

Cadet Joining Instructions  
Instructions de raliement pour les cadets

**Échanges internationaux  
2015  
International Exchanges**



1. Congratulations on your selection for an International Exchange. Your hard work and commitment to the Cadet Program has made your selection for this prestigious activity possible.

2. This booklet has been designed to provide you and your parents / guardians with the basic information you need to prepare for this summer activity. **Please read the instructions carefully in order to get the most from the exchange.** If you have additional questions that are not answered in this booklet, speak with your Exchange Officers.

\* **These Joining Instructions (JI) have been designed for senior cadets who have already participated in CTC Training. They know what to bring and what not to bring. The Exchange Officers will cover specific requirements for Exchanges during the initial phone call to the cadet.**

\*\* As a cadet, you must display **exemplary** behavior at all times. You need to be prepared to adapt to and accept a different culture. Food will be different, modes of transportation will be different, and peoples' attitudes will be different. If you embrace these differences, your stay will be much more enjoyable.

#### **INFORMATION FOR PARENTS/GUARDIANS**

3. Cadets will assemble at Connaught Cadet Training Centre (Connaught CTC) in Ottawa, Ontario until they depart for their destination.

4. For the protection of the parent / guardian and the cadet, cadets may only be permitted to leave the training centre in the company of the individual(s) designated on the Leave Authority Form contained in this document. Staff Cadets are not authorized to take a course cadet on leave or a day pass.

#### **ADMINISTRATION**

5. Cadets must have a valid Canadian passport (and Visa from the host country for landed immigrants). The Department of National Defence (DND) will reimburse the costs of obtaining a **5 year passport** provided original receipts are submitted. (**Note:** Money Order receipts from Canada Post are not

1. Félicitations! Vous avez été choisi pour un échange international. Votre bon travail et votre engagement envers le programme des cadets ont rendu possible votre participation à cette prestigieuse activité.

2. Ce livret contient les renseignements de base dont vous, vos parents ou tuteurs avez besoin pour vous préparer à cette activité estivale. **Veillez lire ces instructions attentivement afin de profiter pleinement de votre échange.** Si vous avez des questions qui n'ont pas été traitées dans ce livret, parlez-en à vos officiers accompagnateurs.

\* **Ces instructions de ralliement (IR) sont conçues pour les cadets seniors qui ont déjà participé à un cours à un CEC. Ils savent quoi apporter et quoi laisser à la maison. Les officiers accompagnateurs discuteront des exigences précises relatives aux échanges lors de l'appel téléphonique initial au cadet.**

\*\* En tant que cadet, vous devez avoir un comportement **exemplaire** en tout temps. Vous allez devoir être prêts à vous adapter et à accepter une culture différente. La nourriture, les moyens de transports et les attitudes des gens seront différents. Si vous acceptez ces différences, votre séjour sera plus agréable.

#### **RENSEIGNEMENTS POUR LES PARENTS OU TUTEURS**

3. Les cadets se rassembleront au Centre d'entraînement des cadets de Connaught (CEC Connaught) à Ottawa (Ontario) jusqu'au départ pour leur destination respective.

4. Afin de protéger les parents ou tuteurs et les cadets, ces derniers ne peuvent quitter le centre d'instruction qu'en compagnie des personnes identifiées dans la demande de congé disponible dans ce livret. Les cadets-cadres ne sont pas autorisés à sortir un cadet en permission (fin de semaine ou soirée).

#### **ADMINISTRATION**

5. Les cadets doivent détenir un passeport canadien valide (et un visa du pays d'accueil pour les immigrants admis). Le ministère de la Défense nationale (MDN) remboursera les frais encourus pour l'acquisition d'un **passeport 5 ans**, à condition de présenter les reçus originaux. (**Remarque :** Les reçus de mandat

accepted. Only the original receipts from the Passport office will be accepted [see picture]. Talk to your Commanding Officer.)



de poste de Postes Canada ne sont pas acceptés. Les reçus originaux du Bureau des passeports doivent être fournis (voir photo). Parlez-en à votre commandant.)



6. Each year, some cadets experience difficulty because of late passport applications. Make sure to apply for a passport early and if you think you do not have enough time, apply for your passport in person (at one of their offices) and ask for the Express pick-up. For more information on applying for a passport, please consult: [www.ppt.gc.ca](http://www.ppt.gc.ca). DND will not bear the cost of express shipping or expenses associate to the travelling to the Passport Office.

6. Chaque année, des cadets ont des difficultés en raison de demandes de passeport présentées tardivement. Veuillez vous assurer de faire votre demande de passeport le plus tôt possible. Si vous croyez ne pas disposer de suffisamment de temps, faites votre demande en personne (dans l'un des bureaux) et demandez le service express. Pour de plus amples renseignements sur les demandes de passeport, consultez le site [www.ppt.gc.ca](http://www.ppt.gc.ca). Le MDN ne remboursera pas les frais encourus suite à la livraison expresse ou les dépenses associées au voyage.

7. If you did not send a copy of your passport to your regional cadet support unit (RCSU), the first thing you must do when **you get your passport** is to:

7. Si vous n'avez pas envoyé une copie de votre passeport à votre unité régionale de soutien aux cadets (URSC), la première chose à faire **lorsque vous obtenez votre passeport** est :

- a. scan a copy, and email it to your Exchange Officer (unless otherwise mentioned during the initial phone call);
- b. if you do not have access to a scanner, fax a copy of the page with your picture (which indicates your Surname, Given name(s) and passport number) to:

- a. faire une copie électronique et l'envoyer par courriel à votre officier accompagnateur (à moins d'avis contraire lors de l'appel initial);
- b. si vous n'avez pas accès à un numériseur, vous pouvez envoyer une copie de la page portant votre photo (page indiquant votre nom complet et le numéro du passeport) par télécopieur au :

D Cdts & JCR 4-4-2  
(613) 996-1618

D Cad & RJC 4-4-2  
613-996-1618

\* This information is required for security reasons and it is critical to confirm that your airline ticket has your entire name as it appears on your passport.

\* Ces renseignements sont exigés pour des raisons de sécurité et essentiels pour confirmer que votre billet d'avion porte le même nom que celui qui apparaît sur votre passeport.

