

Pleins feux sur le club d'arts martiaux combinés de Trenton



Le club d'arts martiaux combinés de Trenton (Trenton MMAC) offre un programme d'arts martiaux combinés que les gens du domaine appellent le « combat ultime ». Ce programme est axé sur trois distances de combat : le combat debout à distance, le combat debout au corps à corps et le combat au sol. Les techniques et les méthodes d'entraînement sont présentées de la façon la plus simple, directe et efficace possible. Nous nous sommes inspirés du jiu-jitsu brésilien, de la boxe occidentale, du kickboxing thaï, de la lutte gréco-romaine et de la lutte libre. L'objet étant d'acquérir des capacités fonctionnelles, nous ne nous entraînons

qu'avec un adversaire sérieux et en mouvement, de façon à développer le sens de la synchronisation. Nous visons à créer un expert en arts martiaux combinés, à nous amuser et à enseigner les arts martiaux dans une atmosphère positive et plus détendue que celle qui règne dans les écoles d'arts martiaux traditionnelles. Notre programme convient à tout le monde – pas uniquement aux athlètes de 21 ans. Après un seul cours d'introduction gratuit, les gens deviennent accros et s'inscrivent!

-Sgt Jason Chin-Leung (président-entraîneur en chef, Trenton MMAC)

Dans ce numéro

- 1 Pleins feux sur le club d'arts martiaux combinés
- 2 Cet été, prenez la clé des champs vers Falls Lake
- 3 Cet été, prenez la clé des champs vers Falls Lake (suite)
- 4 Le savez-vous?
- Vous avez hâte à l'été?
- Le savez-vous?
- Conférence annuelle
- Site Web Connexion jeunesse
- Le coin des communications
- A-propos
- Le prochain numéro

Cet été

prenez la clé des champs vers Falls Lake

Rédigé par : S. Webster

Avez-vous déjà eu le goût de ne rien faire du tout? Vous asseoir bien confortablement aux abords d'un lac? Ou encore, participer à une activité récréative de plein air? Aimez-vous faire du bateau, de la pêche, de la randonnée ou de la natation?

L'installation récréative de Falls Lake, une installation du ministère de la Défense nationale administrée par les Programmes de soutien du personnel (PSP) à FMAR(A), pourrait être l'endroit idéal. Les types d'hébergement à Falls Lake sont très variés : vous pouvez opter pour l'une des 25 cabines en bois situées au bord du lac, le pavillon-dortoir (pouvant accueillir 20 personnes) ou encore l'un des emplacements de camping.

Qu'avez-vous le goût de faire? Faire la grasse matinée ou vous levez tôt pour admirer les premières lueurs du jour tout en

sirotant votre café, bien calés dans une chaise de plage aux abords du lac. Vous installer sur la plage ou vous asseoir sur la véranda de votre cabine, contempler l'eau ou lire un bon livre.

Les enfants pourront s'amuser toute la journée dans ce lac artificiel bien caché dans le pays d'Évangéline en Nouvelle-Écosse. La ville la plus près de Falls Lake est Windsor, qui est connue des Canadiens et des historiens des sports comme étant le berceau du hockey.

Lorsque vous mettez les pieds dans l'installation récréative de Falls Lake, vous dites adieu à la télévision par câble et aux lumières de la ville. Vous pouvez vous asseoir bien confortablement et admirer les étoiles ou louer l'un des films qu'offre le pavillon principal. Pour ceux et celles qui ne peuvent s'en passer, la télévision par satellite se trouve dans le pavillon principal!

Étant donné la diversité des vacanciers fréquentant Falls Lake (célibataires, familles, groupes), vous aurez la tranquillité absolue avant 8 h et après 23 h.

suite à la page suivante

Excursions d'une journée?

Falls Lake n'est pas loin de Windsor (Nouvelle-Écosse), dans le pays d'Évangéline. Windsor possède une grande épicerie et bien d'autres magasins généraux qui pourraient vous être utiles durant votre séjour. À quelques kilomètres du lac, il y a également une station-service Irving et un dépanneur.

La baie de Fundy compte plusieurs villes intéressantes. Une excursion vers la ville avoisinante de Wolfville – où se trouve l'Université Acadia – vous permettra de découvrir cette petite ville à caractère historique. Vous y trouverez des magasins, des pubs, des cafés-restaurants et des allées piétonnières d'où vous pourrez voir la marée de la baie de Fundy. La bibliothèque publique, dans la vieille gare près du parc Waterfront, offre entre autres l'accès à l'Internet.

Pour les passionnés de l'aviation qui désirent faire une promenade plus longue le long d'Évangéline Trail, la BFC Greenwood est un bon endroit à visiter. Pour connaître l'histoire des unités de la BFC Greenwood, rendez-vous au Musée d'aviation militaire de Greenwood (à côté du CANEX) – c'est gratuit!

Une promenade en auto de Halifax à Falls Lake?

