

ASHLEY
FURNITURE • MATTRESSES
& HOME DECOR

QUALITY Furniture & Mattresses
at AFFORDABLE Prices

OPEN SUNDAYS 11AM-4PM

613-629-5464 10 MATTHEWS AVE.
WWW.ASHLEYPEMBROKE.CA

POST

JOURNAL
PETAWAWA

CENTURY 21
Aspire Realty Ltd. Brokerage

**FLIP TO
THE BACK &
CHECK OUT
OUR LISTINGS!**

3025 Petawawa Blvd.
613-687-1687
aspirerealty.c21.ca

BGRS THIRD PARTY
SERVICE PROVIDER

RE/MAX
East Coast
ELITE



DANA MERCER
REALTOR®
OROMOCTO, NB
613.633.7551
506.230.7403
DANA.MERCER@REMAX.NET

VOLUME 80, N° 10 THURSDAY, MAY 9, 2024 • JEUDI 9 MAI 2024 FREE/GRATUIT

Cyprus Memorial Plaque unveiled at Garrison Petawawa • Plaque commémorative de Chypre dévoilée à la Garnison Petawawa

By Patricia Leboeuf

Petawawa Post

The sacrifices of Canadians who served in the United Nations Peacekeeping Force in Cyprus (UNFICYP) were honoured by a new memorial plaque and display at the Garrison Petawawa Military Museums.

On May 5, following the Wegner Point Fallen Paratrooper Service, veterans, Canadian Armed Forces personnel and members of the community gathered

to see the plaque unveiled at the museum park in a short but poignant ceremony.

The plaque will now stand as a permanent tribute to one of Canada's longest overseas military commitments.

The first of three memorial plaques was dedicated last year in Edmonton at the Peron Berger Park; a third will be ready in a few months for viewing at Wolseley barracks in Cyprus.

... continued on page two



Chief Warrant Officer (Ret'd) Ian Husk and Major General (Ret'd) Walter Holmes unveil the memorial plaque that will now commemorate the sacrifices made by Canadian soldiers during the Cyprus UN mission and conflict. \ L'adjudant-chef (à la retraite) Ian Husk et le major-général (à la retraite) Walter Holmes dévoilent la plaque commémorative qui rendra désormais hommage aux sacrifices des soldats canadiens pendant le conflit de Chypre. (Photo : Patricia Leboeuf, Journal Petawawa Post)

Par Patricia Leboeuf

Journal Petawawa Post

Les sacrifices des Canadiens qui ont servi dans la Force de maintien de la paix des Nations Unies à Chypre (UNFICYP) ont été honorés par une nouvelle plaque commémorative et une exposition au Musée militaire de la Garrison Petawawa.

Le 5 mai, à la suite du service commémora-

tif des parachutistes tombés de Wegner Point, des vétérans, du personnel des Forces armées canadiennes et des membres de la communauté se sont réunis pour assister au dévoilement de la plaque au parc du musée lors d'une cérémonie brève mais poignante.

La plaque se dressera désormais comme un hommage permanent à l'un des plus longs engagements militaires outre-mer du Canada.

... suite à la page deux

COMING SOON

BIENTÔT DISPONIBLE

Grand Re-Opening!

Grande réouverture!

film.ca
troyes cinema



Opening in Garrison Petawawa May 17 Long Weekend!
Ouverture de la garnison de Petawawa le 17 mai, longue fin de semaine !

MITSUBISHI MOTORS



Pembroke Mitsubishi

613-631-0444
1912 Petawawa Blvd.
www.pembrokemitsubishi.ca

Cyprus Memorial Plaque unveiled at Garrison Petawawa ... continued from front page

The Spring unveiling ceremony was organized by the Cyprus 2024 Committee, a group of retired military members who are planning a pilgrimage to Cyprus in November to mark the 50th anniversary of the 1974 conflict and the 60th anniversary of the UN mission in Cyprus.

The plaque was created by Campbell Monuments with the support of the National Wall of Remembrance Association and the Canadian Airborne Forces Association.

Its design was inspired by the incredible wealth of information on Operation SNOWGOOSE that was uncovered by committee members who asked family, friends and former colleagues to dig photos, videos and articles out of their old barrack boxes, basements and attics.

The conflict in Cyprus is often viewed as another "forgotten war" as many civilians are unaware of extent to which Canadians played a role in Cyprus.

Canada has had a long and significant peacekeeping presence in the country, dating back to 1964 when Canadian troops were part of the first international contingent deployed to the island to help defuse the crisis between the Greek and Turkish Cypriot communities. Their main task was to patrol the "Green Line" buffer zone. But their involvement took on a more active and dangerous dimension during the 1974 Turkish invasion of Cyprus.

Canadian troops were deployed to defend the Nicosia airport, engaging in fire-fights with Greek Cypriot forces to prevent it from fall-

ing into Turkish hands. This marked one of the first times Canadian peacekeepers used direct force to protect them-

selves and the UN mission.

"Today, we will honour the service of the 30,000 Canadians who served in Cy-

prus and the 28 who died there," said Colonel (Ret'd) James Holsworth.

The Garrison Petawawa Military Museums will also

now showcase a special exhibit on the Cyprus mission, curated by Ainsley Christensen and Chief Warrant Officer (Ret'd) Ian Husk.



On May 5, people gathered in the Garrison Petawawa Military Museums Park to see the unveiling of the new Cyprus Memorial Plaque. From left are members of the Cyprus 2024 Committee Colonel (Ret'd) James Holsworth, Major (Ret'd) JP Hill, Chief Warrant Officer (Ret'd) Ian Husk, Major General (Ret'd) Walter Holmes, Chief Warrant Officer (Ret'd) Frank Gratton and Chief Warrant Officer (Ret'd) Mel Douglas. | Le 5 mai, des gens se sont rassemblés dans le parc du Musée militaire de la Garnison Petawawa pour assister au dévoilement de la nouvelle plaque commémorative du conflit de Chypre. De gauche à droite, des membres du Comité Chypre 2024 : le colonel (à la retraite) James Holsworth, le major (à la retraite) JP Hill, l'adjutant-chef (à la retraite) Ian Husk, le major-général (à la retraite) Walter Holmes, l'adjutant-chef (à la retraite) Frank Gratton et l'adjutant-chef (à la retraite) Mel Douglas. (Photos : Patricia Leboeuf, Journal Petawawa Post)

Plaque commémorative de Chypre dévoilée à la Garnison Petawawa ... suite de la première page

La première des trois plaques commémoratives a été dédiée l'an dernier à Edmonton, au parc Perron Berger ; une troisième sera prête dans quelques mois pour être exposée à la caserne Wolseley à Chypre.

La cérémonie de dévoilement du printemps a été organisée par le Comité Chypre 2024, un groupe de militaires à la retraite qui prévoient un pèlerinage à Chypre en novembre pour marquer le 50e anniversaire du conflit de 1974 et le 60e anniversaire de la mission des Nations Unies à Chypre.

La plaque a été créée par Campbell Monuments avec le soutien de la National Wall of Remembrance Association et de l'Association des Forces aéroportées canadiennes.

Sa conception a été inspirée par la richesse incroyable d'informations sur l'Opération SNOWGOOSE que les membres du comité ont découverte en demandant à la famille, aux amis et aux anciens collègues de fouiller dans leurs vieilles boîtes de caserne, sous-sols et greniers pour en ressortir des photos, des vidéos et des articles.

Le conflit à Chypre est souvent considéré comme une « guerre oubliée » car de nombreux civils ignorent l'ampleur de l'implication des Canadiens à Chypre.