\* It can cost up to a \$1000 to change a name

\* Il peut coûter jusqu'à 1 000 \$ afin de faire

### **on an airline ticket.**

8. You must have the following documents on your arrival at Connaught CTC:

- a valid Canadian Passport (that does not expire before September 2015);
- a valid Provincial Medicare Card;
- any travel documents (from your RCSU);
- a signed copy (parents) of your offer of participation (camp acceptance);
- a prescription for your medication (if any);
- a prescription for your corrective lenses (if any);
- a leave form (if necessary); and
- a list of valuables (see end of document).

### **TRANSPORTATION & TIMINGS**

9. Cadet Corps Commanding Officers will advise each cadet of the timings and method of transportation to Connaught CTC. The regional headquarters may also send travel documents.

10. **Cadets will travel in uniform (C2-A)** to and from Connaught CTC.

11. If you experience difficulties during your journey to Connaught CTC, your travel documentation will contain emergency phone numbers. If you are unable to make contact using those numbers, call Connaught CTC at this number collect: 0-613-991-4294 and you will be advised on what action to take.

12. Cadets who live within the Ottawa / Gatineau area are required to arrive at Connaught CTC between **1400 and 1630 hrs**. Signs will direct you at the drop off point.

### **COMMUNICATIONS**

13. Mailing Address for Connaught CTC:

Cadet Name, Initials

### **modifier un nom sur un billet d'avion.**

8. Vous devez avoir les documents suivants lors de votre arrivée au CEC de Connaught :

- un passeport canadien valide (qui n'expire pas avant septembre 2015);
- une carte d'assurance-maladie provinciale;
- tout document de voyage (de votre URSC);
- une copie signée par les parents de votre offre de participation (réponse de camp);
- une prescription pour vos médicaments (s'il y a lieu);
- une prescription pour vos verres correcteurs (s'il y a lieu);
- un formulaire de congé (s'il y a lieu); et
- une liste de vos objets de valeur (à la fin de ce document).

### **TRANSPORT ET HORAIRE**

9. Les commandants des corps de cadets informeront chaque cadet de l'horaire et du moyen de transport vers le CEC de Connaught. Le quartier général régional pourrait également envoyer un document de voyage.

10. **Les cadets voyageront en uniforme (C2-A)** à destination et en provenance du CEC de Connaught.

11. Si vous éprouvez des difficultés pendant votre voyage vers le CEC de Connaught, votre documentation de voyage vous indiquera les numéros de téléphone à composer en cas d'urgence. Si vous êtes incapable d'établir un contact à l'aide de ces numéros, composez à frais virés le 0-613-991-4294 et vous serez informé des mesures à prendre.

12. Les cadets qui demeurent dans la région d'Ottawa/Gatineau doivent se présenter à Connaught entre **14 h et 16 h 30**. Des affiches vous dirigeront à l'endroit où le cadet doit se présenter.

### **COMMUNICATIONS**

13. Adresse postale du CEC de Connaught:

Nom du cadet, initiales

Connaught CTC – Name of the exchange  
1 Lewis Gun Rd  
Nepean, ON, K2K 2W6

CEC de Connaught – nom de l'échange  
1, route Lewis Gun  
Nepean (Ontario) K2K 2W6

\* All mail should arrive before August 10 in order to guarantee delivery before the end of the exchange.

\* Le courrier devrait arriver avant le 10 août afin d'en garantir la livraison avant la fin des échanges.

14. Phone numbers CTC Connaught:

Orderly Room: (613) 991-4294  
Fax: (613) 998-9154

**\* If there is an emergency, call Connaught CTC and our staff will contact the cadets overseas.**

14. Numéros de téléphone CEC de Connaught:

Salle des rapports : 613-991-4294  
Télécopieur : 613-998-9154

**\* En cas d'urgence, appelez au CEC de Connaught et le personnel communiquera avec les cadets à l'étranger.**

**BAGGAGE RESTRICTION**

15. As of 2014, all major Canadian airlines are now charging for the first piece of checked luggage (Air Canada: \$25, WestJet: \$25 to \$29.50 and Porter: \$25 to \$28). The maximum weight is 50 lbs (23 kg) and all baggage must be clearly marked with your name, corps number and Connaught destination address. A maximum of one checked luggage is authorized per cadet.

16. Cabin baggage must be kept with you and must be stowed under your seat or in an enclosed overhead storage bin. To permit safe stowage, the dimensions of one small piece of cabin baggage must not exceed 23 cm x 40cm x 55 cm.

17. Cadets will be entitled to claim back two charges for domestic checked baggage (going to Connaught and coming back). Only the official receipts from the airlines will be accepted. Claims can be done with the passport reimbursement at the end of the summer. Talk to your Commanding Officer to know which form to complete.

18. For more information on what is acceptable as checked luggage and carry on please consult the Transport Canada Web site.

\* Remember: If the luggage weight exceeds, cadets will be required to remove items until the appropriate weight is met. **Removed items will be returned to the respective regional headquarters at the cadet own expense.** DND will not reimburse excess luggage fees.

**RESTRICTIONS RELATIVES AUX BAGAGES**

15. Depuis 2014, vous devez payer pour votre premier bagage enregistré avec les principales compagnies aériennes canadiennes (Air Canada: 25\$, WestJet: 25\$ to 29,50\$ et Porter: 25 à 28\$). Le poids maximum d'un bagage est de 50 lbs (23 kg). Tous les bagages devront être identifiés au nom du passager, corps de cadets et l'adresse du CEC de Connaught. Un seul bagage enregistré est permis par cadet.

16. Vous devez garder les bagages à main avec vous et les ranger sous votre siège ou dans un compartiment de rangement supérieur fermé. Afin d'assurer un rangement sécuritaire, les dimensions d'un petit bagage à main ne doivent pas excéder 23 cm x 40 cm x 55 cm.

17. Les cadets pourront réclamer les frais associés aux bagages enregistrés pour l'aller et au retour de Connaught. Seulement les reçus officiels des compagnies aériennes seront acceptés. Les réclamations de bagages pourront être faites au même moment que la réclamation du passeport. Veuillez parler à votre commandant afin de compléter le bon formulaire.

18. Pour de plus amples renseignements sur les bagages enregistrés et les bagages à main acceptables, consulter le site Web de Transports Canada.

