

THE RMC CHAPLAIN'S OFFICE LE BUREAU DES AUMONIERS DU RMC



COLLÈGE MILITAIRE
ROYAL DU CANADA
ROYAL MILITARY
COLLEGE OF CANADA

The Padre's Les aumôniers

Capitaine Maria Codina

Catholique romain/
Roman catholic

Agente de pastorale/Pastoral agent

Maria-cristina.codina@forces.gc.ca

YEO Hall 301 / Extension 4094



Capitaine Steeve Arseneau

Protestantisme évangélique/
Evangelical Protestantism

Révèrent / Reverent

Steeve.Arseneau@forces.gc.ca

YEO Hall 304 / Extension 6284



**RMC Senior Padre
Aumônier Senior du RMC**

Major (Padre) Suleyman Demiray

Islam / l'Islam

Imam (Muslim religious leader) /

Imam (Chef religieux musulman)

Suleyman.demiray@forces.gc.ca

YEO Hall 207B / Extension 6204





CE QUE FONT LES AUMÔNIERS :
 WHAT THE PADRE'S DO:



*“ EVERYONE CAN VISIT A PADRE
TOUS LE MONDE PEUVENT
ALLER VOIR UN AUMÔNIER*

”

Padre's help solve problems such as :

Grief and bereavement • Illness (of self or loved ones) •
Family Problems • Addictions • Suicidal ideations • Life
Transitions • The need for a listening ear • Spiritual
questions • Referral to other Professionals

Les aumôniers aide la résolution des problèmes suivants :

Chagrin et le deuil • Maladie (d'un proche ou vous-mêmes)
• Problème familial • Dépendances • Pensées suicidaires •
Transitions de vie • Le besoin de l'écoute Questions
spirituels • Référence à d'autres professionnelles

Programme Sentinelle Sentinel Program



OPI : Capitaine Maria Codina

Le Programme SENTINELLE se compose d'un groupe de non-spécialistes formés et supervisés par leur Padré, dont le mandat consiste à améliorer les contacts humains au quotidien grâce à l'adoption d'un ensemble de comportements et d'attitudes auprès de certains de leurs pairs.

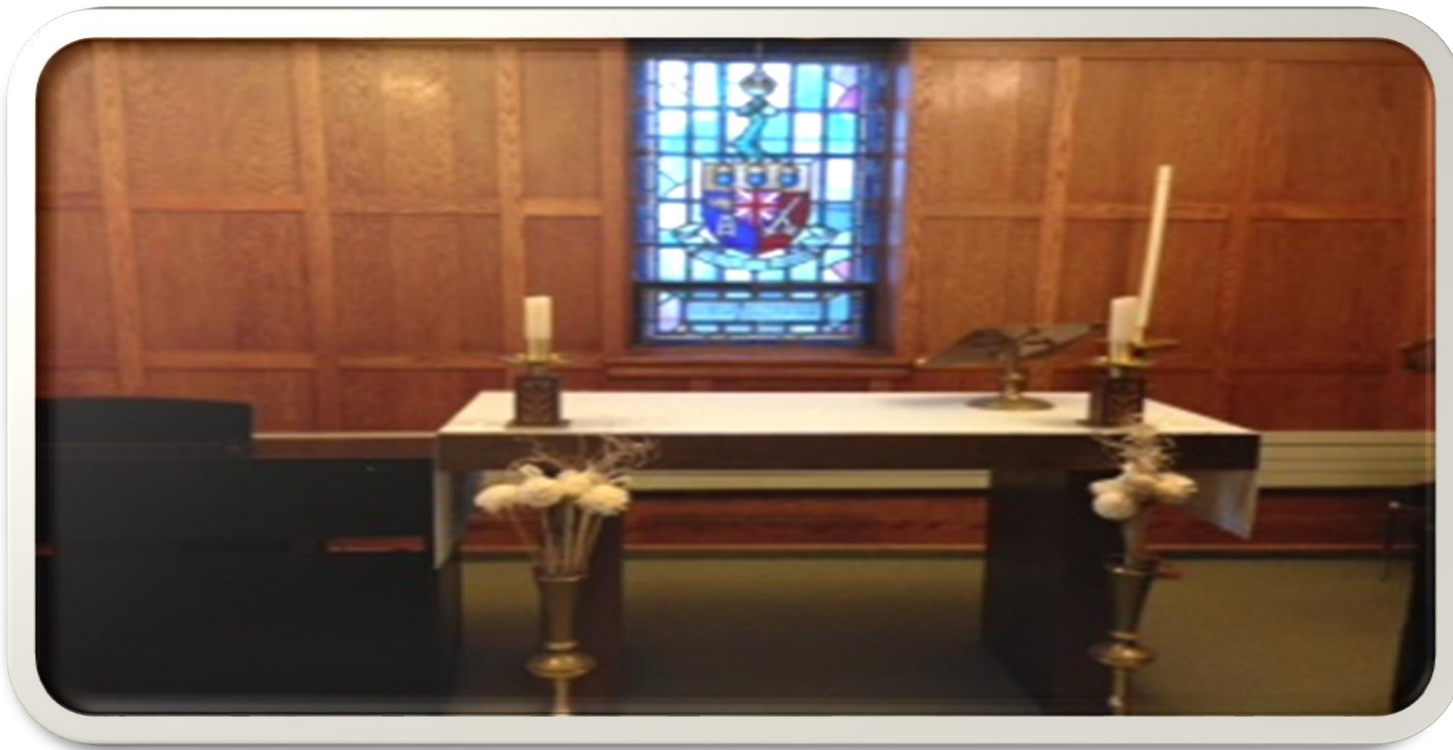
A group of trained, supervised non-professionals whose purpose is to improve human connectedness on a day-to-day basis through a set of behaviours and attitudes they use with their peers.

