



SUNDAY DIMANCHE	MONDAY LUNDI	TUESDAY MARDI	WEDNESDAY MERCREDI	THURSDAY JEUDI	FRIDAY VENDREDI	SATURDAY SAMEDI
						1 Happy Canada Day!  Bonne fête du Canada!
	3 Closed Fermé	4 Parent & Tot 9:30 - 11:30 a.m. / Parents et bambins - 9 h 30 à 11 h 30	5 Tumble Tots 9:30 - 11:30 a.m. / Pirouettes et culbutes - 9 h 30 à 11 h 30  Café Franco 9 h 30 à 11 h / Franco Coffee - 9:30 - 11 a.m.	6 Baby Group 9:30 - 11:30 a.m. / Bébés en groupe 9 h 30 à 11 h 30	7 Friendly Friday 10 - 11:30 a.m. / Vendredi entre amis 10 h à 11 h 30	8 Deployment Respite 10 a.m. - 5 p.m. / Service de garde de relève pour les familles déployées - 10 h à 17 h
9 Family Info Line 1-800-866-4546	10 Parent & Tot 9:30 - 11:30 a.m. / Parents et bambins 9 h 30 à 11 h 30	11 Parent & Tot 9:30 - 11:30 a.m. / Parents et bambins 9 h 30 à 11 h 30  Face Painting Training Opportunity for registered volunteers 12 - 3 p.m. / Formation en maquillage artistique pour les bénévoles autorisés midi à 15 h	12 Tumble Tots 9:30 - 11:30 a.m. / Pirouettes et culbutes 9 h 30 à 11 h 30  Café Franco 9 h 30 à 11 h / Franco Coffee 9:30 - 11 a.m.  R2MR - Phase 5 8:30 - 11:30 a.m. / RVPM - Phase 5 8 h 30 à 11 h 30	13 Baby Group 9:30 - 11:30 a.m. / Bébés en groupe 9 h 30 à 11 h 30	14 Friendly Friday 10 - 11:30 a.m. / Vendredi entre amis 10 h à 11 h 30	15
16	17 Parent & Tot 9:30 - 11:30 a.m. / Parents et bambins 9 h 30 à 11 h 30	18 Parent & Tot 9:30 - 11:30 a.m. / Parents et bambins 9 h 30 à 11 h 30	19 Tumble Tots 9:30 - 11:30 a.m. / Pirouettes et culbutes 9 h 30 à 11 h 30  Café Franco 9 h 30 à 11 h / Franco Coffee 9:30 - 11 a.m.	20 Baby Group 9:30 - 11:30 a.m. / Bébés en groupe 9 h 30 à 11 h 30	21 Friendly Friday 10 - 11:30 a.m. / Vendredi entre amis 10 h à 11 h 30	22 Deployment Respite 10 a.m. - 5 p.m. / Service de garde de relève pour les familles déployées - 10 h à 17 h
23	24 Parent & Tot 9:30 - 11:30 a.m. / Parents et bambins 9 h 30 à 11 h 30	25 Parent & Tot 9:30 - 11:30 a.m. / Parents et bambins 9 h 30 à 11 h 30	26 Tumble Tots 9:30 - 11:30 a.m. / Pirouettes et culbutes 9 h 30 à 11 h 30  Café Franco 9 h 30 à 11 h / Franco Coffee 9:30 - 11 a.m.  Deployment Support Social 5:30 p.m. - 7:30 p.m. / Réunion sociale pour les familles déployées - 17 h 30 à 19 h 30	27 Baby Group 9:30 - 11:30 a.m. / Bébés en groupe 9 h 30 à 11 h 30	28 Friendly Friday 10 - 11:30 a.m. / Vendredi entre amis 10 h à 11 h 30	29
30		31				

Sign up to receive our monthly newsletter by email!  
Visit our website at [www.CAFconnection.ca](http://www.CAFconnection.ca) now!