\* N'oubliez pas : Si le poids de bagage est dépassé, les cadets devront retirer des articles jusqu'à ce que le poids approprié soit atteint. **Les articles retirés seront retournés au QG régional respectif aux frais du cadet.** Le MDN ne remboursera pas les frais d'excédent

de bagages.

## MEDICAL & DENTAL

19. While cadets are undergoing training, DND will assume medical treatment and restricted dental treatment (for emergency).

20. If you are presently on prescribed medication, you must bring an ample supply with you and detailed instructions on its proper use. You are responsible to dispense your own medication. **DND will not renew prescribed or over the counter medication.** Individuals who have allergies or have asthma should carry their medication on them at all time.

**\* Ensure expiry date of your medication does not occur during the exchange. DND will not pay for medication renewal.**

21. If you wear corrective lenses, you should bring a second pair since replacement or repair may not be possible while travelling. You should also bring a copy of your corrective lenses prescription. **Glasses must be equipped with a safety-retaining strap.**

*\* Members are responsible for the safety of their spectacles and are expected to exercise due diligence in avoiding or preventing the damage or loss. The damage or loss must be directly attributable to training or duty and have been unavoidable. The following examples are given to assist in determining the validity of a claim:*

*a. spectacles lost overboard while on the water, but not wearing retaining strap - DND not liable; and*

*b. left on bed and subsequently sat on and broken - DND not liable.  
(CATO 16-07)*

22. Food Allergies. The CAF has neither the mandate nor the resources to provide or guarantee allergen-free food items or preparation conditions. This limitation applies equally to meals provided or paid for by the CAF (CTC, activity centre, etc) as to those provided or paid for by local sponsors, third parties or cadets themselves. This applies

## TRAITEMENT MÉDICAL ET DENTAIRE

19. Le MDN assure le traitement médical et le traitement dentaire limité (urgence) des cadets lors de l'instruction.

20. Si vous prenez présentement des médicaments prescrits, vous devez en apporter une quantité suffisante et des directives détaillées sur leur utilisation appropriée. Vous êtes responsable de l'administration de vos propres médicaments. **Le MDN ne renouvellera aucune prescription.** Les personnes qui souffrent d'allergies ou d'asthme devraient avoir leurs médicaments sur elles en tout temps.

**\* Assurez-vous que vos médicaments n'expirent pas pendant l'échange. Le MDN ne payera pas le renouvellement des médicaments.**

21. Si vous portez des verres correcteurs, vous devriez en emporter une deuxième paire puisque le remplacement ou la réparation pourrait ne pas être possible pendant votre séjour. Vous devriez également emporter une copie de votre prescription. **Les lunettes doivent être munies d'une lanière de sécurité.**

*\* Les membres sont responsables pour le soin de leurs lunettes et on s'attend à ce qu'ils exercent assiduité dans la prévention ou évitement de leur perte ou détérioration. La détérioration ou perte des lunettes doit être attribuable à l'exercice des fonctions du requérant et inévitable. Les situations suivantes sont fournies pour juger la validité d'une réclamation :*

*a. lunettes tombent hors d'une poche en montant ou descendant d'un véhicule militaire - MDN n'est pas responsable;*

*b. lunettes déposées sur le lit et endommagées lorsque quelqu'un s'est assis dessus - MDN n'est pas responsable. (OAIC 16-07)*

22. Allergies alimentaires. Les FAC n'ont pas le mandat de fournir des aliments non allergènes, d'en garantir la présence au menu ou de garantir des conditions de préparation exemptes d'allergènes. Cette limitation s'applique autant aux repas fournis ou payés par les FAC (CEC ou centre d'activités) qu'aux repas fournis ou payés par des répondants

equally to training conducted abroad.

23. Special Dietary While it is generally possible to accommodate cadets with special dietary requirements such as vegetarian and/or vegan, this is usually limited to meals provided in mess halls in Canada. Such accommodations are not usually possible for meals taken in the field, while travelling or abroad.

24. Fasting. Fasting is not compatible with summer training and attending CTC. The CAF are required to accommodate cadets wishing to fast for religious or spiritual reasons, except where the accommodation would cause undue hardship to the CAF or place the cadet's health or safety at risk, or that of other around him/her. Because of the physical requirements placed on cadets during summer training, the CAF's capability to accommodate a cadet or staff cadet wishing to fast even for religious or spiritual reasons may be very limited. Cadets may want to consult their religious / spiritual guides for available options

## DRESS, CLOTHING & EQUIPMENT

25. Dress throughout the exchange will be detailed by your Exchange Officers.

### 26. Cadet Uniform

- 1 beret and cap badge,
- 1 cadet tunic with badges / nametag,
- medals / ribbons if you have them,
- 1 cadet short sleeves shirt and tie,
- 1 pair of cadet pants with belt,
- wool socks,
- 1 pair of black ankle boots (parade),
- Green t-shirts (as many as you have),
- 1 Field Training Uniform (FTU),
- 1 pair of combat boots (if in possession),
- 1 beige Tilley hat,
- 1 cadet Tuque (for outdoor activities)
- 1 cadet fleece (inner parka).

\* Leave your white web belt, white gloves, and any other **heavy** accoutrements at home. You won't need them during the summer. Bring an

locaux, des tierces parties ou les cadets eux-mêmes. Ceci s'applique aussi à l'entraînement dispensé outre-mer

23. Exigences alimentaires spéciales. Même s'il est souvent possible d'accueillir les cadets ayant des exigences alimentaires spéciales, telles que le végétarisme et/ou le végétalisme, dans les cafétérias canadiennes, ces accommodations sont souvent inexistantes pour les repas consommés en forêt, lors des déplacements ou à l'étranger.

24. Jeûne. Le jeûne n'est compatible avec la participation à l'instruction d'été ou au CEC. Les FAC accommoderont les cadets désirant jeûner pour des raisons religieuses ou spirituelles en autant que cela ne cause pas de contraintes excessives pour les FAC ou place les cadets en situation dangereuse (santé, sécurité, etc). Durant les cours d'été, les cadets fourniront des efforts physiques importants ce qui fait qu'il est presque impossible pour les FAC d'accueillir les cadets désirant jeûner pour des raisons religieuses ou spirituelles. Nous invitons les cadets à consulter leur guide ou responsable religieux / spirituel afin d'analyser les possibilités.

