

Decembre 2025



ISSN: 1926-5964

Dites-nous ce que vous pensez de *Salut!* en nous envoyant un [courriel](#).

Dans ce numéro :

Nouvelles

[Présentez votre candidature pour devenir membre du nouveau comité sur le racisme anti-Noirs.](#)

[Le gouvernement du Canada reconnaît la maladie de la guerre du Golfe](#)

Programmes et services

[Composer avec la solitude pendant le temps des Fêtes : conseils de LifeSpeak](#)

[Obtenez gratuitement de l'aide pour présenter votre demande](#)

[Le brouillard cérébral et les vétérans : ce que nous apprenons](#)

[Célébrer l'excellence : le personnel de recherche d'ACC remporte un prix national](#)

Mobilisation

[Ranger Ella Archie : un lien étroit avec la terre](#)

[Forum des vétérans 2SLGBTQI+ de 2025](#)

Histoires de vétérans

[Lynn Doucette : contrôeuse d'armes aériennes](#)

Commémoration

[Financement disponible pour rendre hommage au 2^e Bataillon de construction](#)


[Reconnaissance du dévouement envers les vétérans et vétéranes : ouverture des mises en candidature pour la Mention élogieuse de la ministre](#)

[Prochaines commémorations de la guerre du Golfe](#)

[Calendrier des commémorations](#)

Nouvelles

Présentez votre candidature pour devenir membre du nouveau comité sur le racisme anti-Noirs



Comité consultatif externe sur le racisme anti-Noirs

En février 2026, le ministère de la Défense nationale mettra en place un nouveau comité, nommé le Comité consultatif externe sur le racisme anti-Noirs. Ce Comité sera composé de 10 à 12 membres qui échangeront des idées et donneront des conseils aux hauts responsables militaires et de la défense, y compris au ministre de la Défense nationale, afin de contribuer à la lutte contre le racisme envers les personnes noires au sein de l'Équipe de la Défense.

Les vétérans et vétéranes sont encouragés à y participer. Si vous souhaitez contribuer à ce travail important, vous pouvez présenter votre candidature dès maintenant. **La date limite est le 5 janvier 2026.**

Pour en savoir plus sur le Comité et sur la façon de présenter votre candidature, veuillez consulter la page [Comité consultatif externe sur le racisme anti-Noirs](#).

Le gouvernement du Canada reconnaît la maladie de la guerre du Golfe

Les vétérans et vétéranes de la guerre du golfe Persique souffrant de la maladie de la guerre du Golfe peuvent désormais demander des prestations d'invalidité au moyen d'un processus simplifié.

La ministre Jill McKnight a récemment rencontré des représentants de l'Association canadienne des vétérans de la guerre du golfe Persique pour discuter de l'importance de reconnaître officiellement la maladie de la guerre du Golfe comme diagnostic pour les demandes de prestations d'invalidité reçues par Anciens Combattants Canada (ACC). Comme annoncé lors de la comparution de la ministre devant le Comité permanent des anciens combattants le 2 décembre, cette mise à jour est entrée en vigueur immédiatement. Lire le communiqué.

Les demandes seront examinées et traitées par des infirmières arbitres qui pourront rendre des décisions sans consultation supplémentaire des conseillers médicaux. Ce processus mis à jour supprime le niveau d'examen supplémentaire qui existait auparavant et permet une expérience client plus efficace pour les vétérans et vétéranes admissibles.

Les demandes seront examinées et traitées par des infirmières arbitres qui pourront rendre des décisions sans consultation supplémentaire des conseillers médicaux. Ce processus mis à jour supprime le niveau d'examen supplémentaire qui existait auparavant et permet une expérience client plus efficace pour les vétérans et vétéranes admissibles.

Les vétérans et vétéranes de la guerre du golfe Persique qui ont reçu ce diagnostic, ou ceux qui ont peut-être présenté des symptômes qui n'étaient pas auparavant reconnus comme étant la maladie de la guerre du Golfe, sont encouragés à communiquer avec Anciens Combattants Canada par l'intermédiaire de leur compte Mon dossier ACC, par courriel ou par téléphone pour faire évaluer leur dossier.

