblanc	B83 Rm C105.1
22 Jan	CHRO	B83
23 Jan	LCC manager	B221 Rm 203-03
23 Jan	Pers Svcs HQ	B221 Rm 205
23 Jan	PSel	B221 Rm 209
23 Jan	HG&E	B221 Rm 113
23 Jan	Tasking Cell	B221 Rm 113
24 Jan	Pers Admin HQ	B221 Rm 205
24 Jan	Wing Comptroller HQ	B149 Rm 205
24 Jan	AR Flt	B221 Rm 106 & 107

(Classrooms 4 & 5)

Légende des bâtiments	
B149	QG Ere
B169	Ancien bâtiment des PMs (nouveau bâtiment du groupe de transition)
B221	Centre d'entraînement Birchall
B83	Morfee
B298	Morfee Trailer

Fermeture du magasin d'habillement

Le magasin d'habillement sera fermé pendant la semaine du 25 février au 1 mars 2019 pour permettre un inventaire de 100%. Aucun rendez-vous pour distribution ou retour d'équipements ne sera mis à l'horaire pendant cette période. Planifiez en conséquence si vous avez besoin d'équipements pour un cours ou un déploiement, une libération, etc. Si vous avez des questions, des préoccupations ou en cas d'urgence, veuillez contacter PO2 Faulkner au 902-765-1494 poste 5572 ou par courriel Cindy.Faulkner@forces.gc.ca.

Centre de ressources pour les familles militaires de Greenwood

Tel: 902-765-5611

Téléchargez notre nouvelle application Greenwood MFRC/ CRFM

www.cafconnection.ca

Facebook@gmfrfc

Téléchargez notre application Greenwood MFRC/ CRFM!

Biscuits-télégrammes de la Saint-Valentin – Commandez vos biscuits-télégrammes pour votre famille, vos amis et les personnes qui vous sont chères. Un ensemble de biscuits-télégrammes, qui comprend trois biscuits délicieux trempés dans du chocolat rose et venant d'une boulangerie locale, coûte 5 \$. Vous pouvez aussi choisir une rose à longue tige et 3 biscuits pour 15 \$ ou une boîte pour la classe ou le bureau qui comprend 30 biscuits et qui coûte seulement 25 \$. Passez votre commande au plus tard le 8 février. La livraison aura lieu le 14 février et est offerte partout entre Middleton et Berwick.

Promouvoir les comportements positifs chez les adolescents – Les mercredis du 23 janvier au 13 mars de 9 h 30 à 11 h 30. Cet atelier gratuit d'une durée de huit semaines s'adresse à tout parent, gardien ou tuteur d'enfants de 13 à 18 ans qui sont non-conformes, opposés ou têtus.

La série profite aux familles qui souhaitent se renseigner ou qui veulent obtenir du soutien ou de l'aide pour solidifier leurs compétences parentales. Aucune pré-inscription requise.

33^e anniversaire du CRFMG – Le 25 janvier à 12 h. En l'honneur de notre journée spéciale, venez dîner avec un hot-dog, des collations et célébrez notre anniversaire avec un délicieux morceau de gâteau! Il y aura des prix à gagner si vous portez du rouge!

Service de garde de relève pour les familles de militaires en déploiement – Le 26 janvier de 10 h à 17 h. Afin d'aider les familles des militaires en déploiement et d'atténuer certains facteurs de stress liés à cette situation. Le service est offert pour les enfants de moins de 12 ans. Inscrivez-vous avant le 24 janvier.

Journée de l'alphabétisation familiale – Le 28 janvier à 10 h 30. Joignez-vous au CRFMG et à la bibliothèque de la 14^e Escadre. Nous allons lire des histoires et chanter des chansons en famille à la bibliothèque de la 14^e Escadre. Les familles recevront une trousse d'information sur l'alphabétisation et un livre gratuit. Il n'est pas nécessaire de s'inscrire à l'avance. Les enfants doivent être accompagnés d'un parent ou d'un gardien.

Groupe fab 40 et plus: intro à la danse « du ventre » – Le 30 janvier de 18 h 30 à 20 h 30. Dans cet atelier gratuit pour débutants, les participants seront initiés aux principes fondamentaux de la danse du ventre et auront l'occasion de tester cet exercice à faible impact qui stimule le bien-être de l'esprit et du corps pour les femmes dans leurs quarantaines. Inscrivez-vous avant le 23 janvier.

Préparer votre maison pour la vente – Session en français : Le 5 février de 18 h à 19 h 30 au CRFMG. Session en anglais : Le 19 février de 18 h à 19 h 30 au CRFMG. Veronique Napier-Ouellet de Royal LePage Atlantic Greenwood offrira une présentation gratuite sur la mise en scène de votre maison pour la vente. Inscription d'ici le 1 février (pour la session en français) et le 12 février (pour la session en anglais).