## TENUE, VÊTEMENTS ET ÉQUIPEMENT

25. La tenue à porter pendant le cours sera expliquée en détail par les officiers accompagnateurs de votre échange.

### 26. Uniforme de cadet

- 1 béret avec insigne,
- 1 veste de cadet avec insignes et plaquette d'identité,
- Médailles / rubans, si vous en avez,
- 1 chemise à manches courtes de cadet avec cravate,
- 1 pantalon de cadet avec ceinture,
- chaussettes de laine,
- 1 paire de bottines noires (bottes de parade),
- t-shirts verts (le plus grand nombre possible),
- 1 uniforme d'entraînement en campagne,
- 1 paire de botte de combat (si vous en avez),
- 1 chapeau beige à large bord,
- 1 tuque de cadet (pour activités de plein air),
- 1 veste de laine polaire de cadet (parka).

\* Laissez vos ceintures blanches, gants blancs et autres pièces d'uniforme de ce type à la maison. Vous n'en aurez pas besoin à

extra headdress and corps badge if you are planning on exchanging those items. **Extra berets / headdress will not be provided.**

#### 27. Personal Clothing and Equipment

- Underwear and socks,
- 2 pairs of dress pants, or skirt (beige, black, grey or navy blue)
- 2 casual shirts with collar or blouse,
- Casual shoes (not running shoes),
- Sweater or fleece (warm),
- Towels and face cloths,
- Plastic sandals (shower),
- Personal toiletries (soap, shampoo, deodorant, toothbrush, toothpaste, shaving kit, etc),
- Small packs of wet wipes,
- Flashlight or headlamp,
- 2-3 padlocks,
- Shoe polishing kit,
- Small personal first aid kit (including personal blister kit),
- Shoe shinning kit,
- Sewing kit, and
- Personal water bottle.

#### 28. Sports and Civilian PT Gear

- T-shirts,
- 2 loose fitted sport shorts (black, dark blue, or grey),
- PT socks,
- Running shoes,
- Sunglasses (conservatively styled), and
- Swimsuit (one piece).

29. For cadets going to OBS, OBW and MLE, you can bring camping or hiking gear, such as:

- Waterproof jacket and pants (GoreTex),
- Quick dry clothing (tops and bottom),
- Long underwear,
- Toque (cadet one could work) and warm Gloves, and
- Plastic outdoor utensils (knife, fork and spoon).

All this equipment is **optional** and DND will not reimburse any purchase.

Connaught. Apportez un béret et un insigne supplémentaire si vous prévoyez échanger ces items. **Aucun béret/couvre-chef ne sera prêté.**

#### 27. Équipement et vêtements personnels

- Sous-vêtements et bas,
- 2 paires de pantalon ou jupe (beige, noir, gris ou bleu marin),
- 2 chemises décontractées avec col ou blouses,
- Chaussures tout-aller (autre que chaussures de course),
- Chandail (chaud),
- Serviettes et débarbouillettes,
- Sandales en plastique (douche),
- Articles de toilette personnels (savon, shampoing, déodorant, brosse à dents, dentifrice, ensemble de rasage, etc.)
- Paquet de lingettes mouillées,
- Lampe de poche ou lampe frontale,
- 2-3 cadenas,
- Petite trousse de premiers soins personnelle (incluant items pour le traitement des ampoules),
- Trousse de cirage de chaussures,
- Trousse de couture, et
- Bouteille d'eau personnelle.

#### 28. Tenues de sport et d'entraînement physique civile

- T-shirts,
- 2 paires de short de sports (noire, bleue ou grise),
- Chaussettes d'entraînement physique,
- Chaussures de course,
- Lunettes de soleil (de style classique),
- Maillot de bain (une pièce).

29. Les cadets qui vont en Écosse, au Pays de Galles et en Angleterre peuvent apporter l'équipement de camping ou de randonnée suivant :

- Manteau et pantalons imperméable (Gore-Tex),
- Vêtements fibres synthétiques,
- Sous-vêtements longs,
- Tuque (celle des cadets est acceptable) et gants chauds
- Ustensiles de plastique pour le camping (couteau, fourchette, cuillère)

Ces articles sont **facultatifs** et le MDN ne remboursera aucun achat.

**\* Remember to respect the luggage restrictions.**

30. Miscellaneous Items

- Personal hand sanitizer (60ml),
- Stationery,
- Multitool,
- Camera,
- Power adaptor for where you are going,
- MP3 players, video games and such,
- Alarm clock (battery powered), and
- Books.

☞ Do not buy International Calling Cards in Canada. Wait until you arrive at your destination and buy them there.

\* All valuables must be registered on the valuables list. Valuable objects are brought at the cadet's own risk. **DND is not responsible for loss or theft of these objects.**

\* Cadet musicians are to leave their instruments at home.

\* You should plan to take with you a selection of inexpensive gifts to be presented to your hosts. Your gifts should be representative of Canada, especially of your province (example: lapel pins [provincial, municipal, cadet corps], uniform insignia, shoulder flashes, ranks and qualification badges, Canadian items, etc). You may be able to exchange some items with foreign cadets.

**List of items PROHIBITED by law at Cadet Training Centres**

Firearms (any kind)  
Non-prescribed and illicit drugs  
Controlled substances  
Alcoholic beverages  
Explosives  
Weapons (Brass Knuckles. Ninja Stars etc.)

**List of items PROHIBITED by the CCO at Cadet Training Centres**

Daggers  
Straight razor blades  
Pornographic materials

**\* N'oubliez pas de respecter les restrictions relatives aux bagages.**

30. Articles divers

- Désinfectant pour les mains (60ml),
- Papier, crayon,
- Outil multifonctions,
- Appareil photo,
- Adaptateur pour la région visitée,
- Lecteurs MP3, jeux vidéo, etc.
- Réveille-matin (à piles) et
- Livres.

☞ N'achetez pas de cartes d'appels internationaux au Canada. Patientez jusqu'à ce que vous arriviez à votre destination et achetez-en une là-bas.

