



Visite du CEMD et du haut commandement au Pepper Pod

Le 27 mars, la directrice générale du Pepper Pod, Cathy Priestman, et moi avons accueilli un groupe d'invités très distingués au Pepper Pod. Je souhaite vous offrir, à titre de partenaire du Pepper Pod, un compte rendu de la discussion productive que nous avons eue ce soir-là.

Le général Wayne Eyre, chef d'état-major de la Défense, et la lieutenant-générale Frances Allen, vice-chef d'état-major de la Défense, étaient les invités du Pepper Pod en compagnie des commandants des organisations de niveau 1 et de leurs chefs, pour une discussion informelle dans le salon du Pepper Pod. Ils étaient TOUS là : Marine, ARC, Armée, CPM, COIC, CCPC, FOS, COMRENSFC. Les 20 plus hauts commandants des Forces armées canadiennes ont ainsi pu en apprendre davantage sur le parcours des femmes militaires (bien entendu, sans révéler de détails qui compromettraient la confidentialité des participantes).

DANS CE NUMÉRO

1. Visite du CEMD et du haut commandement au Pepper Pod
2. Offre d'emploi
3. Nouveau programme Lifeshop^{MD} II
4. Journée nationale du pique-nique
5. Corvée du printemps
6. Soumettez une candidature en vue des prix ELLE-vation^{MD}
7. Courses de bateaux-dragons d'Ottawa
8. Des partenaires en or

Au calendrier

Corvée du printemps
29 avril

Lifeshop^{MD}
île de Vancouver
11 au 13 mai

Lifeshop^{MD} II
(première édition!)
26 au 28 mai

Journée nationale
du pique-nique
11 juin

Courses de
bateaux-dragons
23 au 25 juin

Le Pepper Pod fournit aux femmes un point de repère sûr pour se réorienter après leur carrière au sein des FAC. Les femmes trouvent chez nous un groupe de soutien qui pourra les aider à naviguer les écueils de la vie. Toutefois, cette rencontre avec le haut commandement était plutôt tournée vers l'amont. Nous avons abordé des pratiques et des politiques qui ont une incidence négative sur la carrière, la famille, la santé et la vie des femmes. Nous voulons abattre ces obstacles pour que les femmes de la génération montante n'aient pas à surmonter les mêmes difficultés que nous.

Nous avons abordé sans détour les thèmes soulevés par plus de 250 anciennes de nos retraites Lifeshop^{MD}. Les sujets étaient difficiles et parfois déchirants, mais nous les avons attaqués de front, avec courage.

Nos invités étaient à l'écoute. Ils ont posé des questions. Ils avaient l'esprit ouvert. Ils ont soulevé des avenues de changement. Ils ont élargi leurs horizons. Et ils veulent poursuivre la discussion.

Merci de votre soutien continu au Pepper Pod. À la suite de cette rencontre concluante, il n'y a plus de doute possible quant au rôle déterminant que nous jouons auprès de la communauté des vétéranes et des femmes de la relève. Longue vie au Pepper Pod!

- Sandra



NOUS RECRUTONS !



Il manque une pièce importante à l'équipe de rêve du Pepper Pod. Ce poste vous irait-il comme un gant?

Le Pepper Pod est à la recherche d'une personne expérimentée, bilingue, motivée et confiante pour occuper les fonctions **d'adjoint(e) administratif(ve)**.

- Vous aimez jouer un rôle positif dans la vie des gens? Vous souciez des autres et vous comprenez l'importance de la protection de la vie privée et de la confidentialité? Ce poste est fait pour vous.
- Vous demandez de nouvelles couleurs de notes Post-It pour votre anniversaire? Votre nom rime avec organisation et planification? Ce poste est fait pour vous.
- Vous préférez sortir des sentiers battus et innover? Vous aimez le changement et la variété? Vous avez le sourire facile? Ce poste est fait pour vous.

Le ou la titulaire de ce poste contractuel travaille de près avec la PDG, la directrice générale et les autres membres de la belle équipe du Pepper Pod pour réaliser la mission de l'organisme, qui est de bâtir une communauté plus forte de vétéranes.

L'offre d'emploi et les instructions se trouvent sur le **site Web du Pepper Pod** – À propos de nous → Joignez-vous à notre équipe

Date limite :
Le 23 avril 2023

Pour obtenir la description de travail ou soumettre votre curriculum vitae :

Cathy Priestman

613-791-5670

Cathy@PepperPod.ca

Nouveau programme Lifeshop^{MD} II

Nous sommes très fières d'annoncer le lancement du programme Lifeshop^{MD} II – *Vivez votre passion!* grâce au généreux soutien de la **Fondation La Patrie gravée sur le cœur** et de la **Fondation Capitaine Nichola Goddard**.

Cette retraite, le temps d'une fin de semaine, fait suite à notre premier programme Lifeshop^{MD} et guide les participantes à la découverte de ce qui les passionne et les anime.

Les premiers ateliers Lifeshop^{MD} II auront lieu en mai 2023, et les séances se poursuivront à l'automne. Il faut avoir participé à une Lifeshop^{MD} pour s'y inscrire. Nous annoncerons le début des inscriptions sur nos médias sociaux, dans notre infolettre, ainsi que dans un envoi par courriel aux anciennes d'une Lifeshop^{MD}.

Nous sommes ravies d'offrir ce programme qui cadre parfaitement dans notre mission de bâtir une communauté plus forte de vétéranes.