Le Canada a eu une présence de maintien de la paix longue et importante dans le pays, remontant à 1964 lorsque des troupes canadiennes ont fait partie du premier contingent international déployé sur l'île pour aider à désamorcer la crise entre les communautés chypriotes grecque et turque. Leur tâche principale était de patrouiller dans la zone tampon de la « Ligne verte ». Mais leur implication a pris une dimension plus active et dangereuse lors de l'invasion turque de Chypre en 1974.

Des troupes canadiennes ont été déployées pour défendre l'aéroport de Nicosie, s'engageant dans des échanges de tirs avec les forces chypriotes grecques pour l'empêcher de tomber entre les mains turques. Ce fut l'une des premières fois où des casques bleus canadiens ont utilisé la force directe pour se protéger et protéger la mission des Nations Unies.

« Aujourd'hui, nous honorons le service des 30 000 Canadiens qui ont servi à Chypre et des 28 qui y sont morts », a déclaré le colonel (à la retraite) James Holsworth.

Le Musée militaire de la Garnison Petawawa présentera également une exposition spéciale sur la mission à Chypre, organisée par Ainsley Christensen et l'adjutant-chef (à la retraite) Ian Husk.

HAPPY MOTHER'S DAY

UNIQUELY EXQUISITE GIFTS
from our Master Artists

Jewellery, Silk, Pottery, Soaps,
Woodworking, Glass Art, Wool, Books,
Wall Art, Drums, Artistic Greeting Cards,
Gourmet Food and more!

GIFT CERTIFICATES **HOURS**
Available in store 10am - 5:30pm daily

VALLEY ARTISANS CO-OP GALLERY
ValleyArtisans.com
33373 Hwy 17W, Deep River

Injured? Denied Benefits by your Insurer? Questions? Get expert legal advice FREE

Phone 1-866-701-5811/613-599-3535 or email agirones@gironeslaw.com or complete the form on our website.

30 YEARS EXPERIENCE WINNING PERSONAL INJURY CASES. NO WIN, NO FEE.

GIRONES LAWYERS OTTAWA
Where client's money is NOT required to to fight their case

ANDREA GIRONES
PERSONAL INJURY LAWYER
www.gironeslaw.com

Service commemorates Wegner Point tragedy Service commémore la tragédie de Wegner Point

By/Par Patricia Leboeuf

Journal Petawawa Post



On May 8, 1968, 26 paratroopers on a night jump were blown off course by severe winds and instead of landing on the intended drop zone, 22 of them plunged into the treacherous Ottawa River near Wegner Point.

Weighted down by parachutes and equipment, the soldiers were thrust into a battle for survival.

Although the majority reached the safety of the shore, seven tragically succumbed to the icy waters, marking this event as one of the most catastrophic peacetime accidents in Canadian history.

Annually, a mix of family, friends, veterans, survivors, cadets, and serving Canadian Armed Forces (CAF) members come together to commemorate the Wegner Point tragedy.

While Garrison Petawawa does have a hand in planning the event, it is Dennis Stow and the Canadian Airborne Forces Association (CAFA) that are "ensuring that the fallen jumpers and their memory will not be forgotten," said 2 Canadian Mechanized Brigade Group Headquarters and Signal Squadron (2 CMBG HQ & Sig Sqn) Regimental Sergeant Major (RSM) Chief Warrant Officer (CWO) Raymond Laplante.

This year, the memorial took place on May 5 at the intersection of Vimy and Arras Rds., chosen for its accessibility and poignant view of the river. The Wegner Point Me-

morial cairn was moved to this location from its original place at Wegner Point after the original site became difficult to access.

These yearly memorial services provide a solemn space to grieve and pay respect to the brave servicemen whose lives were taken, while also celebrating the courage of all members of the CAF.

"Although 56 years have passed since that tragic accident and the impact of the loss of these brave soldiers is still felt in the community and it is our duty to ensure that sacrifice is never forgotten," said CWO Laplante.

The seven soldiers who perished that night were Master Warrant Officer Reginald Riddell, Warrant Officer Michael McDonnell, Corporal Hugh Fields, Corporal Bob Knight, Corporal Dennis Clements, Corporal Jim Misener, and Corporal Bruce Chiswell.

Beyond their military roles in The Royal Canadian Regiment and the 2nd Signal Squadron, they were also cherished family members and friends, whose absence continues to be deeply felt within the military community and beyond.

"These paratroopers were valued members of the CAF and the local area," said CWO Laplante. "So this tragedy affected the entire base and community. Not only were these paratroopers serving their country but they were also husbands, fathers, neighbours and friends of those who were left behind."

Le 8 mai 1968, 26 parachutistes lors d'un saut de

nuit ont été déviés de leur trajectoire par des vents violents et, au lieu d'atterrir sur la zone de largage prévue, 22 d'entre eux se sont écrasés dans les eaux traîtresses de la rivière des Outaouais près de Wegner Point.

Alourdie par les parachutes et l'équipement, les soldats ont dû se battre pour leur survie.

Bien que la majorité ait atteint la sécurité de la rive, sept d'entre eux ont tragiquement succombé aux eaux glacées, faisant de cet événement l'un des accidents les plus catastrophiques en temps de paix de l'histoire canadienne.

Chaque année, un mélange de famille, d'amis, de vétérans, de survivants, de cadets et de membres des Forces armées canadiennes (FAC) en service se réunissent pour commémorer la tragédie de Wegner Point.

Bien que la Garnison Petawawa participe à l'organisation de l'événement, c'est Dennis Stow et l'Association des Forces aéroportées canadiennes (CAFA) qui « veillent à ce que les parachutistes décédés et leur mémoire ne soient pas oubliés », a déclaré le sergent-major régimentaire (SMR) de la 2e Brigade mécanisée du Canada (2 CMBG HQ & Sig Sqn), l'adjutant-chef (Adjuc) Raymond Laplante.

Cette année, le mémorial a eu lieu le 5 mai à l'intersection des routes Vimy et Arras, choisie pour son accessibilité et sa vue poignante sur la rivière. Le cairn commémoratif de Wegner Point a été déplacé à cet endroit

depuis son emplacement d'origine à Wegner Point, car le site initial est devenu difficile d'accès.

Ces services commémoratifs annuels offrent un espace solennel pour pleurer et rendre hommage aux braves militaires dont la vie a été prise, tout en célébrant le courage de tous les membres des FAC.

« Bien que 56 ans se soient écoulés depuis cet accident tragique, l'impact de la perte de ces braves soldats se fait encore sentir dans la communauté et il est de notre devoir de veiller à ce que ce sacrifice ne soit jamais oublié », a déclaré l'Adjuc Laplante.

Les sept soldats qui ont péri cette nuit-là étaient l'adjutant-maître Reginald Riddell, l'adjutant Michael McDonnell, le caporal Hugh Fields, le caporal Bob Knight, le caporal Dennis Clements, le caporal Jim Misener et le caporal Bruce Chiswell.

Au-delà de leurs rôles militaires au sein du Royal Canadian Regiment et du 2e Escadron des transmissions, ils étaient également des membres de famille et des amis chéris, dont l'absence continue d'être profondément ressentie au sein de la communauté militaire et au-delà.