Le long de la rive sud, on peut emprunter la route des phares entre Halifax et Falls Lake. Cette route panoramique vous mènera à Peggy's Cove, à la baie Mahone et à Lunenburg.

Peggy's Cove, un petit village de pêche, est l'endroit idéal pour acheter et envoyer vos cartes postales. Ce village est doté du seul phare opérationnel du Canada situé sur un rivage rocheux.

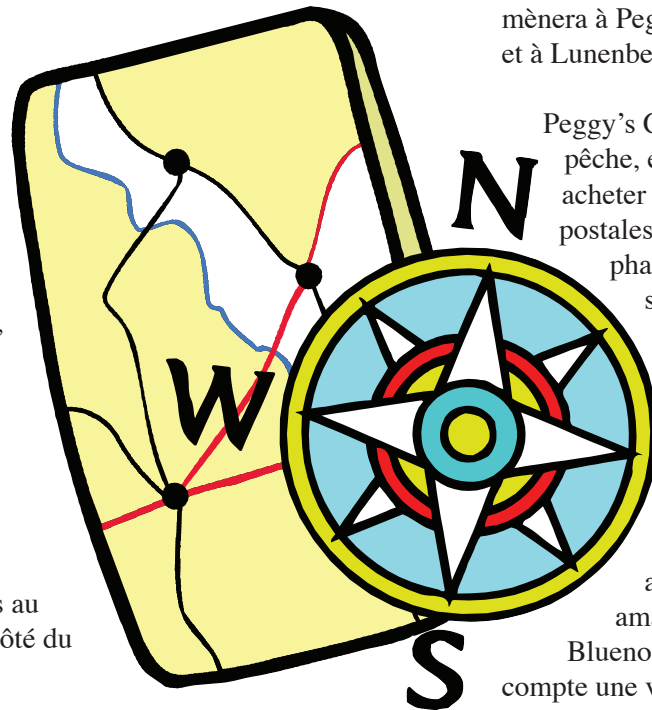
Un peu plus loin, admirez le paysage de la baie Mahone. Si vous avez le ventre creux et avez besoin de vous étirer un peu, arrêtez à Lunenburg, où est amarré le voilier

Bluenose II. Ce village de pêche compte une variété d'immeubles historiques et pittoresques, des galeries d'art fantastiques mettant en vedette les talents des artistes locaux et des douzaines de restaurants. Mangez du poisson frit et des frites à volonté et faites les boutiques de ce village côtier – vous ne serez pas déçus!

Toute l'année, Falls Lake est l'endroit idéal pour se reposer, se détendre et s'amuser! Depuis 1997, des amis et des familles s'y retrouvent pour célébrer la nouvelle année; ils font de la raquette, du patin et du ski (il y a une pente de ski tout près) et bavardent autour de l'imposant foyer de pierres du pavillon.

Quelles que soient vos préférences en matière de vacances, songez à l'installation récréative de Falls Lake en Nouvelle-Écosse. Pour obtenir plus de détails sur les terrains de camping ou les chalets à Falls Lake, rendez-vous à www.psphalifax.ca ou composez le numéro sans frais : 1 877 325-5253.

Le trajet vous plaira tout autant que la destination!



Une partie de golf?

Le parcours de golf Rosedale, normale 3, est situé dans un cadre champêtre entre Falls Lake et Windsor. Près de la grande route, il y a un petit parcours de golf de 9 trous, entouré d'étables et de bétail. La boutique du pro se trouve dans un garage voisin, où vous pouvez payer votre partie et acheter une boisson gazeuse. Pour 10 \$, vous pouvez jouer une ou deux parties sur ce charmant terrain, mais méfiez-vous : il dévore les balles de golf!

Falls Lake est situé près de Windsor (Nouvelle-Écosse) dans le pays d'Évangéline.



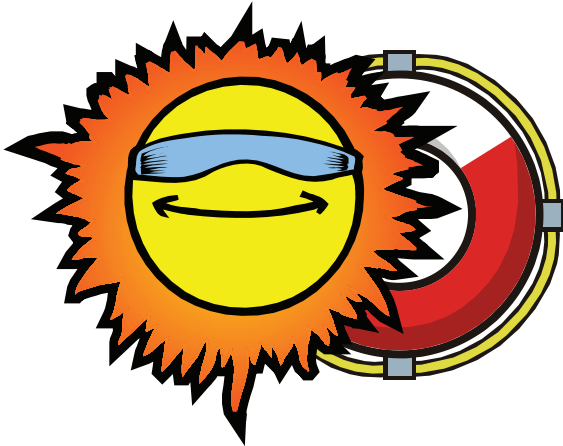
LE SAVIEZ-VOUS?

Vous pouvez louer de l'équipement Boccia de calibre olympique de

l'Association canadienne de sports pour paralytiques cérébraux.

Pour de plus amples renseignements, faites le (613) 748-1430 ou rendez-vous à www.ccpssa.ca

Vous avez hâte à l'été?