**Bienvenue à
notre nouveau
groupe de
Borden !**



Journée nationale du pique-nique

La grande famille du Pepper Pod s'étend d'un bout à l'autre du pays, avec des groupes dans de nombreuses provinces. Le Pepper Pod est établi à Chelsea, au Québec, mais nous demeurons proches de nos anciennes, où qu'elles soient.

Un grand merci à Ann Arsenault, du groupe des Cheeky Peppers, qui a suggéré l'idée géniale d'un grand pique-nique. Comme toujours, nous sommes ambitieuses. Nous déclarons donc officiellement que le dimanche 11 juin 2023 sera la Journée nationale du pique-nique du Pepper Pod. Rien de moins!

Réunissez votre groupe et organisez un pique-nique dans votre région. Pourquoi ne pas inviter d'autres groupes à se joindre à vous? Trouvez un parc, un champ, une cour, un quai ou une cabane dans un arbre (!) pour y rassembler vos amies.

Si vous vous trouvez dans la grande région d'Ottawa-Gatineau, rendez-vous est donné au parc du lac Leamy à 11 h le dimanche 11 juin. Cherchez le drapeau du Pepper Pod!

À vous de choisir le menu. Nous vous suggérons de vous consulter, question d'éviter la multiplication spontanée des salades de patates!

Prenez des photos et racontez-nous votre pique-nique. Nous partagerons sur Facebook les photos des groupes de tout le pays!

Corvée du printemps

Le temps est venu de redonner au Pepper Pod toute sa splendeur!

Dépeussez vos bottes de travail et retroussez-vous les manches!

Le 29 avril 2023
De 10 h à 16 h

L'entretien du Pepper Pod est une tâche permanente. Heureusement, nous comptons sur une belle équipe de bénévoles dévoués qui se joignent à nos corvées.

Les bénévoles sont le cœur et l'âme du Pepper Pod et nous sommes profondément reconnaissantes de leur aide, que ce soit pour les travaux à l'extérieur ou à l'intérieur.

Ensemble, nous organisons, réparons, peignons, rangeons et préparons l'intérieur du centre. À l'extérieur, nous fendons et cordons les bois, taillons les plantes, élaguons les arbres, nettoyons le terrain, préparons l'arrivée de la nouvelle saison, et bien plus encore. Soyez-y!

Vous avez envie de vous joindre à nous? **INSCRIVEZ-VOUS** pour nous aider à planifier la journée... et à nous procurer suffisamment de collations! 😊



Soumettez une candidature en vue des prix ELLE-vation^{MD}

Les prix ELLE-vation^{MD} sont ouverts aux militaires en service, aux vétérans et aux membres et anciennes de la GRC qui :

- exercent une influence positive dans la vie d'autres femmes
- les incitent à se surpasser
- se font la championne de leur succès

Voilà donc une occasion rêvée de remercier les championnes que vous avez croisées au fil de votre vie. Les femmes qui vous ont aidée à trouver votre voix. Les femmes qui vous soutiennent, vous soulèvent et vous encouragent. Les femmes qui ont à cœur d'aider les autres à exceller.

La période de mise en candidature prendra fin le 15 juin. Un jury se réunira ensuite pour examiner l'ensemble des propositions. Le nom des lauréates sera annoncé au cours de l'été, et les heureuses élues seront invitées au Pepper Pod pour une célébration spéciale.

Célébrons-les! Soumettez une candidature dès aujourd'hui!





Courses de bateaux-dragons d'Ottawa

Nous reprenons les avirons!

Courses de bateaux-dragons Tim Hortons
Du 23 au 25 juin 2023
Plage Mooney's Bay, Ottawa

Cette activité devrait susciter un intérêt considérable encore une fois. Nous accueillons les pagayeurs, les membres de l'équipe de soutien, l'équipe d'installation et, bien sûr, nos bruyants partisans!

Le système d'inscription sera bientôt en ligne. Nous vous communiquerons plus de détails sous peu.

L'ordre de priorité pour la sélection est établi comme suit :

- ✓ **Priorité 1** – Pagayeurs de 2022
- ✓ **Priorité 2** – Anciennes d'une LifeshopMD
- ✓ **Priorité 3** – Autres membres de la forêt du Pepper Pod

Les dates des séances d'entraînement sont confirmées :

- **Un mardi soir et trois jeudis soirs en juin - 18 h 15**
(les 6, 8, 15 et 22)
Rideau Canoe Club
804, chemin Hog's Back, Ottawa



Un grand merci à Heddle Shipyards de commanditer notre équipe de pagayeurs cette année. Grâce à ce généreux soutien, nous mettrons toutes les chances de notre côté!



DES PARTENAIRES EN OR

LES FLEURONS GLORIEUX

LA FONDATION DU CANADA
POUR LA COMMUNAUTÉ MILITAIRE

Fondation La Patrie gravée sur le cœur – Un grand merci à la **Fondation La Patrie gravée sur le cœur** et à la **Fondation Capitaine Nichola Goddard** de leur appui financier à la mise au point et au lancement du programme Lifeshop^{MD} II. Nous sommes privilégiées de collaborer avec de précieux partenaires comme eux.



Institut Atlas pour les vétérans et leur famille – Nous sommes ravies de compter l'Institut Atlas pour les vétérans et leur famille au sein de la forêt du Pepper Pod. Il est essentiel de fixer des objectifs communs et de partager de l'information, des résultats de recherches et des idées pour améliorer collectivement la vie des vétérans et de leurs proches.

Vous ne pouvez pas vous joindre à nous ?

Pourquoi ne pas faire un don pour soutenir notre mission ?

FAITES UN DON ICI

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