Inscrivez-vous pour recevoir notre bulletin mensuel par courriel!  
Visitez notre site web à [www.connexionFAC.ca](http://www.connexionFAC.ca) dès maintenant!



14 Wing Greenwood  
Military Family  
Resource Centre

Centre de ressources  
pour les familles militaires  
de la 14<sup>e</sup> Escadre de Greenwood

• July •  
• Juillet •  
2017

24 School Rd. | 902-765-5611 | [www.CAFconnection.ca](http://www.CAFconnection.ca) | [facebook.com/gmfr](https://facebook.com/gmfr) | @gmfr | [greenwoodmfr](https://greenwoodmfr)

Welcome to Greenwood!  
Bienvenue à Greenwood!

Are you newly posted to 14 Wing Greenwood?  
Come in today to the GMFRC - our welcoming staff are waiting for you! We will take you around for a tour of our centre and will explain the programs and services designed to meet the needs of military families!



Mark your calendars!  
Greenwood 101 is coming up  
September 13!!  
À vos calendriers!  
Greenwood 101 aura lieu le 13 septembre!!

Êtes-vous nouvellement affectés à la 14<sup>e</sup> Escadre de Greenwood?  
Rendez-vous au CRFMG dès aujourd'hui, notre personnel accueillant vous y attend! Nous vous ferons visiter le Centre et vous expliquerons les programmes et services conçus pour répondre aux besoins des familles militaires!



Summer Fun Camp for Preschoolers

7 weekly sessions starting Tuesday, July 4 and ending Friday, August 18 from 9 a.m. to 12 p.m. Location: GMFRC. Cost: \$55/child per weekly session, with the exception of week 1 & week 6 which are \$45 due to the short week. Our weekly themes will focus on the many summer activities that children love to do! We will be hiking, running, exploring, playing games, doing playground activities, and making new friends. Children must be aged 3 - 5 years and able to use the washroom independently. A yummy snack will be included. Register by the Monday prior to each weekly session. Stop by the GMFRC for a list of our weekly camp themes!

Camp d'été pour les enfants d'âge préscolaire

Sept semaines, du mardi 4 juillet au vendredi 18 août, de 9 h à 12 h. Lieu : CRFMG. Coût : 55 \$ par enfant par semaine, à l'exception de la première et sixième semaine qui coûtent 45 \$ en raison des congés fériés. Nos thèmes mettront l'accent sur les nombreuses activités estivales que les enfants aiment faire! Nous organiserons des randonnées, beaucoup de courses, des activités d'exploration, des jeux et des activités dans les terrains de jeux. Ce sera une occasion de se faire de nouveaux amis! Les enfants doivent être âgés de 3 à 5 ans et savoir utiliser les toilettes de façon autonome. Des collations délicieuses seront incluses. Inscrivez votre enfant au plus tard le lundi précédant chaque semaine de camp. Passez au CRFMG pour obtenir une liste de nos thèmes hebdomadaires!

GMFRC Preschool Programs

- \* 3 days a week for ages 4-5 years
- \* 2 days a week for ages 2.5-3 years
- \* English and French Immersion classes
- \* Morning or afternoon classes from 9-11:30 a.m. or 1 - 3:30 p.m.
- \* Seamless GMFRC Preschool and Casual Childcare combinations for a full day of care!

Register Now!



Programmes préscolaires du CRFMG

- \* 3 jours par semaine pour les enfants âgés de 4 à 5 ans
  - \* 2 jours par semaine pour les enfants âgés de 2 ans et demi à 3 ans
  - \* Programme anglais et immersion en français
  - \* Matin et après-midi, les classes sont de 9 h à 11 h 30 ou 13 h à 15 h 30
  - \* Journée de garde sans souci offerte avec la combinaison du programme préscolaire et la halte-garderie du CRFMG!
- Inscrivez-vous dès maintenant!

