

RapSit

du PEPPER POD



DANS CE NUMÉRO

1. Les Pepper Pod Paddlers gagnent le BRONZE !
2. Mercredi des femmes fortes
3. "Garden party" & Journée portes ouvertes
4. GALA GALA GALA !!!
5. Nouvelle directrice exécutive
6. Tirage d'une escapade de filles !



MÉDAILLE DE BRONZE POUR LES PEPPER POD PADDLERS

Sous la direction de la capitaine de l'équipe, Cheryl Bush, les Pepper Pod Paddlers ont remporté la médaille de bronze du 100 m lors de la course *Dragon Boat* de Tim Hortons la fin de semaine dernière. Victoire remarquable, étant donné que 20 des 22 pagayeuses de l'équipe n'avaient jamais participé à un tel événement, et que l'équipe a ramé ensemble pour la première fois pendant la course !



MERCREDI DES FEMMES FORTES

La major-général Lise Bourgon était l'invitée à notre activité du mercredi des femmes fortes pour le mois de juin. Plusieurs femmes de sa promotion du CMR lui ont fait la surprise d'être présente au Pepper Pod. Quelle belle soirée inspirante, remplie de rires et de souvenirs!



NOTRE ÉQUIPE S'AGRANDIT!

Le Pepper Pod a une nouvelle directrice exécutive !

Julia Thomas est bénévole au Pepper Pod depuis le mois d'octobre dernier. Nous sommes très heureuses d'annoncer qu'elle se joint maintenant à l'équipe à temps plein ! Nous sommes très choyées de l'avoir dans notre équipe! Ancienne infirmière aux soins intensifs, elle possède des compétences impressionnantes, elle est entièrement bilingue et est une femme extraordinaire !

BIENVENUE JULIA !



Venez rencontrer notre nouvelle directrice exécutive, Julia Thomas (à droite) et Cathy Priestman (à gauche).

L'ÉTÉ EST RELATIVEMENT CALME AU PEPPER POD !

Nous faisons de l'entretien, des rénovations et prenons une profonde respiration ou deux avant que les activités ne reprennent en force à l'automne !

“GARDEN PARTY” & JOURNÉE PORTES OUVERTES

Le Pepper Pod organisera un **“Garden Party” & journée portes ouvertes le 6 août de 13h à 16h**. De nombreuses personnes nous ont demandé de visiter le centre, et ce sera le moment idéal pour le faire. Profitez de rafraîchissements et venez rencontrer l'équipe ! Amenez un(e) ami(e) ou deux!

[INSCRIVEZ-VOUS ICI](#)



Fin de semaine de filles au Pepper Pod

Avez-vous envie de passer un week-end avec 7 de vos amies au Pepper Pod ? Avec un don de 50 \$, vous pourriez gagner une fin de semaine tout compris pour 8 femmes, avec laissez-passer pour le spa, les peignoirs et tout ce dont vous avez besoin pour une soirée pyjama parfaite!

OPPORTUNITÉ D'EMPLOI

La Médecine Physique Beechwood (BPM) est une nouvelle clinique innovante et interdisciplinaire de médecine physique et de la douleur qui ouvrira ses portes en juillet 2022 à Vanier en Ontario. Le modèle de soins BPM sera axé sur le soutien aux anciens combattants touchés par les troubles musculo-squelettiques et vivant avec des préjudices morales. BPM est à la recherche d'une championne vétérane pour travailler avec l'équipe afin de développer leur base de clients. Veuillez contacter richard@bpmottawa.ca pour plus d'informations.



Centre de ressourcement des vétérans
Retreat Centre for Women Veterans

Une soirée en forêt!

La magnifique Galerie LeBreton du Musée de la guerre se remplit vite. Des commanditaires tels que le Mouvement Desjardins, Star Motors, Commissionnaires, et Black Ridge Defence Inc. se sont rapidement engagés pour soutenir notre gala anniversaire.

Nous pouvons enfin nous parer de nos plus beaux atours et profiter d'une soirée enchantée ! De la bonne musique, de la bonne bouffe et toutes sortes de surprises! Portez votre accessoire vert préféré et préparez-vous à passer une soirée magique en forêt !

GALA 1^{ÈRE} ANNIVERSAIRE DU PEPPER POD

10 Sept 2022, 18h30
Musée canadien de la guerre
*Avez-vous déjà acheté vos
billets ou votre table ?*

[RÉSERVEZ VOS BILLETS ICI](#)



Merci à nos précieux commanditaires!



COMMISSIONNAIRES



Star Motors
of Ottawa

Vous ne pouvez pas vous joindre à nous ?

Pourquoi ne pas faire
un don pour soutenir
notre mission ?

[FAITES UN DON ICI](#)

Les Lifeshops sont en partie subventionnés par Anciens Combattants Canada, mais nous faisons bien plus : week-ends sans horaire, Mercredis des femmes fortes, soirée raquette sous les étoiles, Party corvée des bûcheronnes, répit, etc. Nous avons besoin de votre aide pour nous appuyer et continuer à développer nos programmes. Nous voulons grandir intelligemment, diversifier nos services et garder le centre de ressourcement magnifique.



LE / THE
PEPPER POD
Centre de ressourcement des vétérans
Retreat Centre for Women Veterans