\* Tous les articles de valeur doivent être inscrits sur la liste d'objets de valeur. Les objets de valeur sont apportés aux risques du cadet. **Le MDN n'est pas responsable de la perte ou du vol de ces objets.**

\* Les cadets musiciens sont priés de laisser leurs instruments à la maison.

\* Prévoyez apporter un certain nombre de petits cadeaux à donner à vos hôtes (pas trop chers). Ces cadeaux devraient être représentatifs du Canada et particulièrement de votre province (exemple : épinglettes provinciale, municipale, ou de corps de cadets), insignes d'uniforme de cadet, insignes d'épaule, de grade et de qualification. Vous pourriez échanger certains articles avec les cadets étrangers.

**Liste des articles interdits par la loi dans les centres d'entraînement des cadets**

Armes à feu (tout genre)  
Médicament non-prescrit / drogues illicites  
Substance contrôlée  
Breuvage alcoolisé  
Explosif  
Armes blanches (poing américains, étoiles de ninja etc.)

**Liste des articles interdits par les OCC dans les centres d'entraînement des cadets**

Daggers  
Lame de rasoir droite  
Matériel pornographique

Laser pointers  
Lighters and other fire starting equipment  
Flammables  
Tobacco products

Pointeur laser  
Briquet ainsi que tout autre matériel servant à allumer une flamme  
Matériel inflammable  
Produit de tabac

#### List of items NOT ALLOWED at Cadet Training Centres

#### Liste des articles NON AUTORISÉS dans les centres d'entraînement des cadets

Altered parade boots  
Motor vehicles  
Pets

Bottes de parade altérées  
Véhicules motorisés  
Animaux de compagnie

31. At Connaught CTC, you will be issued with a big green duffle bag and a small backpack (if needed) to be used during international travel.

31. Au CEC de Connaught, vous recevrez un grand sac vert de style 'kitbag' et un petit sac à dos (si vous en avez besoin) pour votre utilisation lors du voyage.

32. Engrave or mark your personal belongings in order to identify them as yours. DND **does not accept responsibility** for your personal gear so be advised to insure your belongings for fire and theft before you leave home. Your family's household insurance policy may cover those circumstances so take time to verify.

32. Graver ou marquer vos effets personnels afin de les identifier. **Le MDN n'assume aucune responsabilité** quant à vos effets personnels. Assurez vos biens contre le feu et le vol avant votre départ. Votre assurance-habitation pourrait couvrir ces circonstances. Assurez-vous de bien vérifier.

**\*Cadets are responsible for their luggage at all times.**

**\* Les cadets sont responsables de leurs bagages en tout temps.**

\*\*During your trip in the host country, laundry facilities may be limited. Cadets must be prepared to adapt to different conditions (ie. sink washing).

\*\* Lors du voyage, dans les pays hôtes, le système de buanderie peut être limité. Les cadets doivent être prêts à s'adapter aux différentes conditions (ex : lessive à la main).

#### TRAINING

#### ENTRAÎNEMENT

33. During your training at Connaught CTC, you will follow a normal CTC training schedule with morning PT and various activities (adventure, leadership, map and compass, physical fitness, and marksmanship, etc) during the day.

33. Lors de votre instruction au CEC de Connaught, vous respecterez l'horaire d'instruction régulier du CEC comprenant un entraînement physique matinal et différentes activités (aventure, leadership, carte et boussole, condition physique, tir de précision, etc) au cours de la journée.

34. In order to benefit from this exchange opportunity, you must meet the minimum fitness requirements. **Fitness levels will be confirmed upon arrival at Connaught.** Failure to meet the prescribe standards may result in being Returned to Unit (RTU). The fitness level for all exchanges is the Bronze CFAIP of a 16 year old male or female.

34. Afin de profiter des échanges internationaux, vous devez satisfaire aux exigences minimales de forme physique. **Le niveau de condition physique sera confirmé à votre arrivée à Connaught.** Si vous ne répondez pas aux normes réglementaires, vous pourriez être retourné à l'unité (RAU). Le niveau de condition physique pour tous les échanges est bronze NECPC pour votre niveau d'âge

35. Overseas activities may include:

35. À l'étranger, les activités proposées peuvent comprendre :

- Abseil, rappel, rock climbing,
- Canoeing, kayaking,
- Caving, obstacle courses
- Expeditions in mountainous country,
- Fieldcraft,
- Marksmanship competitions,
- Map and compass, orienteering,
- Scuba diving,
- Sports competitions,
- Swimming, etc.

36. There will also be a variety of tours and cultural activities within the host country.

### **VISITING FRIENDS AND RELATIVES**

37. During your free time in the host country you may wish to visit friends or relatives in the local area. To do this, you must seek permission from your Exchange Officer, who in turn will consult with your host. Whether or not you are granted permission will depend on several things, such as whom you are going to see (will need to be clearly indicated on your leave pass) and where they live. Only the persons on your leave pass will be able to come and see you. Keep in mind that this visit must not be permitted to interrupt other organized activities planned by your official hosts.

### **DRUGS AND ALCOHOL**

38. During cadet activities (in Canada or overseas), any use or involvement with drugs, prohibited substances or drug-related paraphernalia shall not be tolerated. Regardless of age of provincial legislation, cadets (including staff cadets) are prohibited from purchasing alcohol, being under the influence of alcohol, consuming alcohol or having alcohol in their possession while engaged in cadet activities (including free time and evenings). Any suspected or alleged contravention of this policy by a cadet shall result in an RTU.

### **FINANCE**

39. Cadets participating in exchanges will be entitled to a training allocation of \$60.00 per week. The training allocation stops if a cadet is

- rappel et escalade de rocher;
- canot et kayak;
- spéléologie et pistes à obstacles;
- expéditions en milieux montagneux;
- entraînement en campagne;
- compétitions de tir;
- carte et boussole et courses d'orientation;
- plongée sous-marine;
- compétitions sportives;
- natation, etc.