Cuisinez comme un chef : Repas trois services romantique (démonstration et dégustation) – Le 6 février, de 18 h 30 à 20 h 30. Lieu : Chapelle St. Mark. Coût : 30 \$ par couple. Que vous soyez accompagnés d'un être cher, d'une amie ou d'un compagnon, venez apprendre à préparer une salade raffinée, un plat de pâtes et un dessert comme les professionnels, et ce, juste à temps pour la Saint-Valentin. Démonstration culinaire et dégustation de ces savoureux délices. S'inscrire d'ici le 1^{er} février.

Programme de tutorat du CRFMG – Pour offrir ce programme de tutorat, qui permet aux enfants de militaires, peu importe leur niveau, de recevoir gratuitement des services de tutorat dans toutes les matières enseignées, nous aurions besoin de bénévoles passionnés supplémentaires! Pour apprendre davantage ou pour y participer en tant que bénévole, communiquez avec, Amanda Haslett, 902-765-5611 ou amanda.haslett@forces.gc.ca.

Activités au mess Annapolis

25 janvier – lasagne au menu pour le TGIF et karaoké comme divertissement au « Tow Bar » arrière

1 février – chinois au menu pour le TGIF / karaoké comme divertissement au « Tow Bar » arrière

3 février – Super Bowl au « Tow Bar »

Pour de plus amples renseignements sur les activités du mess :

<http://greenwood.mil.ca/fr/communities-of-interest/annapolis-mess/index.aspx>

Nous avons une page Facebook!

Cours sur les compétences essentielles au Centre d'apprentissage et de carrière

Pour en savoir plus sur les possibilités et les cours à venir au Centre d'apprentissage et de carrière de la 14e Escadre Greenwood, veuillez communiquer avec la conseillère en apprentissage, Mme Kristen Warner, à l'adresse Kristen.Warner@forces.gc.ca ou au numéro 902-765-1494, poste 5024 ou 5226.

Veuillez communiquer avec le responsable de la coordination de la formation de votre unité pour vous inscrire à un cours.

28 janvier – Séance d'information en français sur l'utilisation de la nouvelle application de gestion du rendement de la fonction publique (de 14 h à 16 h; séance virtuelle)

4 février – Séance d'information en anglais sur l'utilisation de la nouvelle application de gestion du rendement de la fonction publique (de 14 h à 16 h; séance virtuelle)

6 février – Prévention et résolution du harcèlement à l'intention des superviseurs (toute la journée)

8 février – Évaluation éclairée du rendement (de 8 h 30 à midi)

12 février – Séance d'information sur le Régime de pension de retraite de la fonction publique (en après-midi seulement)

13 février – Rédaction d'un curriculum vitae et d'une lettre d'accompagnement (toute la journée, ce cours s'adresse à quiconque souhaite postuler à un emploi dans la fonction publique fédérale)

1 février – Conversations sur la santé mentale (trois quarts de journée)

25 février – Séance d'information en français sur l'utilisation de la nouvelle application de gestion du rendement de la fonction publique (de 14 h à 16 h; séance virtuelle)

26 février – Séance d'information en anglais sur l'utilisation de la nouvelle application de gestion du rendement de la fonction publique (de 14 h à 16 h; séance virtuelle)

7 mars – Gestion du rendement à l'intention des superviseurs (journée complète)

12 mars – Gestion du rendement à l'intention du personnel (demi-journée)

14e Escadre de promotion de la santé programme

Pour enregistrez contactez Édith Tremblay au 5388 ou courriel : EDITH.TREMBLAY@forces.gc.ca. Tous les programmes et ateliers offerts dans le cadre d'*Énergiser les Forces* sont gratuits et s'adressent aux militaires (de la Force régulière et de la Force de réserve) et à leur famille. Lorsque l'espace et les ressources le permettent, les employés civils du MDN et les employés civils embauchés au moyen de fonds non publics sont invités à y participer.

site web: www.cafconnection.ca

Du 23 janvier au 13 mars – Programme Style de vie poids santé, les mercredis de midi à 14 h (sept séances sur une période de huit semaines)

7 et 8 février – Sensibilisation à l'alcool, aux autres drogues, au jeu excessif et à la dépendance au jeu : formation des superviseurs, 8 h 15 à 16 h (jour 1) et de 8 h 30 à midi (jour 2)

14 février – Sensibilisation à la santé mentale et au suicide : formation générale, de 8 h 30 à 16 h

20 et 21 février – Le stress, ça se combat! 8 h 30 à 15 h 30

7 et 8 mars – Bouffe santé pour un rendement assuré, 8 h 30 à 15 h 30 (jour 1) et de 8 h 30 à midi (jour 2)