Pour plus d'informations sur la manière de demander des prestations liées à la maladie de la guerre du Golfe, [consultez notre page sur les prestations d'invalidité](#) et la [liste de contrôle relative aux demandes d'invalidité pour la maladie de la guerre du Golfe](#).

Programmes et services

Composer avec la solitude pendant le temps des Fêtes : conseils de LifeSpeak

Le temps des Fêtes est un moment propice pour se retrouver en famille et entre amis, mais, pour certaines personnes, il peut être synonyme de solitude.



LifeSpeak propose une série de vidéos comportant des conseils pratiques qui peuvent vous aider à combattre la solitude.

La série de vidéos « S'épanouir durant les périodes de solitude » de LifeSpeak comprend ce qui suit :

- [Des conseils pratiques pour gérer la solitude](#)
- [Comment soutenir nos proches qui se sentent seuls](#)
- [La solitude et la technologie](#)

[Ouvrez une session dans LifeSpeak](#) depuis n'importe quel ordinateur ou appareil mobile en utilisant l'identifiant d'accès : canada (en minuscules). Une fois votre session ouverte, vous pouvez accéder de manière anonyme à des vidéos, des balados, des articles de blogue et bien plus encore. Vous n'avez pas besoin d'avoir un compte. [Visitez notre site Web pour en savoir plus sur LifeSpeak.](#)

La solitude peut être un symptôme de troubles mentaux plus graves. **Si vous avez besoin d'un soutien psychologique immédiat, veuillez communiquer avec le [Service d'aide d'ACC](#) au 1-800-268-7708 pour parler à un professionnel de la santé mentale. Les personnes malentendantes peuvent composer le numéro ATS**

suivant : 1-800-567-5803. Les vétérans et les anciens membres de la GRC, ainsi que les membres de leur famille et leurs aidants, peuvent accéder à ce service gratuit et confidentiel 24 heures sur 24, 7 jours sur 7.

Obtenez gratuitement de l'aide pour présenter votre demande



Nous sommes là pour vous.

Appelez-nous sans frais au 1-866-522-2022 (du lundi au vendredi, de 8 h 30 à 16 h 30, heure locale).

Utilisez la messagerie sécurisée de Mon dossier ACC. Vous avez besoin d'un compte Mon dossier ACC? Inscrivez-vous dès aujourd'hui.

Demandez un rendez-vous en personne en utilisant notre formulaire de réservation en ligne ou en composant le 1-866-522-2022.

Veillez noter que nos points de service offrent des services en personne sur rendez-vous uniquement. Notre personnel dans les centres de transition peut également vous aider.

Le brouillard cérébral et les vétérans : ce que nous apprenons

Avez-vous déjà eu l'impression que votre cerveau était embrouillé? De nombreux vétérans qui souffrent de douleurs chroniques éprouvent cette sensation, connue sous le nom de « brouillard cérébral ». Cela peut rendre la réflexion plus difficile et la vie quotidienne plus compliquée.

La chercheuse Ronessa Dass, financée par le Centre d'excellence sur la douleur chronique, s'est entretenue avec des vétérans canadiens pour en savoir plus. Ils décrivent le brouillard cérébral comme un état mental trouble et changeant. Il peut être déclenché par la douleur ou l'ESPT, et peut aggraver ces problèmes, créant ainsi un cercle vicieux.

Des recherches supplémentaires sont nécessaires pour mieux comprendre le brouillard cérébral. Comment se recoupe-t-il avec d'autres problèmes de santé? A-t-il des effets différents sur les hommes et les femmes? Comment peut-on le mesurer? Il est essentiel de mener plus de recherches et de sensibiliser davantage les professionnels de la santé afin d'améliorer les soins prodigués aux vétérans.

Si vous souffrez de brouillard cérébral, [transmettez cette fiche d'information](#) à votre fournisseur de soins de santé (en anglais seulement). Elle pourrait susciter des discussions et favoriser la compréhension. [Consultez l'étude complète](#) dans le Journal of Military, Veteran and Family Health (en anglais seulement).