36. De nombreuses excursions et activités culturelles auront également lieu avec le pays d'accueil.

### **VISITES CHEZ DES PARENTS ET AMIS**

37. Pendant vos temps libres, vous souhaitez peut-être rendre visite à des amis ou à des parents habitant dans la région où vous vous trouvez. Si c'est le cas, vous devez demander la permission à votre officier accompagnateur qui, à son tour, en parlera avec votre hôte. Plusieurs facteurs serviront à déterminer si l'on vous accordera ou non cette permission, notamment les personnes que vous souhaitez rencontrer (les noms doivent être inscrits sur votre passe de congé) et l'endroit où elles habitent. Seulement les personnes inscrites sur votre passe pourront venir vous voir. Rappelez-vous que cette visite ne doit pas interrompre d'autres activités organisées par vos hôtes officiels.

### **DROGUE ET ALCOOL**

38. Aucune utilisation de drogues ou association avec du matériel illicite relié à la consommation de drogues ne sera tolérée au Canada ou à l'étranger. Sans égard aux lois provinciales concernant l'âge, les cadets (y compris les cadets-cadres) ne peuvent acheter de l'alcool, être sous l'influence de l'alcool, consommer de l'alcool ou posséder de l'alcool alors qu'ils participent à des activités de cadet (ceci inclut le temps-libre et les soirées). Toute infraction soupçonnée ou présumée à cette politique par un cadet entraînera son RAU.

### **FINANCES**

39. Les cadets qui participent à des échanges auront droit à une allocation d'instruction de 60 \$ par semaine. L'allocation arrête si le cadet

RTU'd.

40. There is an in-house banking system at Connaught CTC. You can use it to deposit your spending money instead of leaving it in your locker. Again, DND will not accept any liability for cadets' personal spending money that is not deposited in this facility.

41. It is suggested that each cadet carry some spending money for use during the overseas period. Funds may be carried in a combination of cash, bankcard, credit card, etc. Spending money should be in the currency of the host country and in enough quantity for the entire trip. *Please verify the exchange currency rate of the host country.*

\* Please note that some smaller communities do not cash traveler's cheques and that some ATMs do not accept all cards. Also, bank machines might not be as accessible in your host country as they are in Canada. An extra fee can be expected with each transaction. Please verify with your bank and let them know about your overseas travel.

### LIFE AT CONNAUGHT CTC

42. During your stay at Connaught CTC you will live in semi-permanent tent units equipped with concrete floors, bunk beds, lockers, and electricity.

43. Laundry facilities are available on a scheduled basis done and under supervision.

44. A canteen with snack bar, amusement area, barber service, retail outlet, and Internet may be available.

45. Upon request, a cadet may attend his / hers weekly religious service. Depending on the training schedule in Connaught and overseas, it might not always be possible.

46. Connaught is a **smoke free camp**. There will be no smoking allowed at any time even with parental consent. Leave your cigarettes at home.

47. After training, leave is authorized if

est RAU.

40. Le CEC Connaught offre un système bancaire interne. Vous pouvez l'utiliser pour y déposer votre argent de poche plutôt que de le laisser dans votre casier. Le MDN n'assume aucune responsabilité pour l'argent de poche des cadets qui n'est pas déposé dans cet établissement.

41. On recommande aux cadets d'apporter de l'argent de poche qu'ils pourront utiliser pendant leur séjour à l'étranger. Il peut s'agir d'argent comptant, de cartes bancaires ou de cartes de crédit. L'argent de poche devrait être dans la devise du pays d'accueil et être en quantité suffisante pour tout le séjour. *Veillez vérifier le taux de change du pays d'accueil.*

\* Veuillez noter que certaines petites communautés n'encaissent pas les chèques de voyage et que certains guichets automatiques n'acceptent pas toutes les cartes. La disponibilité de guichets automatiques peut être plus restreinte qu'au Canada et chaque transaction implique aussi des frais. Veuillez vous informer auprès de votre banque et les informer de votre voyage à l'étranger.

### LA VIE ÀU CEC de CONNAUGHT

42. Pendant votre séjour à Connaught, vous habiterez dans des tentes semi-permanentes pourvues de plancher de béton, de lits superposés, de casiers et d'électricité.

43. Une buanderie est à la disposition des cadets selon un horaire fixe et sera supervisée.

44. Une cantine, un casse-croûte, une zone d'amusement, un service de barbier, un point de vente au détail et le service Internet peuvent être disponibles.

45. Sur demande, un cadet peut participer à son service religieux hebdomadaire. Lors du séjour à Connaught ou durant le voyage à l'étranger, il se peut qu'il ne soit pas possible d'accueillir de telle demande.

46. Connaught est un **camp sans fumée**. L'usage du tabac est interdit en tout temps et ce même avec une permission des parents. Laissez vos cigarettes à la maison.

47. Après l'instruction, des congés peuvent

granted by parents / guardians. Cadets are not authorized to leave the CTC if the form is not completed by parents / guardians. Overnight leave may be granted under very special circumstances. A detailed request should be presented before requesting the leave.

être accordés si les parents ou les tuteurs l'autorisent. Les cadets ne peuvent pas quitter le camp si le formulaire n'est pas rempli par les parents ou les tuteurs. Un congé d'une nuit peut être accordé dans des circonstances très spéciales. Une demande détaillée doit être présentée avant de demander le congé.

48. For cadet safety and hygiene and because of the large number of cadets attending the CTC, there is a need to conduct inspections of cadets and their property upon arrival and at other times during the training session. The main objective of such inspections is to ensure that each cadet has the necessary clothing and equipment required for his or her use during the CTC program. Items that are not allowed at a CTC will be confiscated and returned home at the cadet's expense. Legally prohibited items will be confiscated and disposed of by the proper authorities.

48. Pour la sécurité et l'hygiène des cadets et dû au grand nombre de cadets participant au CEC, il est nécessaire d'inspecter les cadets et leurs biens à leur arrivée et à d'autres moments au cours de la session de formation. Le principal objectif de ces inspections est de s'assurer que chaque cadet a les vêtements et l'équipement requis pour son utilisation au cours du programme du CEC. Les éléments qui ne sont pas autorisés au CEC seront confisqués et retournés à leur demeure au frais du cadet. Les objets légalement prohibés seront confisqués et pris en charge par les autorités compétentes.

49. Parents, family and friends are invited to attend graduation parades in Connaught.

49. Parents, familles et amis sont invités aux parades de graduation à Connaught.

50. If you are leaving with your parents after the graduation parade, let your officers know about it as soon as possible. It will allow us to modify the travel arrangement. Parents can also let us know during the summer by calling or by sending a fax / email describing who is picking who and on what date.