19 mars – Sensibilisation à la santé mentale et au suicide : atelier, de 13 h à 15 h 30

4 et 5 avril – Inter-Comm : Améliorer la communication dans les relations personnelles, de 8 h 30 à 15 h 30 (jour 1) et de 8 h 30 à midi (jour 2), salle de conférence du Centre de ressources pour les familles des militaires de Greenwood

Le site des services de gestion des conflits et des plaintes de la 14e Escadre est accessible et il comprend un portail d'autoassistance

L'information sur le programme des Services de gestion des conflits et des plaintes de la 14e Escadre se trouve à la page <http://greenwood.mil.ca/en/programs/conflict-complaint-management-services/index.aspx>. Le site mène à un portail libre-service pour les membres des Forces armées canadiennes et leurs superviseurs.

Le Centre des services de gestion des conflits et des plaintes de la 14e Escadre a le plaisir de vous annoncer que le capitaine Jennifer Boswall s'est jointe à l'équipe. Les locaux du centre sont maintenant situés dans le Bâtiment 298 (57, chemin School), près du Centre Morfee. Tous les membres du personnel ont maintenant leurs propres postes : composez le 902-765-1494 et communiquez avec Stéphanie au poste 3082, Craig Moore au poste 3083, et le capitaine Boswall au poste 3084.

Cours de conditionnement physique au Centre de conditionnement physique et des sports

Nage en longueurs (ouvert aux membres militaires et aux employés des FNP et du MDN) – Le 6 h 15 to 7 h 15, mardis et jeudis.

Cours de Cardiovélo – les lundis et les mercredis de 12 h à 12 h 45. Pour plus de détails, communiquez avec Eric Plante au 902-765-1494, poste 5022.

Cours de yoga : Les mardis, de 12 h à 13 h. Personne-ressource : Sophie Desgagné, 902-765-1494 (poste 5498).

Ces cours sont ouverts à tous les militaires et aux détenteurs d'une carte des loisirs communautaires. Rendez-vous sur le site www.cafconnection.ca (Greenwood) pour consulter l'horaire complet du Centre de CP et S et sur la page Facebook de la 14 Ere pour connaître les détails des cours et les mises à jour.

Loisirs communautaires

Le Centre communautaire Greenwood de la 14e Escadre, situé au 110, rue Church, offre de nombreuses activités amusantes pour toute la famille. Les activités jeunesse sont destinées aux enfants de 5 à 12 ans. N'oubliez pas de vous inscrire à l'avance aux activités en composant le 902-765-1494, poste 5341.

Camp parascolaire – Un programme quotidien d'activités de loisirs est proposé tous les jours de la semaine, de 14 h 30 à 17 h 30. Les participants du camp parascolaire pourront passer beaucoup de temps au gymnase, à jouer à différents jeux, s'initier à l'artisanat, participer à des activités de plein air, déguster une collation et bien plus encore. Comme tous les programmes de loisirs des Programmes de soutien du personnel, ce programme suit les lignes directrices High Five régissant la prestation de programme. 4 \$ par jour du lundi au jeudi pour les détenteurs d'une carte des loisirs communautaires, 7 \$ par jour pour les autres. Gratuit le vendredi.

Camp de jour – 1er février, de 7 h 30 à 17 h 30, pour les jeunes de 6 à 12 ans. Jeux, activités, patinage, bricolage, plaisir et plus encore. Coût : 18 \$ plus taxes, pour les détenteurs d'une carte des loisirs; 22 \$ plus taxes sans la carte.

Soirée récréative communautaire – Les mardis, de 18 h à 19 h 30. Ces soirées destinées aux familles offrent l'occasion d'essayer le mur d'escalade et de participer à des jeux, des ateliers d'artisanat et des activités dans le gymnase ouvert, et plus encore, avec nos responsables des loisirs.

Programmes en soirée

Club des garçons – Le lundi de 18 h à 19 h 30.

Jeu créatif Bêtes pas bêtes – Le mardi de 18 h à 19 h 30.

Filles actives – Le jeudi de 18 h à 19 h 30.

Dieu merci c'est vendredi! pour les jeunes – Le vendredi de 17 h 30 à 19 h 30. Préinscription 5 \$, inscription le jour même 8 \$.

Également :

Pickleball – Mixte, tous âges et tous niveaux La ligue a lieu le mardi de 9 h 30 à 11 h 30 et le jeudi de 13 h à 15 h. Gratuit avec la carte des loisirs, 2 \$ de frais d'entrée sans la carte.

Mur d'escalade – Vous pouvez maintenant grimper le mur d'escalade du centre communautaire. Des soirées d'escalades à l'intention des membres de la collectivité seront bientôt organisées.