**Respite Opportunities for Deployed Families**  
Saturday, July 8 or Saturday, July 22 from 10 a.m. to 5 p.m. To support families of deployed members and relieve some of the stressors of parenting alone, deployed families may choose 1 of the 2 Saturday respite dates. For children up to age 12.  
*Register by Monday, July 3 or Monday, July 17.*

**Service de garde de relève pour les familles déployées**  
Samedi 8 juillet ou samedi 22 juillet, de 10 h à 17 h. Le service de garde de relève est conçu pour aider les familles de militaires en déploiement et éliminer certains facteurs de stress liés à cette situation. Les familles de militaires en déploiement peuvent choisir l'un des deux samedis. Pour les enfants de 12 ans et moins.  
*Inscrivez-vous avant le lundi 3 juillet ou le lundi 17 juillet.*

**Face Painting Training Opportunity for Registered Volunteers**  
Tuesday, July 11 from 12 to 3 p.m. Are you creative, enthusiastic, and looking for a fun new skill? The GMFRC is very excited to offer our volunteers the opportunity to spend a fun filled afternoon learning the basic techniques for face painting. A pizza lunch will be provided. Registration is required by Monday, July 10. Not a registered GMFRC Volunteer? Call us to find out how you can join our team!

**Formation en maquillage artistique pour les bénévoles autorisés**  
Mardi 11 juillet de midi à 15 h. Vous êtes une personne créative et passionnée et aimeriez développer une nouvelle compétence amusante? Le CRFMG est très heureux d'offrir à nos bénévoles une occasion de passer un après-midi plaisant à apprendre les techniques de base du maquillage artistique. Un repas de pizza sera fourni. Inscrivez-vous au plus tard le lundi 10 juillet. Vous n'êtes pas encore un(e) bénévole autorisé(e) du CRFMG? Appelez nous pour savoir comment vous joindre à notre équipe!

**Franco Coffee**  
Every Wednesday, from 9:30 to 11 a.m. Location: GMFRC. FREE!  
Are you a Francophone or have you learned French and would like to practice? Either way, you are invited to join us for this weekly activity to meet new people and speak in French while enjoying coffee! No registration required.

**Café Franco**  
Tous les mercredis, de 9 h 30 à 11 h. Lieu : CRFMG. GRATUIT! Cette activité s'adresse aux francophones et aux personnes qui ont appris

le français et qui souhaitent mettre en pratique leurs connaissances. Ce lieu d'échange est l'endroit idéal pour rencontrer de nouvelles personnes et discuter en français autour d'un bon café! Aucune inscription requise.

**Homecoming & Reunion - The Road to Mental Readiness (R2MR) Phase 5**  
Wednesday, July 12 from 8:30 - 11:30 a.m. The Road to Mental Readiness is a program that builds resiliency in military families. R2MR is specifically designed to mirror the training received by our CAF members returning from deployment. The information covered enables families to better cope with homecoming following a deployment. If you have a military family member who has recently returned from deployment, or will be returning soon, this is the workshop for you. Childcare is available (space is limited). Register by Wednesday, July 5.

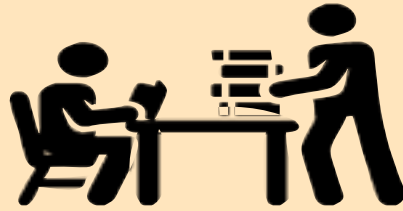
**Retour et retrouvailles – En route vers la préparation mentale (RVPM) phase 5**  
Mercredi 12 juillet, de 8 h 30 à 11 h 30. En route vers la préparation mentale (RVPM) est un programme qui aide les familles de militaires à accroître leur résilience. Le programme RVPM est spécifiquement conçu pour être le reflet de la formation que reçoivent les membres des FAC avant leur retour d'un déploiement. La matière abordée permet aux familles des militaires de mieux gérer le retour du militaire suite au déploiement. Si un militaire de votre famille est récemment revenu d'un déploiement ou est sur le point de rentrer à la maison après un déploiement, cet atelier s'adresse à vous. Un service de garde d'enfants est disponible (places limitées). Inscrivez-vous avant le mercredi 5 juillet.