Célébrer l'excellence : le personnel de recherche d'ACC remporte un prix national

La recherche est essentielle pour améliorer la santé et le bien-être des vétérans et vétéranes. En comprenant les tendances à long terme en matière de santé et en ciblant les risques, nous pouvons veiller à ce que les avantages et les services soient fondés sur des données probantes et adaptés aux besoins des personnes qui ont servi.



Docteure Andrea Jones

À titre d'exemple de cette incidence, deux chercheuses, les docteurs Amy Hall et Andrea Jones, épidémiologistes principales à ACC, ont récemment reçu un Prix d'excellence de la fonction publique pour leur travail dans le cadre de l'Étude du

cancer et de la mortalité chez les membres des Forces canadiennes (ECM FC), aux côtés de leurs collègues du MDN.



Docteure Amy Hall

L'ECM FC est produite en reliant les données détenues par le MDN aux bases de données nationales sur la santé de Statistique Canada. Ce travail donne une vue d'ensemble des décès et des diagnostics de cancer chez les militaires en service et les vétérans sur une période de plus de 40 ans.

« C'est un privilège de travailler sur l'ECM FC. Son envergure et sa portée nous permettent d'examiner séparément les résultats en matière de santé pour les hommes et les femmes, ce qui constitue une contribution importante à la recherche sur la santé des militaires », a déclaré la docteure Hall, cheffe de projet à ACC.

Les résultats de l'ECM FC peuvent être utilisés par ACC pour faciliter la prise de décision concernant les avantages accordés aux vétérans, et par le MDN pour éclairer les activités de promotion de la santé et les examens médicaux du personnel en service.

[Consultez les premières conclusions.](#) D'autres analyses axées sur les femmes, les tendances en matière de cancer au fil du temps et certains groupes à risque seront réalisées.

Mobilisation

Ranger Ella Archie : un lien étroit avec la terre

Après 23 ans de service au sein des Rangers canadiens, on pourrait penser que la caporale-chef Ella Archie pourrait bientôt vouloir raccrocher son arme. Mais cette pensée ne lui a jamais traversé l'esprit. Et pourquoi le ferait-elle, alors que c'est précisément cette arme qui l'a attirée vers les Rangers au départ?

Née à Aklavik, dans les Territoires du Nord-Ouest, Ella Archie est une fière Inuvialuite, soit les Inuits de l'ouest de l'Arctique canadien.

Elle a grandi sur cette terre, où elle a acquis des compétences et des connaissances traditionnelles auprès de ses grands-mères et d'autres membres de sa famille, qui lui ont appris à vivre au rythme des saisons, à récolter avec respect et à prendre soin de ce que la terre lui offre. Ce sont ces leçons qui continuent de guider Ella chaque fois qu'elle enfile son chandail rouge des Rangers.

Ella a envisagé de devenir Ranger canadienne pour la première fois en 2002, lorsqu'elle discutait avec son mari à l'époque. À ce moment-là, ce dernier participait au programme depuis six mois. « Il m'a raconté comment il passait son temps sur la terre, à s'amuser et à faire des concours de tir. Il m'a dit : "Tu n'as qu'à tirer 10 coups avec ton .303 en essayant de les grouper le plus possible, et tu pourras t'en vanter pendant un an." Cela m'a convaincue sur-le-champ. »

[Lisez l'histoire complète d'Ella.](#)

Forum des vétérans 2ELGBTQI+ de 2025

Le mois dernier, des vétérans et des membres actifs des Forces armées canadiennes et de la GRC se sont réunis à l'occasion du Forum des vétérans 2ELGBTQI+ de 2025 d'Anciens Combattants Canada.



Caporale-chef Ella Archie

Conçu en collaboration avec [Vétérans Arc-En-Ciel du Canada](#) et le [Fonds Purge LGBT](#), ce forum en personne et virtuel a offert un espace aux vétérans afin qu'ils puissent discuter de leurs expériences et de leurs idées pour créer un avenir plus inclusif.

La première journée comprenait des rendez-vous individuels avec des employés d'ACC, un cercle de partage animé par l'aînée autochtone Monique Manatch, une session sur le soutien par les pairs et une discussion sur la communication narrative à des fins de réflexion et d'établissement de liens. La ministre des Anciens Combattants, Jill McKnight, a également organisé une réception en soirée, suivie d'une activité de peinture d'écussons organisée par Vétérans Arc-En-Ciel du Canada.