« Ces parachutistes étaient des membres estimés des FAC et de la région locale », a déclaré l'Adjuc Laplante. « Donc cette tragédie a touché toute la base et la communauté. Ces parachutistes ne servaient pas seulement leur pays, mais ils étaient aussi des maris, des pères, des voisins et des amis de ceux qui ont été laissés derrière. »



(Top photo) Piper Master Corporal Adam Tingskou further adds to the solemnity of the memorial with the sad lament of the bagpipes. | (Photo du haut) Le caporal-chef Adam Tingskou, ajoute encore à la solennité du mémorial avec le triste chant des cornemuses. (Centre photo) On behalf of the 1st Battalion, the Royal Canadian Regiment, Sergeant Kyle Ladouceur and Sergeant Melissa Giroux lay down a wreath. | (Photo du centre) Au nom du 1er Bataillon, le Royal Canadian Regiment, le sergent Kyle Ladouceur et la sergente Melissa Giroux déposent une couronne. (Bottom photo) Soldiers march up the hill to line up and pay their respects at the Fallen Jumpers Memorial, which was moved to the location at the corner of Arras and Vimy Street in 2019. | (Photo en bas) Les soldats montent la colline pour se ranger et rendre hommage au Mémorial des parachutistes, qui a été déplacé à l'intersection des rues Arras et Vimy en 2019. (Photos : Patricia Leboeuf, Journal Petawawa Post)

FOUR DAY FORECAST FOR PETAWAWA			
TONIGHT	FRIDAY	SATURDAY	SUNDAY
MAY 9	MAY 10	MAY 11	MAY 12
7C	14C	15C	17C
RAIN & DRIZZLE POP 84%	CLOUDY 5C @ NIGHT	MOSTLY CLOUDY 6C @ NIGHT	CLOUDY & RAIN 7C @ NIGHT
Forecast data updated as of Tuesday, May 7, 2024 from www.accuweather.com			

THE WORLD'S LARGEST GT STORE!

Sun: 9-5 • Mon-Fri: 8-9 • Sat: 8-6

GIANT TIGER

Your one-stop shopping at
171 Alexander St. Downtown Pembroke



Managing Editor | Rédacteur en Chef

Lisa Brazeau

Assistant Editor | Rédacteur adjoint

Kiera Miller

Accounts Clerk | Commis Comptable

Angela Sawyer

Journalist/Photographer | Journaliste/Photographe

Patricia Leboeuf

Sales Representative | Représentant Commerciale

Wade Banman

Circulation • Circulation: 6,600

Garrison Petawawa/Garrison Petawawa, Ontario K8H 2X3

613-687-5511, Ext 5386/6265

Fax: 613-588-6966

Email: petawawapost@bellnet.ca

Publication Mail Agreement Number/ Numéro de

convention de poste de publication: 42716018

PUBLISHED EVERY TWO WEEKS as of May 2020/PUBLIÉ

TOUTES LES DEUX SEMAINES à partir de mai 2020

Delivered FREE to the Petawawa community/ Livré

GRATUITEMENT à la communauté de Petawawa.

SUBSCRIPTIONS/ ABONNEMENT: Please inquire for more

details/Veuillez vous renseigner pour plus de détails.

Read the Petawawa Post on line at/ Lisez le journal

Petawawa Post en ligne à www.petawawapost.ca

This publication is issued under the authority of Col J Guiney, Commander 4 CDSG/4 CDSB Garrison Petawawa with copies published every second Thursday (as of May 2020).

Cette publication est émise sous l'autorité du col J Guiney, commandant de la 4 GSDC/4 BSDC Garrison Petawawa et est publiée chaque deuxième jeudi (à partir de mai 2020).

Editorial Board

Chief Executive Officer - Mr. Nathan Lane

Managing Editor - Mrs. Lisa Brazeau

Public Affairs Officer - 4 CDSB Garrison Petawawa - Daphny Gebhart-Turcotte

Brigade Public Affairs Officer - 2 CMBG - Capt James Shrub

Opinions expressed herein are those of the writers and not necessarily those of the Commander or the Editorial Board. They are not to be considered an official expression of the Department of National Defence. The Editorial Board reserves the right to reject any editorial or advertising material. Furthermore, the Board cannot be held responsible for the loss or damage of photos or articles submitted for publication.

Comité de la Rédaction

Directeur général - M. Nathan Lane

Rédacteur en chef - Mme. Lisa Brazeau

Conseiller en affaires publiques - Garrison Petawawa - Daphny Gebhart-Turcotte

Conseiller en affaires publiques - 2 GBMC, capitaine James Shrub

Les opinions qui y sont exprimées de l'auteur et ne sont pas nécessairement celles du commandant ou du comité de la rédaction. Elles ne doivent pas être considérées comme des expressions officielles du Ministère de la défense nationale. Le comité de la rédaction réserve le droit de rejeter tout matériel publicitaire ou éditorial. De plus, le comité ne peut être tenu responsable de la perte ou dommage aux photos et articles soumis pour publications.

Advertising:

Errors or correction must be brought to the attention of the Managing Editor the day after the first insertion. The advertisers agree that the publisher shall not be liable for damages arising out of errors in advertisements beyond the amount paid for the space actually occupied by that portion of the advertisement.

Submission Deadline:

Thursday noon to the Editor for the following Thursday edition.

Bldg S-602, 613-687-5511 ext. 5386.

Email: petawawapost@bellnet.ca

Publicité:

Les erreurs ou corrections doivent être mentionnées au Rédacteur en chef le lendemain de la première parution. L'auteur de l'annonce accepte que le Rédacteur en chef ne soit pas tenu responsable des dommages qui pourraient survenir suite à des erreurs dans les annonces en plus de montant payé pour l'espace occupé par cette portion de l'annonce au-delà du montant payé pour l'annonce.

Date d'échéance:

Le jeudi à 12h 00 au Rédacteur en chef

Édifice S-602, 613-687-5511, poste 5386.

Email: petawawapost@bellnet.ca



Movement is Medicine event raises awareness of MMIWG2S • Bouger, c'est guérir sensibilise à la FFPBADA

By/Par Patricia Leboeuf

Journal Petawawa Post

Canadian Armed Forces personnel and civilian members of the Defence Team at Garrison Petawawa, many wearing red, walked 3.4 km on May 3 to draw attention to the ongoing crisis of Murdered and Missing Indigenous Women, Girls and Two-Spirit (MMIWG2S) individuals. May 5 is the National Day of Awareness for MMIWG2S, also known as "Red Dress Day".

The Movement is Medicine: Walk-Run-Wheel event was hosted by the Knowledge Circle for Indigenous Inclusion (KCII), Indigenous Wellness Resource Centre (IWRC), and Petawawa Defence Indigenous Advisory Group (PDIAG).

The event was more than just a symbolic gesture - it was a chance for education and community building among allies and Indigenous people in the Petawawa region. Lead co-ordinator Master Corporal (MCpl) Peter Jamieson of the Haudenosaunee Nation noted that the event "gets people out and about to commemorate" the national tragedy of MMIWG2S.

"It is important that we

honour them as they represent a disproportionate (number)," said Mcpl Jamieson. According to the Assembly of First Nations, 16 per cent of all female homicide victims and 11 per cent of missing women are Indigenous, despite comprising only 4.3 per cent of Canada's population.

Events like Movement is Medicine shine a light on this fact, and help drive meaningful change.

"The CAF are certainly supporters and can lead the way for the rest of our Canadian society, so they can be in line to our Calls for Action," said Circle of Turtle Lodge trustee Olivia Davies. "... It is a relief that the work is being done in a very good way."

Le personnel des Forces armées canadiennes et les membres de l'équipe de défense de la Garrison Petawawa, dont beaucoup portaient du rouge, ont marché 3,4 km le 3 mai pour attirer l'attention sur la crise actuelle des femmes, filles et bispirituelles autochtones assassinées et disparues (MMIWG2S). Le 5 mai est la journée nationale de la sensibilisation à la question des femmes, des filles et des personnes bispirituelles autochtones assassinées et dis-



On May 3, Garrison Petawawa hosted Movement is Medicine, a special walk to mark the National Day of Awareness for Missing and Murdered Indigenous Women and Girls and Two Spirit people (MMIWG2S), held annually on May 5. The group of military members and civilian Department of National Defence employees made their way around the Golf Club. | Le 3 mai, la Garrison Petawawa a accueilli Bouger, c'est guérir, une marche spéciale pour marquer la Journée nationale de sensibilisation aux femmes, aux filles et aux personnes bispirituelles autochtones disparues et assassinées (FFPBADA), qui se tient chaque année le 5 mai. Le groupe de militaires et d'employés civils du ministère de la Défense nationale a fait le tour du terrain de golf.

parues (FFPBADA), également connue sous le nom de la Journée de la robe rouge.