50. Si vous quittez avec vos parents après la parade finale, informez vos officiers dès que possible. Cela nous permettra de modifier les ordres de déplacement. Les parents peuvent également nous informer au cours de l'été en appelant ou en envoyant une télécopie ou un courriel qui décrit qui vient chercher quel cadet et à quelle date.



Important Dates / Dates importantes

<b>2015</b>	<b>Maple Leaf Exchange Outward Bound Scotland Outward Bound Wales</b>	<b>Échange Feuille d'érable Surpassement de soi Ecosse Surpassement de soi Pays de Galles</b>
<b>Cadets Travel Day Arrivée des cadets à Connaught</b>	<b>5 July</b>	<b>5 juillet</b>
<b>Departure Oversea Départ outre-mer</b>	<b>10 July</b>	<b>10 juillet</b>
<b>Return to Canada Retour au Canada</b>	<b>11 August</b>	<b>11 août</b>
<b>Graduation Parade</b>	<b>13 August</b>	<b>13 août</b>

<b>Cadets Return to Unit</b>	<b>13-14 August</b>	<b>13-14 août</b>
----------------------------------	---------------------	-------------------

\*\* Parents, families and friends might want to call Connaught CTC to verify the location of the graduation parade.

\*\* Les parents, familles et amis peuvent communiquer avec le CEC Connaught afin de vérifier le lieu exact de la parade de graduation.

## TRAVEL TIPS

- Above all else, **do not over pack.**
- Use wash-and-wear clothing wherever possible - shirts, socks, underwear, suits, pants/slacks and coats. They take up less room, weigh less and are easier to keep clean.
- To facilitate laundering, mark all of your clothing with your name. A large bar of Ivory soap does nicely to wash clothes and it is smaller than a box of detergent.
- In some types of suitcases, clothing will wrinkle less if it is rolled rather than folded.
- Use polyethylene bags to keep your shirts clean.
- Use shoe bags on your extra shoes and put rolled up socks or nylons inside the shoes.
- Include one heavy plastic bag for packing wet clothing in your suitcase.
- Minimize shoe-shining equipment. A small self-contained unit of polish, dauber and shine cloth. Include an extra pair of shoelaces.
- If you have cosmetics, shaving lotions and powder, buy small plastic containers. Do not carry any glass; it may break and ruin your clothing.
- Take time to familiarize yourself with the new requirements for items permissible when boarding the aircraft. Recent changes severely restrict what you may be able to carry on board.
- Remove all old airline tags from your luggage.

## CONSEILS DE VOYAGE

- D'abord et avant tout, **n'en apportez pas trop.**
- Apportez dans toute la mesure du possible des vêtements autodéfroissables - chemises, chaussettes, sous-vêtements, habits, pantalons propres ou de sport et manteaux. Ils prennent moins de place et sont aussi plus légers et plus faciles à nettoyer que les autres.
- Pour faciliter la lessive, inscrivez votre nom sur tous vos vêtements. Un gros pain de savon Ivory suffira pour laver votre linge et il prend moins de place qu'une boîte de détergent.
- Dans certains types de valises, les vêtements froissent moins s'ils sont roulés plutôt que pliés.
- Placez vos chemises dans des sacs en polyéthylène afin qu'elles demeurent propres.
- Placez vos chaussures supplémentaires dans un sac à chaussures et glissez des chaussettes ou des bas de nylon dans ces dernières.
- Prévoir un sac de plastique résistant dans lequel vous glisserez les vêtements mouillés que vous transportez dans votre valise.
- Réduire au minimum le matériel pour le cirage des chaussures. Une petite trousse renfermant du cirage, un applicateur et un linge suffiront. Inclure une paire de lacets de chaussures supplémentaire.
- Si vous apportez des cosmétiques, de la poudre ou des lotions de rasage, achetez de petits contenants en plastique. N'emportez pas de contenants en verre; ils peuvent se briser et ruiner vos vêtements.
- Veuillez prendre le temps de vous familiariser avec les nouveaux règlements avant l'embarcation dans l'aéronef. Des changements récents peuvent restreindre ce qu'il est permis d'apporter à bord.
- Enlevez de vos valises tous les autres étiquettes de compagnies aériennes.

- Leave a copy of all your important documents with your parents or at the CTC, including a list of your luggage's content.
- Don't lock your luggage.
- Camera, money, medications and other valuables should be placed in your carry-on luggage.
- While your passport should be sufficient for identification, we recommend that you bring an additional one to two pieces of photo identification in case you lose your passport.
- A small paperback dictionary, which translates English words and phrases into the language of your host country can be a real asset.
- Letters mailed from a foreign country must possess stamps from that country; Canadian stamps are not acceptable.
- If you purchase a lot of souvenirs, you will have to cover the cost associate to having overloaded luggage or an extra bag. You might want to consider mailing some of those souvenirs back home. All cost associate to that option will have to be covered by the cadet.
- If you are planning on using your personal cellular phone overseas, you should review the roaming policies from your carrier. DND is not responsible to provide you with cellular phone and Internet data and will not be responsible for any of those charges.
- Laissez une copie de vos documents importants à vos parents ou au CEC (incluant une liste de vos effets personnels).
- Ne verrouillez pas vos bagages.
- Appareils photos, argent, médicaments et autres objets de valeurs devront être transportés dans votre bagage de cabine.
- Votre passeport suffira comme preuve d'identité, cependant nous recommandons deux autres pièces d'identité avec photos au cas où vous perdriez votre passeport.
- Un petit dictionnaire de poche dans lequel des mots et des phrases de votre pays hôte sont traduits en français peut être très utile.
- Toute lettre mise à la poste dans un pays étranger doit être affranchie à l'aide de timbres venant de ce pays; vous ne pouvez utiliser des timbres canadiens.
- Si vous prévoyez acheter beaucoup de souvenirs, vous allez devoir payer les frais encourus pour des bagages lourds ou supplémentaires. Considérez plutôt l'utilisation du système postal. Les frais encourus pour ces options seront la responsabilité du cadet.
- Lors du voyage outremer, si vous planifiez utiliser votre téléphone cellulaire, veuillez réviser les règles relatives aux frais d'itinérance de votre cellulaire. Le MDN n'est pas responsable de vous fournir un téléphone cellulaire ou accès à l'Internet et ne sera pas responsable des frais encourus pour ce genre de transactions.