Lors de la deuxième journée, Vétérans Arc-En-Ciel du Canada, le Fonds Purge LGBT, EGALE Canada, ACC, les Forces armées canadiennes et la GRC ont fait le point sur les progrès réalisés, et des séances portant sur la santé physique et la montée des incidents haineux touchant les communautés 2ELGBTQI+ ont eu lieu.

Merci à toutes les personnes qui ont participé à ce forum alors que nous nous efforçons de bâtir un avenir où tous les vétérans et toutes les vétéranes se sentent reconnus et valorisés. Un rapport sur le forum sera disponible sur notre site Web au cours des prochains mois.

Histoires de vétérans

Lynn Doucette : contrôleuse d'armes aériennes

Pendant ses 35 ans de carrière dans l'Aviation royale du Canada, la majore Lynn Doucette (à la retraite) a été une femme qui a réalisé de nombreuses premières.

Elle a excellé dans son rôle de contrôleuse d'armes aériennes et, pendant qu'elle servait dans le golfe Persique, elle était commandante d'équipe de mission à bord d'un aéronef du système de surveillance et d'alerte aéroporté (AWACS) pour surveiller l'ennemi au sol et dans les airs.

En grandissant à Ingonish Beach, en Nouvelle-Écosse, Lynn Doucette a toujours su qu'elle voulait se joindre à la Gendarmerie royale du Canada. Lorsque le moment est enfin arrivé, elle a été dévastée d'apprendre qu'une exigence de taille l'empêchait de réaliser son rêve.



Majore Lynn Doucette

Elle ne s'est pas découragée et s'est tournée vers les Forces armées canadiennes. Inspirée par son frère qui était dans la Marine, elle s'est dit que la Force aérienne pourrait convenir et a fini par y trouver une carrière à vie.

Lynn s'est enrôlée dans l'Aviation royale du Canada en juillet 1979 et a effectué son instruction élémentaire à la Base des Forces canadiennes Cornwallis. Étant plus âgée que la plupart de ses camarades, elle a terminé l'instruction comme étant la meilleure recrue femme de sa classe grâce à sa maturité et à sa détermination, ce qui lui a valu l'écusson du commandant tant convoité.

Ses supérieurs ont rapidement reconnu son talent et sa détermination et l'ont choisie pour la formation des officiers.

« Je crois que l'éthique et le code de discipline inculqués par mes parents et le fait d'être du Cap-Breton m'ont aidée à réussir. On travaille fort et on est là pour faire le travail du mieux que l'on peut. »

[Lisez l'histoire complète de Lynn.](#)

Commémoration

Financement disponible pour rendre hommage au 2^e Bataillon de construction



Dévoilement du monument du 2^e Bataillon de construction à Yarmouth, en Nouvelle-Écosse.

(Photo gracieuseté de la Ville de Yarmouth)

Un financement dédié est maintenant disponible dans le cadre du Programme de partenariat communautaire afin d'aider à honorer l'héritage du 2^e Bataillon de construction. Ce financement soutient des projets d'engagement communautaire et de mémoriaux de guerre communautaires, notamment :

- des activités éducatives
- des événements publics
- la restauration ou la construction de monuments

Le 2^e Bataillon de construction était la plus grande unité militaire noire de l'histoire du Canada. Malgré la discrimination dont ils ont été victimes, ses membres ont servi avec courage et détermination pendant la Première Guerre mondiale. Leur service et leurs sacrifices constituent une partie importante de l'histoire du Canada, et ce financement contribue à leur rendre hommage.

La période de présentation des demandes est ouverte jusqu'au **31 janvier 2026** pour les projets qui débuteront à compter du 1^{er} avril 2026. Pour en savoir plus ou pour présenter une demande, [visitez la page Programmes de financement](#).

Ce financement est fourni par le ministère de la Défense nationale et donne suite à une recommandation du [Comité consultatif national sur les excuses](#).