Billets de hockey Junior A Valley Wildcats – Êtes-vous prêts à vivre les moments enlevants du hockey local? Les Loisirs communautaires de la 14e Escadre ont des billets de la partie à domicile des Valley Wildcats (Junior A) à offrir. Les billets sont gratuits pour les militaires et les membres de l'Équipe de la Défense, et 5 \$ pour les détenteurs d'une carte des loisirs communautaires. Premier arrivé, premier servi. Pour en savoir davantage, communiquez avec les Loisirs communautaires au 902-765-1494, poste 5341.

Billets pour la station Ski Martock – Le centre communautaire offre un certain nombre de billets pour la station Ski Martock aux militaires et aux détenteurs d'une carte des loisirs communautaires. Billets de remontée – 10 \$ pour les membres de l'Équipe de la Défense et les détenteurs d'une carte des loisirs communautaires de membre associé; 20 \$ pour les détenteurs d'une carte des loisirs communautaires de membre ordinaire et régulier. Billets de remontée et de location d'équipement pour adulte – 20 \$ pour les membres de l'Équipe de la Défense et les détenteurs d'une carte des loisirs communautaires de membre associé; 30 \$ pour les détenteurs d'une carte des loisirs communautaires de membre ordinaire et régulier. Billets de remontée et de location d'équipement pour les jeunes – 15 \$ pour les membres de l'Équipe de la défense et les détenteurs d'une carte des loisirs communautaires de membre associé; 25 \$ pour les détenteurs d'une carte des loisirs communautaires de membre ordinaire et régulier.

Bibliothèque de la 14e Escadre

Heures d'ouverture – Lundi de 13 h à 17 h et de 18 h à 20 h; mardi de 10 h à 13 h et de 14 h à 17 h; mercredi de 13 h à 17 h et de 18 h à 20 h; vendredi de 13 h à 16 h; dimanche de 13 h à 16 h.

Club de Pokémon – Tous les deux mercredis de 18 h à 19 h

Tricot avec Beth – vendredi de 13 h à 14 h

Coin des petits : Les mardis, de 11 h 30 à 12 h 30. Parents : venez vous détendre avec vos tout-petits, en compagnie d'autres parents. Écoutez une ou deux histoires racontées par Mélanie sans vous soucier que vos enfants soient calmes ou demeurent dans la bibliothèque.

Pour en savoir plus, veuillez communiquer avec la librairie en composant le 765-1494 poste 5430 ou consultez la page Facebook de la bibliothèque de la 14e Escadre.

Salle de quilles de la 14e Escadre

Heures d'ouverture – Lundi de 18 h à 21 h, mardi de 11 h à 14 h (parents et enfants), mercredi de 18 h à 21 h, vendredi de 18 h à 21 h (quilles lumineuses), samedi de 13 h à 21 h hors ligue, dimanche de 13 h à 17 h hors ligue (quilles lumineuses)

Cours d'informatique

L'horaire des cours d'informatique du Centre d'apprentissage et de carrière est remanié pour le reste de l'année 2018. Pour obtenir la liste à jour des cours offerts, consultez le calendrier du CAC à http://lcc-cac.forces.mil.ca/lcc-cac/fr/ncc_courseListLoc_f.asp?lccid=11.

Entraîneurs de soccer, bénévoles recherchés

Nous avons besoin de bénévoles et d'entraîneurs pour la prochaine saison estivale du Club de soccer mineur de Kingston/ Greenwood qui compte environ 550 joueurs.

Il sera possible de s'inscrire au Centre communautaire de la 14e Escadre Greenwood ou à divers endroits au cours des mois de mars et d'avril.

Le club de soccer est également à la recherche de bénévoles pour le tournoi annuel Amanda Forester. De plus, on souhaite mettre sur pied une équipe d'élite masculine représentant Kingston/ Greenwood.

Veuillez communiquer avec le représentant du club de soccer au 902-765-1494 (poste 3777) pour obtenir de l'information sur toutes ces occasions.

Ballon sur glace

Toute personne intéressée à jouer au ballon sur glace est invitée à participer aux activités du jeudi, de 20 h 30 à 21 h 30, à l'aréna Greenwood Gardens. Les hommes et les femmes sont bienvenus. Pour obtenir plus d'information, communiquez avec Wesley Kaulback (902-692-1992, par message texte) ou Aaron Bennett (902-680-6185, par message texte ou téléphone).

Collecte de sang le 30 janvier

Le 30 janvier, de 12 h à 15 h et de 17 h à 19 h, la Société canadienne du sang organisera une collecte de sang au Berwick Lions Hall du Kings Mutual Century Centre (promenade Veterans, à Berwick). Prenez rendez-vous sur le site Internet : www.blood.ca. Les nouveaux donneurs et les anciens donneurs sont les bienvenus. Activité parrainée par les Lions de Berwick.