**Le 22 juillet est la journée de
prévention de la noyade.**

La Journée nationale de prévention de la noyade a lieu tous les ans le 4^e samedi de juillet. Elle vise à accroître la sensibilisation, d'un bout à l'autre du pays, à la prévention de la noyade. Elle a également pour objet de faire connaître le rôle de défenseur des intérêts publics de la Société; d'affermir l'identité de la Société de sauvetage à titre d'experts en prévention de la noyade et de promouvoir les objectifs de la Société.

Rendez-vous à
www.lifesaving.ca
pour en savoir davantage.

Conférence annuelle de l'ACPL

**« 2006 National Parks and Recreation
Conference and Trade Show »
Saskatoon (Saskatchewan)
du 18 au 21 octobre 2006**

Le « 2006 National Parks and Recreation Conference and Trade Show » est présenté par l'Association canadienne des parcs et des loisirs et la Saskatchewan Parks and Recreation



Association (SPRA). Il se tiendra à Saskatoon (Saskatchewan) du 18 au 21 octobre 2006. Le « National Parks and Recreation Conference and Trade Show » prévoit la participation de plus de 400 délégués.

Pour plus d'information,
rendez-vous à www.cpra.ca

**Le lancement du
site Web Connexion
jeunesse a
connu un succès
retentissant!**



L'équipe de projet nationale des services à la jeunesse désire remercier les membres des comités consultatifs sur les services à la jeunesse qui ont planifié et mis en œuvre des activités de lancement. Les activités étaient variées : soirées meurtre et mystère; cinéma et pizza; guerre des orchestres. Les commentaires que nous avons reçus de tous les participants étaient des plus positifs, et le nombre de visiteurs du site www.connexionjeunessefc.ca a augmenté de façon significative.

LE SAVIEZ- VOUS?

L'Association canadienne des parcs et des loisirs a déclaré le mois de juin...

le mois des parcs et des loisirs.

Comment votre communauté va-t-elle souligner ce mois? Célébrez les avantages et les bienfaits des loisirs dans la vie de tous les jours.

Le mois des parcs et des loisirs est un moyen emballant d'accroître la sensibilisation à l'utilité et aux considérables bienfaits des parcs et des loisirs pour les gens, les familles et les communautés.

Le mois des parcs et des loisirs permet de célébrer le succès des loisirs et des parcs en ce qui a trait à l'amélioration de la qualité de vie en Ontario.

Notre thème, « Profitez-en chaque jour », exprime la nécessité d'apporter notre appui et de participer aux programmes, services et installations des parcs et des loisirs – tous les jours!

Langue de travail

C'est votre droit et une question de respect!

(article tiré du vol. 5, numéro 1, printemps 2006, d'À-propos)

Par Jacynthe de Saint-Hilaire, gestionnaire de la formation et du perfectionnement et conseillère des langues officielles, ASPFC, Ottawa, (613) 996-7818, desainthilaire.jacynthe@aspfc.com

Le dialogue et le respect mutuel sont essentiels à l'établissement d'un milieu de travail au sein duquel les employés se sentent à l'aise et sont fiers de communiquer dans la langue officielle de leur choix.

La partie V de la *Loi sur les langues officielles* définit les circonstances dans lesquelles les employés, dans certaines régions, ont le droit d'utiliser le français ou l'anglais lorsqu'ils travaillent dans les établissements fédéraux – par exemple lorsqu'ils participent à des réunions, reçoivent des instructions ou rédigent des documents internes. Elle précise l'obligation de créer un milieu de travail permettant aux membres du personnel d'utiliser la langue leur choix lorsqu'ils ne font pas affaire avec le public.



Les communications électroniques au sein des BNP

Les communications électroniques du QG de l'ASPFC et des bureaux ou des installations des BNP désignés bilingues doivent être transmises simultanément dans les deux langues officielles. On peut envoyer une communication électronique dans une seule langue officielle si elle s'adresse à une seule personne ou à un groupe de personnes qui ont la même préférence au regard de la langue de travail.

Reportez-vous à la version électronique du présent numéro d'À-propos pour obtenir la carte d'auto-évaluation de l'employé(e).

Le prochain numéro

Nous publierons le prochain numéro de Salle de jeux à la fin de l'été 2006 et nous vous invitons à envoyer des articles, peu importe la longueur, et des photos par courrier électronique à :

rooke.lara@aspfc.com

Pour joindre la GNLSJ :
(613) 995-7802 ou
Webster.sa@forces.gc.ca

Pour joindre la CNLSJ :
(613) 992-4642 ou
rooke.lara@aspfc.com

Loisirs communautaires des PSP
1600, ch. Startop, 2^e étage, Ottawa
ON K1A 0K2
Canada

L'équipe de projet nationale des services à la jeunesse souhaite à vous et à votre famille une belle saison estivale.
Soyez prudents!



Vous avez une histoire à succès?

Pourquoi ne pas la soumettre à À-propos—le bulletin du personnel des FNP? Pour soumettre votre article ou obtenir plus d'information, communiquez avec Brigitte Smiley à :

smiley.brigitte@aspfc.com