Bouger, c'est guérir a été organisé par le Centre de ressources sur le bien-être des Autochtones (CRBA) du Cercle du savoir sur l'inclusion autochtone (CSIA) et le Groupe consultatif des Autochtones de la Défense (GCAD).

Plus qu'un simple geste symbolique, cet événement a été l'occasion d'éduquer les alliés et les populations autochtones de la région de Petawawa et de renforcer leur communauté. Le coordonnateur principal, le caporal-chef (cplc) Peter Jamieson, de la nation Haudenosaunee, a fait remarquer que l'événement « permet aux gens de sortir et de se déplacer pour commémorer » la tragédie nationale de FFPBADA.

« Il est important que nous leur rendions hommage, car ils représentent un nombre disproportionné », a déclaré le cplc Jamieson.

Selon l'Assemblée des Premières Nations, 16 % des femmes victimes d'homicide et 11 % des femmes disparues sont autochtones, alors qu'elles ne représentent que 4,3 % de la population canadienne.

Des événements tels que Bouger, c'est guérir mettent en lumière ce fait et contribuent à susciter des changements significatifs.

« Les CAF sont certainement des partisans et peuvent montrer la voie au reste de la société canadienne, afin qu'elle soit en phase avec nos appels à l'action », a déclaré Olivia Davies, administratrice du Circle of Turtle Lodge. « ... C'est un soulagement de voir que le travail est fait d'une très bonne manière. »



Natania Dagenais and Savannah Dagenais joined participants of the Movement is Medicine event at Garrison Petawawa May 3, shining a light on the continued injustices that indigenous women, girls and two-spirited people face. | Natania Dagenais et Savannah Dagenais se sont jointes aux participants de l'événement Bouger, c'est guérir à la Garrison Petawawa le 3 mai, mettant en lumière les injustices continues auxquelles sont confrontées les femmes, les filles et les personnes bispirituelles autochtones. (Photos : Patricia Leboeuf, Journal Petawawa Post)

We Stand With Survivors campaign Campagne Nous soutenons les survivantes

Submitted by the Women's Sexual Assault Centre of Renfrew County

The We Stand With Survivors (WSWS) campaign, now in its sixth year, has evolved into a powerful symbol of support and solidarity for survivors of sexual abuse and assault across Renfrew County.

Originating from a heartfelt commitment to stand with survivors, the campaign began with the Women's Sexual Assault Centre of Renfrew County (WSAC) receiving a three-year project grant in 2017 from Status of Women Canada. This grant aimed to develop a rural model for female survivors of sexual violence, focusing on Renfrew County.

The campaign's inception lies in WSAC's dedication to addressing the needs of survivors in rural communities. It was born out of direct engagement with survivors who expressed feeling unseen, unheard, and disbelieved. Over the years, the campaign has grown annually, with the same communities participating and new ones joining each year. Currently, seven communities - Pembroke, Petawawa, Eganville, Barry's Bay, Renfrew, Arnprior, and Chalk River - display street banners and electronic signs in support of the campaign. Additionally, this year we have introduced lawn signs as a new way to show support for the campaign.

Furthermore, over 180 businesses within these communities showcase our posters, demonstrating widespread community support for survivors of sexual assault and abuse.

As May is Sexual Assault Prevention Month, the WSWS campaign continues to serve as a vital platform for raising awareness and supporting survivors. Its aim is

simple yet profound: to let survivors know that we hear them, we believe them, and we care about what happened to them.

If you are a survivor of sexual abuse or assault and need support, please call 1-800-663-3060.

Soutien par le Centre d'aide et de lutte contre les agressions sexuelles du Comté de Renfrew

La campagne Nous soutenons les survivantes (NSS), qui en est à sa sixième année, est devenue un puissant symbole de soutien et de solidarité pour les survivantes d'abus et d'agressions sexuels à travers le comté de Renfrew.

Née d'un engagement sincère à soutenir les survivantes, la campagne a commencé lorsque le Centre d'aide et de lutte contre les agressions sexuelles du Comté de Renfrew a reçu une subvention de projet de trois ans en 2017 de Condition féminine Canada. Cette subvention visait à développer un modèle rural pour les survivantes de violence sexuelle, se concentrant sur le comté de Renfrew.

L'origine de la campagne repose sur le dévouement du Centre d'aide à répondre aux besoins des survivantes dans les communautés rurales. Elle est issue de l'engagement direct avec les survivantes qui se sentaient invisibles, inentendues et non crues. Au fil des années, la campagne a grandi annuellement, avec les mêmes communautés participant et de nouvelles se joignant chaque année. Actuellement, sept communautés - Pembroke, Petawawa, Eganville, Barry's Bay, Renfrew, Arnprior et Chalk River - affichent des bannières de rue et des panneaux électroniques en

soutien à la campagne. De plus, cette année, nous avons introduit des panneaux de pelouse comme nouveau moyen de soutenir la campagne.

En outre, plus de 180 entreprises au sein de ces communautés présentent nos affiches, démontrant un soutien communautaire étendu pour les survivantes d'agressions et d'abus sexuels.

Le mois de mai étant le mois de la prévention des agressions sexuelles, la campagne NSS continue de servir de plateforme essentielle pour sensibiliser et soutenir les survivantes. Son objectif est simple mais pro-



fond : faire savoir aux survivantes que nous les entendons, nous les croyons, et nous nous soucions de ce qui leur est arrivé.

Si vous êtes une survivante d'abus ou d'agression sexuels et avez besoin de soutien, veuillez appeler le 1-800-663-3060.



MILITARY MEMBERS GET \$500 OFF NEW VEHICLES

IT'S MAY TRUCK MONTH

@ BUTLER GM

TO SEE OUR FULL LINE UP, VISIT BUTLERGM.COM

Butler

1370 Pembroke St. W. Pembroke ON
613-735-3147 • www.butlergm.com
SHOP 24/7 ONLINE

PMFRC hosts Teal Up Day event • CFRMP organise l'événement « Teal Up Day »



(Above) PMFRC Executive Director Derek de Ruiter (left) joined 4th Canadian Division Support Group (4 CDSG) Commander Colonel Jason Guiney (right) and 4 CDSG Formation Sergeant Major Chief Warrant Officer Jimmy Cote (second from left) to tie a teal ribbon at the front of the South Side Community Centre for Teal Up Day. (Submitted photo) | (Ci-dessus) Le directeur exécutif du CRFMP, Derek de Ruiter (à gauche), a rejoint le commandant du 4e Groupe de soutien de la division canadienne (BS 4 Div CA), le colonel Jason Guiney (à droite), et le sergent-major de formation du BS 4 Div CA l'adjutant-chef Jimmy Cote, pour nouer un ruban couleur sarcelle à l'entrée du Centre communautaire South Side pour la journée « Teal Up ». (Right) Many of the stations were set up to provide as much sensory play as possible. Ruby Dumonceaux, 4, carefully pours water from one cup to another. | (Droit) De nombreuses stations étaient conçues pour offrir autant de jeux sensoriels que possible. Ruby Dumonceaux, 4 ans, verse soigneusement de l'eau d'un gobelet à l'autre.