**Deployment Support Social visits Oaklawn Farm Zoo**  
Wednesday, July 26 from 5:30 to 7:30 p.m. Cost: your admission.  
Is your military family member away? Please join us for a fun evening out and great conversation with other deployed families. Bring the kids along and visit Oaklawn Farm Zoo at Feeding time!  
After the tour of the Zoo, ice cream is on us! Register by Wednesday, July 19.

**Réunion sociale pour les familles déployées – Visite au Oaklawn Farm Zoo**  
Mercredi 26 juillet, de 17 h 30 à 19 h 30. Coût : billet d'entrée au zoo.  
Est-ce qu'un militaire de votre famille prend part à un déploiement? Venez passer une soirée amusante avec nous et discuter avec d'autres familles de militaires en déploiement. Emmenez

vos enfants et participez à une visite du zoo pendant l'heure du repas des animaux! Après la visite du zoo, vous pourrez déguster une crème glacée offerte gratuitement par le CRFMG! Inscrivez-vous avant le mercredi 19 juillet.

**Calling all volunteers!**  
With the start of a new school year only a few months away, the GMFRC is preparing for the demand for tutoring services. Our program, which provides free tutoring to our military children across all grade levels and subjects, needs more passionate volunteers to help these students to reach their full potential. Even one hour a week can have a major impact! For more information, or to volunteer, please contact Vanessa McNeil by calling 902-765-1494 local 5938 or emailing [vanessa.macneil@forces.gc.ca](mailto:vanessa.macneil@forces.gc.ca).



**Appel aux bénévoles!**  
Comme une nouvelle année scolaire débutera dans quelques mois, le CRFMG se prépare à répondre à la demande de services de tutorat. Pour offrir ce programme, 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 souhaitant aider ces enfants à développer leur plein potentiel. Même une heure par semaine peut donner des résultats remarquables! Pour obtenir de plus amples renseignements sur ce programme ou pour y participer en tant que bénévole, communiquez avec Vanessa McNeil au 902-765-1494 poste 5938 ou [vanessa.macneil@forces.gc.ca](mailto:vanessa.macneil@forces.gc.ca)



**Friendly Fridays**  
Join us for coffee and conversation every Friday morning from 10 – 11:30 a.m. in the GMFRC lounge.  
**Vendredis entre amis**  
Joignez-vous à nous pour une bonne conversation autour d'un café, les vendredis matins, de 10 h à 11 h 30, au salon du CRFMG.

**Baby Group Program**  
Thursdays from 9:30 to 11:30 a.m. This program is developed for new parents of children 0 to 18 months and provides an excellent opportunity to interact with other new parents, as well as increase their parenting knowledge and care giving skills.

**Programme Bébés en groupe**  
Les jeudis, de 9 h 30 à 11 h 30. Ce programme, qui est destiné aux parents et aux gardiens d'enfants âgés de 0 à 18 mois, constitue une excellente occasion de côtoyer de nouveaux parents et d'enrichir ses connaissances et ses aptitudes pour donner des soins.

**Tumble Tot Program**  
Wednesdays from 9:30 to 11:30 a.m. Parents/ Caregivers come on over to your GMFRC for fun in a non-structured gross motor activity program. Children will enjoy a wide range of gym type activities that are parent directed. This is a great way for parents and children to have fun together and meet new friends!