Reconnaissance du dévouement envers les vétérans et vétéranes : ouverture des mises en candidature pour la Mention élogieuse de la ministre

Chaque année, des personnes de tous âges donnent de leur temps et de leur énergie pour aider les vétérans et vétéranes. Ils participent à l'organisation des activités de la Semaine des vétérans et du jour du Souvenir, font du bénévolat auprès de groupes de vétérans, offrent un soutien par les pairs, et bien plus encore. Leur travail fait une réelle différence dans la vie des vétérans canadiens.

Vous pouvez aider à reconnaître le travail de bénévoles comme [Donna Lynn Murakami](#) (photo) en proposant leur candidature pour la Mention élogieuse de la ministre des Anciens Combattants.

De nombreux anciens militaires continuent à servir leur communauté lorsqu'ils prennent leur retraite. Après une brillante carrière dans la Marine royale du Canada, Donna soutient désormais la communauté des vétérans en travaillant avec plusieurs organismes de vétérans. L'année dernière, elle a reçu la Mention élogieuse de la ministre.

[Obtenez de plus amples renseignements et présentez une candidature d'ici le 31 janvier 2026.](#)



Donna Lynn Murakami, qui a reçu la Mention élogieuse de la ministre en 2024.

Prochaines commémorations de la guerre du Golfe

L'année 2026 marque le 35^e anniversaire de l'opération Friction et la fin de la guerre du Golfe. Plus de 4 000 Canadiens ont servi dans la région du golfe Persique en 1990-1991 au sein d'une coalition internationale qui visait à déloger les forces d'invasion irakiennes du Koweït.

Pour marquer cet important chapitre de l'histoire militaire canadienne, nous organisons des événements à Halifax et à Ottawa. Joignez-vous à nous pour rendre hommage aux personnes qui ont répondu à l'appel pendant la guerre du Golfe.

Inscrivez cette date à votre calendrier et visitez notre page Web pour en apprendre davantage sur cet anniversaire.

Calendrier des commémorations

Janvier 2026

8 janvier : Dans le cadre de l'opération Recuperation, 15 000 membres des FAC ont été déployés en réponse à la tempête de verglas dans l'est du Canada pour aider à fournir des abris, administrer des soins médicaux, restaurer les réseaux électriques et contribuer aux efforts de rétablissement (1998)

11 janvier : Le NCSM Magnificent arrive à Port-Saïd avec le gros des troupes et du matériel canadiens affectés à la Force d'urgence des Nations Unies chargée de contrôler la frontière israélo-égyptienne (1957)

12 janvier : Séisme de magnitude 7,3 en Haïti, le Canada intervient dans le cadre de l'opération Hestia pour fournir des secours et des services médicaux d'urgence (2010)

16-17 janvier : Début de l'opération Desert Storm alors que les forces de la coalition lancent leurs premières attaques aériennes (1991)

26 janvier : Le Cabinet approuve l'entrée des membres du Service féminin de la Marine royale du Canada dans la Force régulière de la Marine royale du Canada. C'est la première fois que des femmes sont intégrées dans la force permanente d'une marine du Commonwealth (1955)

26-31 janvier : La Première Armée canadienne tente de dégager une forte position allemande sur la Meuse aux Pays-Bas avec l'opération Elephant et participe à la bataille de Kapelsche Veer (1945)

30 janvier : Lors de la bataille de Bubiyan, deux CF-18 mitraillent un patrouilleur rapide irakien, lançant ainsi la première attaque aérienne menée par des pilotes canadiens depuis la guerre de Corée. Plus tard ce jour-là, un CF-18 attaque et endommage un navire de guerre irakien, le seul avion canadien à avoir remporté une victoire officielle pendant la guerre du Golfe (1991)

Pour obtenir la liste des activités commémoratives à venir, veuillez consulter notre [calendrier des activités](#).

Connaissez-vous d'autres vétérans, des membres de leur famille ou d'autres personnes qui pourraient bénéficier de l'information contenue dans ce bulletin? N'hésitez pas à leur en faire part.

Suivez-nous sur les médias sociaux :

- [Facebook : ACC](#)
- [Facebook : Le Canada se souvient](#)
- [X \(Twitter\)](#)
- [YouTube](#)
- [Instagram](#)
- [LinkedIn](#)

Date modifiée

2026-02-24