



A Division of the Canadian Forces Personnel Support Agency  
Une division de l'Agence de soutien du personnel des Forces canadiennes

# Bulletin

## Recherche et développement en performance humaine

Janvier 2008

Volume 3, numéro 1

### Dans ce numéro

- On croît toujours!
- Lancement des nouvelles capacités
- Nouveau site Web
- GCPAT et programme de conditionnement physique pour le combat
- Centre de guerre - niveau avancé (Terre) des FC
- Projets courants
- Remerciements aux PSP

### Pour nous joindre :

<http://www.aspfc.com>

Jacque Laframboise

Gestionnaire de projet  
en performance  
humaine

613-324-0586

[Laframboise.jl@forces.gc.ca](mailto:Laframboise.jl@forces.gc.ca)

*Vos commentaires et vos questions sont grandement appréciés.*

*Nous espérons que ce bulletin a su vous renseigner. Les membres de la DPSPH seront heureux de travailler avec vous aux initiatives en performance humaine.*

### On croît toujours!

Dans le dernier bulletin, nous avons expliqué les raisons de la restructuration et les bénéfices qui en découleraient. Depuis lors, de nouvelles personnes se sont ajoutées à l'équipe. L'été dernier, Lindsay Goulet, Ph.D., et Michaël Spivock ont été embauchés comme gestionnaires de recherche et Jacque Laframboise comme gestionnaire de projet. Au cours du mois de février prochain, Rachel Blacklock, Simone Olinek et Phil Newton se joindront à l'équipe à titre d'assistants de recherche et Tara Reilly, Ph.D., viendra compléter le groupe des gestionnaires de recherche. Mark Carlson assumera les fonctions de coordonnateur de laboratoire à temps plein. Brienne Hanck assurera le soutien administratif du groupe. Les membres de l'équipe travailleront en collaboration même s'ils relèvent de gestionnaires de recherche distincts. Ils seront chargés de l'examen et de l'élaboration de nouvelles normes de conditionnement physique pour le compte de l'Armée de terre, de la Marine et de la Force aérienne. L'équipe relèvera du Chef du personnel militaire, dans le cadre de la nouvelle stratégie appliquée au conditionnement physique. Consultez notre site Web pour vous tenir au courant du processus de recherche des différents projets.

### Lancement des nouvelles capacités

Le 26 octobre 2007, l'équipe de la performance humaine a invité des partenaires militaires, le personnel de direction du quartier général des PSP, le personnel du conditionnement physique du quartier général de la GRC et des représentants en science de la santé de l'Université d'Ottawa à assister à une séance d'information sur notre laboratoire de performance humaine. Nous leur avons expliqué la manière d'élaborer des normes de conditionnement physique et d'effectuer des tests de sport de haute performance. Nous avons également discuté du potentiel de perfectionnement professionnel au sein des PSP et des évaluations fondées sur les tâches professionnelles, des essais cliniques et des évaluations d'activités physiques adaptées. Nous avons conclu la séance par une présentation de notre nouveau site Web. L'enthousiasme des participants était palpable et tous sont impatients de développer les nouvelles capacités et les nouveaux partenariats.

### Le nouveau site Web

Le processus a été long, mais nous avons réussi à créer un site Web qui informe les gens sur le terrain sur les activités, les capacités et toutes les merveilleuses entreprises en cours dans la section de la performance humaine. Sur le site, vous pourrez lire les bulletins et les rapports de recherche, obtenir des renseignements sur les processus de recherche et les échéanciers et connaître les possibilités offertes. Visitez la section de la Performance humaine à [www.aspfc.com](http://www.aspfc.com).

---

## Guide du conditionnement physique de l'Armée et le programme de conditionnement physique pour le combat

L'été dernier, trois nouveaux chapitres ont été soumis aux responsables en vue de leur addition au Guide de conditionnement physique de l'Armée de terre. Ces chapitres font partie d'une nouvelle section intitulée Programme de conditionnement physique pour le combat. Le programme d'entraînement de type « Crossfit » fera dorénavant partie de la préparation de la Force terrestre. Ce projet a été élaboré grâce à d'importants apports de l'Armée de terre, des PSP et de Howie Wenger, Ph.D.

Visitez le :

[http://ctc.gagetown.mil.ca/dlearn/Pan\\_Army\\_Projects/ACIM/courses/ACIM/ACIM.htm](http://ctc.gagetown.mil.ca/dlearn/Pan_Army_Projects/ACIM/courses/ACIM/ACIM.htm)

---

## Centre de guerre - niveau avancé (Terre) des Forces canadiennes (CGATFC)

Nous menons toujours des projets de moindre envergure, comme le CGATFC à Trenton. Jackie Laframboise et Patrick Gagnon ont entrepris l'examen des exigences en matière de conditionnement physique du cours de parachutisme de base. Ils ont effectué la cueillette des données, des résultats des évaluations de la condition physique et d'autres renseignements pertinents lors d'un cours de trois semaines qui s'est déroulé durant les mois de novembre et de décembre 2007. Ce travail se poursuivra au début de l'année et prendra plus d'importance à mesure que nous serons engagés auprès de l'unité.

---

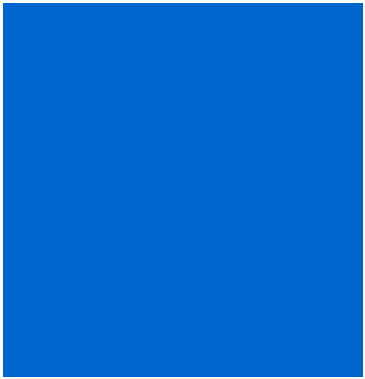
## Projets en cours

- Entrée par effraction des pompiers
  - Réponse cardiovasculaire des pompiers durant l'exercice
  - Normes de sélection en matière de conditionnement physique des Tech SAR
  - Agents de protection rapprochée
  - Force et endurance musculaires du haut du corps du personnel féminin des FC
  - Unité interarmées d'intervention du Canada (UIIC), auparavant la Compagnie interarmées de défense nucléaire, biologique et chimique CIDNBC
  - Étude sur les normes minimales de la condition physique pour les membres des FC âgés de 50 ans et plus
- 

## Remerciements aux membres des PSP

Nous aimerions remercier tout le personnel des PSP sur le terrain qui nous ont aidé au cours des derniers mois.

Personnel	Base/ scadre	Projet
Mary Beth McGinn	DEP QG ASPFC	UIIC
Todd Cirka	Centre d'instruction de l'ASPFC	UIIC
CPL de l'USFC(O)	USFC (Ottawa)	Mise sur pied du laboratoire et des bureaux
Louise Munson Dustin Moore	BFC Esquimalt	Force et endurance musculaires du haut du corps du personnel



		féminin des FC
Lisa Refausse Amy Dawson Todd Peart Bill Jeffs Caroline Cote Amy Dawson	8 <sup>e</sup> Escadre Trenton	UIIC Centre d'évaluation des agents de la protection rapprochée
Andy Moorehead Stephane Rainville Simone Olinek Monika Hassan Véronique Dion	19 <sup>e</sup> Escadre Comox	Sélection des Tech SAR