April is the Month of the Military Child, and to celebrate their resilience, the Petawawa Military Family Resource Centre (PMFRC) hosted Teal Up Day on April 26. The South Side Community Centre hosted hundreds of children and their families, many dressed in teal shirts. A display of military vehicles, free pizza and cotton candy, crafts, games and sensory activities kept the little ones entertained while their adults could peruse information booths to learn more about the PMFRC's services. | Avril est le Mois de l'enfant militaire, et pour célébrer leur résilience, le Centre de ressources pour les familles militaires de Petawawa (CRFMP) a organisé la journée « Teal Up » le 26 avril. Le Centre communautaire South Side a accueilli des centaines d'enfants et leurs familles, beaucoup vêtus de chemises couleur sarcelle. Une exposition de véhicules militaires, des pizzas et de la barbe à papa gratuites, des bricolages, des jeux et des activités sensorielles ont divertifié les petits pendant que les adultes pouvaient consulter des stands d'information pour en savoir plus sur les services du CRFMP.



(Above) A display of some Canadian Armed Forces vehicles were on site for kids to explore. Andrew Levesque, 3, is comfortable behind the wheel. | Une exposition de quelques véhicules des Forces armées canadiennes était sur place pour que les enfants puissent les explorer. Andrew Levesque, 3 ans, est à l'aise derrière le volant. (Photos : Patricia Leboeuf, Journal Petawawa Post)



Don't pay for 6 MONTHS!

Don't Pay until October!

LeisureDays

RV CENTRE

PEMBROKE

WE SUPPORT OUR TROOPS!

SPORTSMAN CLASSIC 160RBT



VAN & SUV TOWABLE!

Sleeps up to 10! Hybrid with tent ends, spacious shower, 6gal water heater, tinted windows, 8cu ft refridgerator, & much more!



SPORTSMAN CLASSIC 170MB



VAN & SUV TOWABLE!

Incl. Queen Murphy Bed, self-adjust electric brakes, 12V converter w/Charger, tank monitor panel, flush mount 2 burner cooktop & much more!



ESCAPE 18 HATCH



VAN & SUV TOWABLE!

Mini toy hauler for dirt bikes, kayaks or SUPs, 100 watt roof mount solar & 1,000 watt inverter, & more!



Check out our fully stocked parts department!



2009 Petawawa Blvd. Pembroke (between Pembroke & Petawawa) | 613-732-2200 | www.leisuredayspembroke.ca



(Above) Elliana Dumonceaux, 2, makes her way through the obstacle course and carefully climbs over some tricky netting. | (Ci-dessus) Elliana Dumonceaux, 2 ans, se fraye un chemin à travers le parcours d'obstacles et grimpe prudemment sur un filet compliqué. (Above left) Arthur Sylfore, 3, enjoys a slice of pizza. Snacks like pizza were provided free of charge to attendees. | (En haut à gauche) Arthur Sylfore, 3 ans, savoure une part de pizza. Des encas comme la pizza étaient offerts gratuitement aux participants. (Left) Hazel Condon, 4, looks through the glass hoping to see her sibling at the wheel. | (Gauche) Hazel Condon, 4 ans, regarde à travers la vitre en espérant voir son frère ou sa sœur au volant.



Join us in celebrating National AccessAbility Week this year!

Petawawa, ON – The Petawawa Accessibility Advisory Committee is thrilled to continue our commitment to inclusivity and accessibility. Every year, starting the last Sunday in May is National AccessAbility Week (NAAW), which is an opportunity to recognize and celebrate the contributions of Canadians with disabilities, as well as to promote accessibility and inclusion in all aspects of life.

Building on the success of our celebrations last year, where we organized engaging events, and awareness campaigns, we are excited to take this commitment forward in 2024. Together, let's celebrate diversity, raise awareness, and work towards a future where everyone has the opportunity to thrive. On Sunday, May 26, 2024, at 1:00pm the Petawawa Accessibility Advisory Committee will be hosting a ceremony to raise the National AccessAbility Week flag created by the Rick Hansen Foundation to kick off this week of celebration and to participate in the conversations on creating an accessible and inclusive Petawawa.

In addition to our flag raising ceremony, stay tuned for a cascade of messages and resources as we support this celebration and the initiatives aimed to foster accessibility and promote a more inclusive society. Whether you're passionate about breaking barriers, championing equal opportunities, or simply curious about the developments in the accessibility landscape, our upcoming messages will keep you engaged and informed. Together, let's amplify the voices of individuals with disabilities and build a more accessible and equitable community.

BLINDS, SHUTTERS, DRAPES & BEDDING!

FINAL WEEK!

GIANT SPRING SALE

NOW ON!

QUALITY BEDDING NOW ON SALE! **THE BLIND EXPERTS OFFER:**

- Down & synthetic Duvets
- Pillows
- Quality Sheets (up to 20" profile)
- Quilts
- Duvet covers
- Mattress protectors
- X-Long Twin Fitted sheets
- Shutters
- Cellular Blinds
- Hunter Douglas Blinds
- Alta by Shade-O-Matic
- Drapes & Sheers (Manufactured on site)
- Roller Blinds

CELEBRATING 41 YEARS

FREE SHOP @HOME SERVICE

PROFESSIONAL INSTALLATION SERVICE

Custom Draperies & Blinds
Fine Bed Linens, Duvets & Pillows

TheBlindExperts.ca 613-735-0370 12 Matthews Ave. (beside Ashley Furniture)

National AccessAbility Week

MAY 26 TO JUNE 1

TOWN OF PETAWAWA 1865

CHAMPIONED BY THE
PETAWAWA ACCESSIBILITY ADVISORY COMMITTEE

Wellness centre 'elevates' youth health and fitness • Le centre de bien-être élève la santé et la condition physique des jeunes

Pembroke's Elevate Youth Wellness Centre offers free opportunities for physical activity, nutrition and positive mental health to all youth ages 11 to 17. • Le centre de bien-être « Elevate » de Pembroke offre gratuitement des possibilités d'activité physique, de nutrition et de santé mentale positive à tous les jeunes de 11 à 17 ans.

By/Par Lisa Brazeau

Journal Petawawa Post

Elevate Youth Wellness Centre, located in the Phoenix Centre in downtown Pembroke, offers free after school programs and a drop-in fitness studio for youth in a comfortable and welcoming environment.

Founded in honour and memory of local youth wellness advocate Krista Johnson, the centre opened in 2015 to promote physical activity, nutrition and positive mental health for all area youth ages 11 to 17.

Through its doors is a fitness studio with an impressive array of equipment including a rowing machine, elliptical, treadmills, spin bikes, universal gym, hand weights, punching bag, and TRX Suspension Trainer.

There is also a roster of special activities like the Live it Up program to empower young girls, Teen Cooking Class, Yoga, and Mindfulness for Teens.

The centre is run by volunteers including Krista's mother Laurie Johnson and uncle PJ Weller, and is primarily funded by the annual Krista Johnson Memorial Run for

Change. The 10th anniversary of the run, which features two, five and 10 kilometre routes and a half marathon, will be held at Pembroke's Riverside Park on June 9.

Johnson, who died as the result of a cycling accident in Ottawa in 2012, "was adamant about healthy lifestyles for kids and this is an extension of her life's work, something that we can provide for the community for kids to have options," said Weller, who staffs the Elevate gym four afternoons a week from Monday to Thursday.

A Fellowes High School teacher who also spent 20 years coaching, Weller is there to provide guidance, supervision, encouragement and on occasion, help with homework.

"It's of no cost to the kids and they can come in any time from 3:30 to 6:30 p.m. to workout - I can provide them with something or they can do their own thing," he explained. "Coming here still allows me to give back to the community and give back to the kids by providing a safe environment for them to better themselves. Healthy body image and the simple benefits of exercise is great, so I promote that."

It's also a place where he feels connected to his niece.