**Programme Pirouettes et culbutes**  
Tous les mercredis, de 9 h 30 à 11 h 30. Il s'agit d'un programme non structuré misant sur la

motricité globale. Les enfants adoreront faire toutes sortes d'activités physiques animées par des parents. Voilà une magnifique occasion, pour les parents comme pour les enfants, de s'amuser et de se faire de nouveaux amis!  
**GMFRC Casual Childcare**  
The GMFRC is proud to offer affordable, casual childcare in our beautiful Casual Childcare Centre. Our goal is to help as many 14 Wing families as possible with their casual childcare needs. Hundreds of families make use of our program each year for things like appointments, when their regular childcare provider is unavailable, or just to get a break and let the kids play with other military children. Our Casual Childcare Centre is not meant to be a full-time childcare option for families. If you are in search of full-time childcare, please make an appointment with our Child and Youth Coordinator who will be happy to help you find childcare in the community.

**Service de garde occasionnelle du CRFMG**  
Le CRFMG est fier d'offrir un service de garde occasionnelle dans notre magnifique Centre de halte garderie. Notre but est de répondre aux besoins de garde occasionnelle du plus grand nombre possible de familles de la 14e

Escadre. Chaque année, des centaines de familles font déjà appel à ce service pour aller à des rendez vous ou faire garder leur enfant lorsque leur milieu de garde habituel est fermé, ou simplement pour prendre une pause et laisser leurs enfants jouer avec d'autres enfants de militaires. Notre Centre de halte-garderie n'est pas destiné à être une solution de garde d'enfants à plein temps pour les familles. Si vous cherchez un service de garde à plein temps, veuillez prendre rendez-vous avec notre coordonnatrice des services pour enfants, jeunes et adolescents, qui vous aidera avec plaisir à trouver un milieu de garde dans votre collectivité.

**GMFRC Summer Hours**  
Beginning Tuesday, July 4  
Monday - Friday  
8 a.m. - 4 p.m.  
  
Horaire d'été du CRFMG  
Débutant le mardi 4 juillet  
lundi au vendredi  
8 h à 16 h

**Happy 150th Birthday Canada!**  
Join the GMFRC as we celebrate Canada Day with the Villages of Greenwood, Kingston, Harmony, and Wilmot. Lots of fun activities, entertainment, and great food for everyone! Check out the Canada 150 in Greenwood: Before and Beyond site on Facebook for a full listing of events and activities.

Don't forget to wear Red to show your support for the military families of 14 Wing Greenwood and to celebrate the great country our military members continue to defend for us!

<https://www.facebook.com/GreenwoodCanadaDay/>

**Joyeux 150e anniversaire du Canada!**  
Joignez-vous au CRFMG alors que nous célébrons la fête du Canada avec les villages de Greenwood, Kingston, Harmony et Wilmot. Il y aura plusieurs activités amusantes, divertissements et de la bonne nourriture pour tous! Jetez un coup d'œil à la page Facebook Canada 150 in Greenwood : Before and Beyond pour une liste complète des activités et événements.

N'oubliez pas de porter du rouge pour démontrer votre support aux familles militaires de la 14e Escadre de Greenwood et pour célébrer le beau pays que nos militaires continuent de défendre pour nous!

Ongoing Programming   Programmation régulière				
<b>Parent &amp; Tot Program</b> Mondays & Tuesdays 9:30 - 11:30 .am.	<b>Tumble Tots Program</b> Wednesdays 9:30 to 11:30 a.m.	<b>Café Franco</b> les mercredis 9 h 30 à 11 h	<b>Baby Group Program</b> Thursdays 9:30 to 11:30 a.m.	<b>Friendly Fridays</b> Fridays 10 to 11:30 a.m.
<b>Programme Parents et bambins</b> les lundis et mardis de 9 h 30 à 11 h 30	<b>Programme Pirouettes et culbutes</b> les mercredis de 9 h 30 à 11 h 30	<b>Franco Coffee</b> Wednesdays 9:30 - 11 a.m.	<b>Programme Bébés en groupe</b> les jeudis de 9 h 30 à 11 h 30	<b>Vendredi entre amis</b> les vendredis de 10 h à 11 h 30