Leur Mission/Their Mission:

- Observer/Observe
- Confirmer/Confirm
- Agir/Take Action
- Demander du renfort/ Seek Backup

Mon but est que formation prenne lieu en octobre

Hopefully, formation will take place in October.



Protestant Chapel · Chapelle Protestante

Located on 3rd floor Yeo Hall, the Protestant Chapel provides members with services on Sundays' and the chapel is available at any time as a place to meditate and pray.

Situé au 3ième étage du Yeo Hall, la chapelle protestante offert au membres un service religieux les dimanches et la chapelle est disponible 24h sur 24 comme endroit de méditation et de prière.



Roman Catholic Chapel Chapelle Catholique Romaine

YEO HALL 305

Roman Catholic Chapel is located on 3rd floor Yeo Hall, provides members and DND employees with Roman Catholic Services on Sundays' as well as a place to pray and meditate at anytime.

La chapelle catholique est situé au 3^{ème} étage du Yeo Hall, elle offert au membres & au employés du MDN des services catholiques romains les dimanches ainsi qu'un endroit de prière et de méditation à n'importe quel moment.

**SERENITY
SACRED SPACE
YEO HALL 305**

**ESPACE SACRÉ
SÉRÉNITÉ
YEO HALL 305**



The sacred space located on 3rd floor Yeo Hall, provides Muslim Members as well as DND employees the opportunity and room to meditate and pray, Juma prayers are held every Friday @ 1300 hrs.

Situé au 3ième étage du Yeo Hall, fournis au membres musulmans ainsi qu'au membres du MDN l'opportunité et la place pour méditation et prière. Les prières Juma sont tenues à chaque Vendredi à 1300h.

10 Secrets to thrive (not only survive) at RMC

10 secrets pour prospérer (non seulement survivre) au Collège

1. Sleep well, eat well and exercise well (All in that order) !
Bien dormir, bien manger et faire de l'exercice (tout dans cet ordre) !
2. Control only what you are able to control, the rest is for others to manage.
Contrôler seulement ce que vous êtes capable de contrôler, le reste ce sera pour les autres de le faire.
3. Prioritize everything (your studies, relationship with others, your responsibilities, etc.)
Établir la priorité de tout (vos études, relation avec les autres, vos responsabilités, etc.)
4. Penser avant de parler ou agir (Est-ce-que ça doit être dit ou non? Est-ce-que j'ai besoin de faire ça maintenant ou non? Ça peux-tu attendre à plus tard?)
Think before speaking or acting (Does this need to be said, yes or no? Do I need to do this now or not? Can it wait until later?)
5. Be humble, humility is very attractive contrary to popular belief.
Soyez humbles, l'humilité est très attirant contrairement à l'opinion populaire.
6. N'ayez pas peur de demander des questions ou de l'aide, un manque de connaissance ou pratique ne vas pas vous amenez au succès.
Don't be afraid to ask questions or ask for help, a lack of knowledge or practice will not lead to success.

10 Secrets to thrive (not only survive) at RMC

10 secrets pour prospérer (non seulement survivre) au Collège

7. Learn to laugh at yourself and don't always take yourself so seriously. This is also part of resiliency.
8. L'adaptabilité est le secret pour une longue carrière dans les FAC. Ceux qui ne sont pas capable de s'adapté adéquatement n'iront pas très loin.
9. Leaders lead by example, don't ask of others what you are not prepare or able to do yourself. Soldiers will follow a person that lead by example with his character & integrity intact.
10. Always look for the good in other people. If you spend enough time with them, you will learn that they have good & bad qualities just like you do.