"It keeps her memory going," he added. "Every time I come in, I see her picture on the wall and that makes me feel like we're still keeping her dream alive."

Reilly Nearing has been visiting Elevate Youth centre regularly since he was 11.

His father Derrick Nearing, who raises funds each year for the Run for Change, said the centre has been so much more than just a place for his son to exercise and learn about healthy living.

"For someone like Reilly, who is on the spectrum, it's really helped him come out of his shell and it's given him a sense of confidence," he said. "I'll go in sometimes and he's playing table tennis and I've never seen him do that before... or he's sitting on a bike and he's talking to someone next to him. He doesn't speak very much, so it's just amazing to see all the progress he's making."

"It would be nice if more kids would use it because there's so much effort going into it," he added. "It's a wonderful place."

Pembroke Business Improve-

ment Area (PBIA) Executive Director Bethea Summers agrees. The PBIA, together with local businesses and property owners, and with the support of the City of Pembroke, organizes, funds, and carries out physical improvements and promotes economic development in Pembroke's downtown core.

"It is a great resource for the youth in our community," she said. "It is centrally located and students from all four Pembroke high schools use it."

The centre also draws a different demographic to the downtown core that might not otherwise visit, she added.

To learn more about Elevate Youth Wellness Centre, visit their Facebook page: <https://www.facebook.com/elevatemindbodyhealth/>

More information about the Krista Johnson Memorial Run for Change can be found at <https://raceroster.com/events/2024/87646/krista-johnson-memorial-run>

Le « Elevate Youth Wellness Centre », situé dans le centre

Phoenix au centre-ville de Pembroke, propose des programmes gratuits après l'école et des séances de remise en forme pour les jeunes dans un environnement confortable et accueillant.

Fondé en l'honneur et à la mémoire de Krista Johnson, défenseur local du bien-être des jeunes, le centre a ouvert ses portes en 2015 pour promouvoir l'activité physique, la nutrition et la santé mentale positive pour tous les jeunes de la région âgés de 11 à 17 ans.

Le centre abrite un studio de remise en forme doté d'une gamme impressionnante d'équipements, notamment un rameur, un vélo elliptique, des tapis roulants, des vélos d'appartement, une salle de sport universelle, des poids et haltères, un sac de boxe et un entraîneur de suspension TRX.

Le centre propose également une série d'activités spéciales telles que le programme « Live it Up », qui vise à renforcer l'autonomie des jeunes filles, des cours de cuisine pour adolescents, du yoga et des cours de pleine conscience pour adolescents.

... suite à la page suivante



David E. Minns Insurance Agency, Ltd.
Dave Minns, Agent
1316 Pembroke St W
Pembroke ON
613-735-0608
david.minns@desjardins.com
davidminns.ca

Because your home is more than just a house

Be sure your homeowners insurance is properly protecting what matters most to you.

Stop in, call or click to contact me today.

Desjardins
Insurance

ASHLEY

10 Matthews Ave,
Pembroke Ontario K8A 8A4
613.629.5464 • 613.629.5465
www.AshleyPembroke.ca
OPEN SUNDAYS 11AM - 4PM



4PCE CHESSINGTON SECTIONAL

\$3199



NERVIANO GREY RECLINER

\$499



5PCE BLONDON DINING SET

\$799

COME IN FAST FOR
BEST SELECTION!

MON - FRI: 9AM - 5:30PM
SAT: 9AM - 4PM & SUN: 11AM - 4PM

ASHLEY
MattressWorld

NOW OPEN 7 DAYS A WEEK!

VISIT US FOR QUALITY FURNITURE & MATTRESSES AT AFFORDABLE PRICES.

Le centre de bien-être élève la santé et la condition physique des jeunes ... suite de la page précédente



Reilly Nearing has been coming to Elevate Youth Wellness Centre since he was 11. The facility operates out of the Phoenix Centre in Downtown Pembroke and is free for all area youth ages 11-17. Reilly Nearing se rend au « Elevate Youth Wellness Centre » depuis l'âge de 11 ans. Le centre est situé au Phoenix Centre, au centre-ville de Pembroke, et est gratuit pour les jeunes de 11 à 17 ans. (Photo : Lisa Brazeau, Petawawa Post)

Le centre est géré par des bénévoles, dont Laurie Johnson, la mère de Krista, et PJ Weller, son oncle, et est principalement financé par la course annuelle Krista Johnson Memorial Run for Change. Le 10e anniversaire de cette course, qui propose des parcours de deux, cinq et dix kilomètres ainsi qu'un semi-marathon, aura lieu au Riverside Park de Pembroke le 9 juin.

Mme Johnson, qui est décédée à la suite d'un accident de vélo à Ottawa en 2012, « était très attachée à un mode de vie sain pour les enfants et ceci est une extension de l'œuvre de sa vie, quelque chose que nous pouvons offrir à la communauté pour que les enfants aient des options », a déclaré Mme Weller, qui s'occupe du gymnase Elevate quatre après-midi par semaine, du lundi au jeudi. Enseignant au lycée

Fellowes, qui a passé 20 ans à entraîner, M Wheeler est là pour guider, superviser, encourager et, à l'occasion, aider les enfants à faire leurs devoirs.

« C'est gratuit pour les enfants et ils peuvent venir de n'importe quel moment de 15h30 à 18h30 pour s'entraîner - je peux leur proposer quelque chose ou ils peuvent faire ce qu'ils veulent », explique-t-il. « Venir ici me permet toujours de rendre service à la communauté et aux enfants en leur offrant un environnement sûr pour qu'ils s'améliorent. Une image corporelle saine et les simples bienfaits de l'exercice sont formidables, et c'est ce que je promeus. »

C'est un lieu où il se sent proche de sa nièce.

« Cela lui permet de garder la mémoire », ajoute-t-il. « Chaque fois que j'entre, je vois sa photo sur

le mur et j'ai l'impression que nous continuons à faire vivre son rêve. »

Reilly Nearing se rend régulièrement au centre Elevate Youth depuis l'âge de 11 ans.

Son père Derrick Nearing, qui collecte chaque année des fonds pour la course Run for Change, a déclaré que le centre a été bien plus qu'un simple lieu où son fils a pu faire de l'exercice et apprendre à vivre sainement.

« Pour quelqu'un comme Reilly, qui fait partie du spectre, le centre l'a vraiment aidé à sortir de sa coquille et lui a donné confiance en lui », a-t-il déclaré. « Je vais parfois le voir jouer au tennis de table, ce que je n'avais jamais vu auparavant... ou bien il est assis sur un vélo et parle à son voisin. C'est incroyable de voir tous les progrès qu'il fait. »

« Ce serait bien si plus d'enfants l'utilisaient, parce qu'il y a tellement d'efforts à faire », a-t-il ajouté. « C'est un endroit merveilleux. »

Betha Summers, directrice exécutive de la zone d'amélioration commerciale (ZAC) de Pembroke, partage cet avis. La ZAC, en collaboration avec les entreprises locales et les propriétaires, et avec le soutien de la ville de Pembroke, organise, finance et réalise des améliorations physiques et promeut le développement économique dans le centre-ville de Pembroke.

« C'est une ressource formidable pour les jeunes de notre communauté », a-t-elle déclaré. « Il est situé au centre et les élèves des quatre écoles secondaires de Pembroke l'utilisent. »

Le centre attire également au centre-ville un public différent qui ne s'y rendrait pas autrement, ajoute-t-elle, et donne aux parents l'occasion de découvrir tous les services et toutes les entreprises que la région a à offrir.

Pour en savoir plus sur le Elevate Youth Wellness Centre, visitez sa page Facebook : <https://www.facebook.com/elevatemind-bodyhealth/>

Pour plus d'informations sur la Krista Johnson Memorial Run for Change, consultez le site <https://raceroster.com/events/2024/87646/krista-johnson-memorial-run>.

READY TO
SELL
YOUR HOME?
We Can Help!



					
Scott Edmonds*** 613-639-1080	Debbie Clark** 613-401-9332	Ryan Pattinson* 613-401-4267	Judy Pattinson* 613-401-5435	Allie Neilson-Sewell* 613-878-1689	
					
Tina Rodrigue* 613-401-7010	Craig Edmonds* 613-633-7653	Colin Allen** 613-698-5884	Andrea Roberts* 613-602-7653	Liam Poirier* 613-717-6944	Dean Burchart* 613-585-2113
					
Jason Turcotte* 613-401-9505	Erica Turcotte* 613-401-8650	Evan Davies* 613-504-2783	Taylor Soulier* 613-602-1100	Tony Davies* 613-717-0154	Paula Macleod* 613-717-4663



ROYAL LEPAGE



Edmonds & Associates
BROKERAGE
INDEPENDENTLY OWNED and OPERATED

7 Hilda St. Petawawa 270 Lake St. Pembroke
613-687-7425 **613-735-1062**

www.royallepageedmonds.ca

CALL TODAY FOR ALL YOUR REAL ESTATE NEEDS!



* Sales Representative **Broker ***Broker of Record



Murphy

FUNERAL HOME & CHAPEL

John Huff, Sandra Huff, Warren Huff
Caring For Our Community Since 1963

Serving the unique traditional requirements of the military and their families.

Specializing in repatriation and military protocols.

296 Isabella Street, Pembroke
 E-Mail: murphyfuneral@nrtco.net
 Website: murphyfuneralhome.ca

613-735-5711



A Message of Continued Commitment to Serving Those Who Serve

Message réitérant notre engagement continu à servir la communauté militaire

Dear Members of Our Community,

I am pleased to share with you that an agreement has been reached between the Union of National Defence Employees (UNDE)/PSAC and the Staff of Non-Public Funds, Canadian Forces from Kingston, Petawawa, and Ottawa/HQ. On April 22, our employees began returning to work progressively.

We understand the challenges that the past months have brought to our Canadian Armed Forces in these locations, and we recognize the frustrations and disruptions this has caused.

First, I would like to thank each of you for your patience, understanding, and resilience throughout this period and express my regret if you were inconvenienced in any way.

As we transition back to a more normal operational rhythm and resume our programming and services, we are fully committed to regaining the trust and respect of our community. We have comprehensive strategies in place to address these important objectives.

My leadership team and I are committed to ensuring that every member of our Canadian Armed Forces community continues to receive the highest level of support across all our services and programs of their lives. Whether it is their physical, mental, social, familial, or financial well-being, we pledge to keep these priorities at the forefront of the services and programs we provide. Our unwavering goal remains to Serve Those Who Serve, and we are committed to delivering on this promise.

We will work tirelessly to rebuild the trust in our services and to demonstrate the value we bring in supporting the operational effectiveness of the Canadian Armed Forces.

With utmost respect and warm regards,

Ian Poulter CEO, CFMWS

Aux membres de la communauté militaire,

Je suis heureux de vous annoncer la conclusion d'une entente entre l'Union des employés de la Défense nationale de l'Alliance de la Fonction publique du Canada (AFPC-UEDN) et le Personnel des fonds non publics, Forces canadiennes des bases de Kingston, de Petawawa et d'Ottawa/QG. Le 22 avril, notre personnel a repris progressivement le travail.

Nous sommes au courant des difficultés rencontrées par les membres des Forces armées canadiennes (FAC) à ces bases dans les derniers mois, ainsi que des frustrations et interruptions que la situation a engendrées.

Tout d'abord, je tiens à remercier chacune et chacun d'entre vous pour sa patience, sa compréhension et sa résilience durant la grève et je suis désolé des inconforts que cette situation a pu vous causer.

Maintenant que nous revenons à une cadence opérationnelle plus normale et que nous reprenons nos programmes et services, nous sommes pleinement déterminés à regagner la confiance et le respect de notre communauté. Et nous disposons de stratégies précises pour y arriver.

L'équipe de direction et moi-même nous engageons à faire en sorte que chaque membre des FAC continue à recevoir un soutien exemplaire dans tous les programmes et services que nous offrons. Qu'il s'agisse de leur bien-être physique, mental, social, familial ou financier, nous continuons à être au service de la communauté militaire, une promesse que nous entendons honorer.

Nous travaillerons d'arrache-pied à rétablir la confiance à l'égard de nos services et à démontrer la valeur que nous ajoutons à l'efficacité opérationnelle des FAC.

Je vous prie de croire, chers membres de la communauté militaire, à l'assurance de mes meilleurs sentiments.

Ian Poulter, CDir, SBMFC

THE TIRES YOU NEED. THE SERVICE YOU DESERVE.

OK TIRE™

Honestly driven.

MILITARY DISCOUNT AVAILABLE O.A.C.

Summer Season Is Here!

CALL TO ORDER YOUR TIRES!
FULL AUTO SERVICE AVAILABLE, BRAKES, OIL, ETC.
LIFT KITS, LIFT KITS, LIFT KITS!



613-735-4139
857 Pembroke St. E., Pembroke, ON
Owned by Evan Lavalée - Serving the Ottawa Valley for over 40 years.

Got Pain?



Lower Back Pain
 Sciatica
 Hip Pain
 Piriformis Syndrome

Knee Pain
 Iliotibial Band Syndrome
 Patello Femoral Syndrome

Achilles Tendinitis
 Plantar Fasciitis
 Bursitis
 Motion Neurodysmia
 Metatarsalgia

Shin Splints

Custom Made Orthotics may be the right step for you.

CHIROPRACTIC CLINIC
OFFICE HOURS
Mon: 9am - 12pm, 1pm - 5pm
Tues: 1pm - 6pm | Wed: 8am - 12pm
Thurs: 9am - 12pm, 1pm - 6pm
Fri: 9am - 12pm

BY APPOINTMENT ONLY

Call to book your appointment
(613) 687-4673
 Visit our website to book online



Dr. Stuart Macpherson B.Sc., H.K., D.C.
 Dr. Denis Mahoney B.P.E., D.C.

CLASSIFIEDS PETITES ANNONCES



graphics.post@bellnet.ca

WHAT'S HAPPENING | QUOI DE NEUF

SATURDAY MAY 11, 2024

PETAWAWA AND AREA GRANNIES Annual Spring Plant Sale is happening in the Looking Glass parking lot in Petawawa, 3025 Petawawa Blvd. from 9am - 12pm. All profits benefit the Stephen Lewis Foundation in support of African Grandmothers, orphans, and others affected by HIV/AIDS. If you have plants to donate, please contact Esther Gaudet at 613-281-0907 or Hilda Young at 613-687-1476.

TRAILS FOR TAILS FUNDRAISING RIDE presented by the Renfrew County ATV Club. Dust off your machines, bring your furry friends and let's hit the trails. Registration is now open! www.renfrewcountyatv.ca/event/annual-fundraiser-ride-ospcs-beachburg/ or visit Ontario SPCA Renfrew County Animal Centre Facebook Page to learn more!

Live bands at the Royal Canadian Legion Branch 72 Pembroke every Saturday in May. May 11: Lonesome Dreamers, May 18: Classic Rhythm, May 25: Lock, Stock and Barrel. 7 pm to 11 pm, everyone welcome.

SUNDAY JUNE 2, 2024

GARRISON PSP FAMILY DAY from 11am - 2pm at the Recreation Complex.

SATURDAY JUNE 8, 2024

ANNUAL CAMP LAU-REN OPEN HOUSE from 11am - 2pm. Tour the site, see a camper's cabin, take a stroll on the beach and enjoy a free BBQ lunch. 210 Lau-Ren Rd, Laurential Hills. More information is available at camplau-ren.com.

LIBRARY DISCOVERY DAY at the Petawawa Public Library from 10 am - 12:30 pm. Join the library for a morning filled with events! Facepainting, balloon

creations, crafts, rummage sale and more! Free Event.

UPCOMING EVENTS

BANDS OF THE MONTH at the Pembroke Legion are; Lonesome Dreamers on May 11; Classic Rhythm on May 18; Lock Stock and Barrel on May 25. 7pm to 11pm each Saturday, everyone welcome.

EUCHRE at the Petawawa Legion every Sunday from 1pm - 4pm. All are welcome. We play a round robin style. You do not have to bring a partner to play with! You can attend alone or bring others with you. We have volunteers here to fill the tables if necessary so that all who attend can play!

SENIOR LEARN TO CURL at the Pembroke Curling Centre. Try curling by either delivering a rock with a stick or from the hack. For seniors 55 and over, 6 sessions Monday and Friday from 1 - 3pm. Email pembrokecurling@gmail.com to register or for more information.

MILITARY WIVES CHOIRS PETAWAWA welcomes new members. We are open to all military wives, girlfriends and female serving members. No Auditions. Practice is held Tuesday evenings 6:30-8:00. Please email canadianmwc.petawawa@gmail.com for location and more information. Visit our FB page @CanadianMilitaryWivesChoirsPetawawa

DROP-IN GROUP FOR WOMEN SURVIVORS OF SEXUAL ABUSE, learn coping skills, connect with other survivors & participate in healing activities. Body image, boundaries, effects of sexual trauma, drumming, hiking and more. Call the Women's Sexual Assault Centre at 613-735-5551 for more information.

REINTEGRATION REALITIES

Briefing for Military Families

RÉALITÉS DE LA RÉINTÉGRATION

Présentation pour les familles des militaires



May 30 Mai

1800-2000

South Side Community Centre / Centre communautaire du côté sud

Child care is available, reserve by May 15 / Une garderie est disponible, réservez avant le 15 mai
Scan to learn more / Scannez pour en savoir plus



BUSINESS DIRECTORY ANNUAIRE DES ENTREPRISES

Locally Owned, Free Estimates, Fully Insured

Shae Larocque Roofing for photos!



Call 613-559-1969



Installation & Repair of Metal Shingles, Asphalt Shingles, Pocket Rib Roofing Systems, Soffit, Facia, Siding, & Seamless Eavestrough

Serving the Ottawa Valley & Surrounding Areas

2669 Petawawa Blvd.
(Corner of Petawawa Blvd. & Gutzman Rd.)



**SAFETY CHECKS
COMPLETE AUTOMOTIVE
CENTRE TOWING AVAILABLE**

John & Linda
Arsenault

Tel: 613-687-4986



Optometrist
James C. Saigle, O.D.

2889 Petawawa Blvd.,
Petawawa, Ontario
(613) 687-5566

NEVILLE MOTORS

CANEX PLAN AVAILABLE

CALL US AT 613-687-2091 WWW.NEVILLEMOTORS.COM



C.A. REICHE & SONS LIMITED

Lumber & Building Supplies
RR#4 (Hwy 41 S.) Pembroke Ont.
K8A 6W5



"YOUR FULL LINE RENOVATIONS CENTRE"

• PAINT • FLOORING • KITCHEN CABINETS
• POWER TOOLS & ACCESSORIES

(613) 735-4104 FAX (613) 735-0924

CENTURY 21

Aspire Realty Ltd. Brokerage

Buying or Selling? Call us first, you'll be glad you did.

3025 Petawawa Blvd. Unit 2 | 613-687-1687 | aspirerealty.c21.ca



We Support Our Troops



\$699,900

**13 CARDINAL CRESCENT
PETAWAWA**

Located in "The Forest", 3 beds + office, 2 baths, situated on an oversized, manicured lot **MLS 1381190**
CALL JACKIE DURNFORD* 613-401-9852**



\$542,900

**3802 MCLAUGHLIN ROAD
PEMBROKE**

French Colonial century home situated on 2.4 acres, 4 bdrms, 1.5 baths, 3 car detached garage, many upgrades. **MLS 1383055**
CALL KELLY SILKE* 613-559-1053**



\$469,900

**625 BOUCHER STREET
PEMBROKE**

2+1 bdrms, 2 baths, great backyard with gazebo & outdoor bar, flexible closing date. **MLS 1387289**
CALL BART NEVILLE* 613-639-8989



\$509,900

**10 LABINE CRESCENT
PETAWAWA**

3+1 Bedrooms, 3 bathrooms, Sprawling bungalow on an oversized lot, right in town! **MLS 1390281**
CALL TANYA AVERY* 343-369-1378**



\$370,000

**222 HUNTER STREET
PEMBROKE**

3 bdrms, 2 bath, detached single car garage, family home full of character and charm. **MLS 1382343**
CALL JACKIE DURNFORD* 613-401-9852**



\$395,000

**61 HILDA STREET
PETAWAWA**

3+1 bdrm, 1 bath, brick bungalow. Close to parks and Garrison. **MLS 1384611**
CALL NICOLE WALTERS*613-401-2045**



\$465,000

**13314 HIGHWAY 60
GOLDEN LAKE**

3 beds, 1.5 baths, beautiful lakeview property. **MLS 1380490**
CALL KELLY SILKE* 613-559-1053**



\$879,900

**339 RANTZ ROAD
PETAWAWA**

Custom built executive home situated on an acre **MLS 1388418**
CALL NICOLE WALTERS* 613-401-2045**



\$149,900

**23 PINEHURST ESTATES
PETAWAWA**

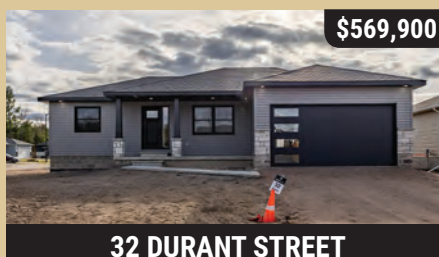
Mobile home on leased land. 1 bed, 1 bath, low maintenance living just minutes to Garrison Petawawa. **MLS 1384611**
CALL ALLY LAFRANCE* 613-639-3129**



\$759,900

**707 HENAN ROAD
PEMBROKE**

1 acre property with a 30X40 detached garage and backyard oasis. **MLS 1382122**
CALL TANYA AVERY* 343-369-1378**



\$569,900

**32 DURANT STREET
PETAWAWA**

"The Jeffrey" model built in 2023. 4 bdrms, 3 bath including a primary suite with ensuite and walk in closet. Sleek finishes. Bright, airy and open **MLS 1385630**
CALL JACKIE DURNFORD*613-401-9852**



\$554,900

**30 SPRUCE STREET
PETAWAWA**

4 bed, 2 bath Hi-Ranch on corner lot. Many updates. **MLS 1389555**
CALL ALLY LAFRANCE* 613-639-3129**



\$309,900

**359 METCALFE STREET
PEMBROKE**

Charming 3 bed 1 bath, 1.2 storey home located close to Highview School, Kinsmen pool and mins from amenities. **MLS 1387353**
CALL JESSICA WAITING* 613-312-9029**

HAPPY
Mother's Day
TO ALL THE AMAZING
MOM'S OUT THERE!



\$399,900

**213 BONNECHERE STREET WEST
EGANVILLE**

3+2 beds, 3 baths. Large lot in desirable neighborhood **MLS 1386611**
CALL NADIA PARDY 613-401-2308**

* Broker of Record ** Broker *** Sales Representative