## Dress Standard for International Exchanges

### GENERAL

1. The exchange tracksuit is a uniform. All standards (hair, make up, jewellery) shall be adhere to when wearing the tracksuit, in accordance with CATO 46-01, *Army Cadets Dress Regulations*.

2. The dress for travelling and official visits will be the Exchange Tracksuit or Cadet Uniform as prescribed.

### TRACKSUIT JACKET

3. The jacket must be zipped up mid-chest where the logos begin. Cadets may adjust the bottom part with the elastics for comfort. The exchange pin may be worn on the left side of the collar.

4. The exchange golf shirt, t-shirt, blouse or shirt and tie should be worn with the tracksuit jacket. During free time in a town or city, cadets may be authorized to wear their civilian clothing. It will be done only if they wear **the exchange jacket** over their civilian dress.

### TRACKSUIT PANTS (AND SHORTS)

5. The tracksuit pants or shorts will be worn when traveling and during most cultural activities. If some cultural activities require a more formal style of dress, cadets may wear beige, black, grey or dark blue pants (ie. Dockers) or skirt (for female cadets). **Jeans may not be worn during official visits.** Jeans may **only** be worn during free time.

6. Tracksuit pants or shorts should be clean and properly fit the cadet. Pants will be worn where the actual waist is and not lower. Cadets will not roll their waist elastic.

## Norme vestimentaire pour la tenue des échanges internationaux

### GÉNÉRAL

1. Le survêtement de l'échange est un uniforme. Les normes de tenue (cheveux, maquillage, bijoux) s'appliquent toutes au port du survêtement. Les cadets devront se conformer à l'OAIC 46-01, *Règlements sur la tenue des cadets de l'Armée*.

2. Les déplacements et visites officielles se feront en survêtement de l'échange ou en uniforme, dépendant de ce qui est demandé.

### MANTEAU DE L'ÉCHANGE

3. La fermeture éclair du manteau doit être remontée jusqu'à mi-poitrine, vis-à-vis où débute les logos. Les cadets pourront ajuster la taille avec les élastiques pour leur confort. L'épinglette de l'échange peut être fixée sur le col, du côté gauche.

4. Le polo de l'échange, un t-shirt, un chemisier ou une chemise et une cravate devrait être porté sous le survêtement. Quand les cadets ont des temps libres dans une ville, ils peuvent porter des vêtements civils **avec le manteau de l'échange**.

### PANTALON DE L'ÉCHANGE (ET BERMUDA)

5. Le pantalon ou bermuda du survêtement doit être porté pendant les déplacements et la plupart des activités culturelles. Si certaines activités culturelles exigent une tenue plus habillée, les cadets pourront porter un pantalon beige, noir, gris ou bleu foncé (genre Dockers) ou une jupe (pour les cadettes). **Nul ne doit porter de jean pendant les visites officielles.** Le jean peut être porté uniquement lors des temps libres.

6. Le pantalon ou le bermuda du survêtement devrait être propre et adapté à la taille du cadet. Les cadets ne rouleront pas leurs pantalons à la taille. Le pantalon doit être porté à la taille et non plus bas que la taille.

## BASEBALL CAP

7. Cadets will wear the baseball cap as required (i.e. weather). Cadets will take off their baseball caps when they enter a building, a site of national importance, churches and where etiquette prescribes.

8. The baseball caps shall not be worn with formal dress.

## EXCHANGE T-SHIRT

9. The exchange t-shirt will be worn when in PT dress, tracksuit or as directed by CTC authorities. It should be clean and wrinkle free. Sleeves shall not be rolled up or tucked in. When the exchange t-shirt is worn with PT shorts or the tracksuit, it shall always be tucked in.

## EXCHANGE GOLF SHIRT (POLO SHIRT)

10. The same rules as with the t-shirt apply.

11. Cadets will not wear the golf shirt with the grey PT shorts.

## SUNGLASSES

12. Cadets may wear **conservatively** styled sunglasses with the uniform or tracksuit.

13. **Mirrored type lenses**, also referred to as half-silver mirrors, have a highly reflective metallic substance deposited upon the surface of the lenses, thereby creating a mirrored effect. Those sunglasses are not allowed.

## FOOTWEAR

14. When wearing the tracksuit (with sport pants), running shoes or hiking shoes shall be worn. Cadets are not authorized to wear flip

## CASQUETTE

7. Les cadets doivent porter la casquette quand cela convient (compte tenu des conditions météorologiques). Ils doivent la retirer quand ils rentrent dans un bâtiment, un lieu national important, une église ou un endroit où l'étiquette l'exige.

8. La casquette ne doit pas être portée avec une tenue habillée.

## T-SHIRT DE L'ÉCHANGE

9. Le t-shirt de l'échange se porte avec la tenue d'entraînement physique ou le survêtement ou conformément aux instructions du CEC. Il devrait être propre et non froissé. Les manches ne doivent être ni roulées ni repliées à l'intérieur. Porté avec des shorts d'entraînement physique ou le survêtement, le t-shirt de l'échange doit toujours être rentré dans le pantalon.

## POLO DE L'ÉCHANGE

10. Les règles qui s'appliquent au t-shirt valent pour le polo.

11. Le polo ne doit pas être porté avec les shorts gris de sports.

## LUNETTES DE SOLEIL

12. Les cadets et les officiers peuvent porter des lunettes de soleil **sobres** avec l'uniforme ou le survêtement.

13. Les **lunettes réfléchissantes** ne sont pas autorisées avec l'uniforme ou le survêtement (les verres miroirs sont ceux dont la surface est recouverte d'une pellicule métallique hautement réfléchissante.). Ces lunettes ne sont pas permises.

## CHAUSSURES

14. Lorsque le cadet porte le pantalon sport du survêtement, le cadet portera des espadrilles ou des souliers de marche. Les cadets ne

flops, sandals, or ballet shoes while wearing the exchange tracksuit. When wearing the tracksuit jacket and more formal attire, cadets will wear dress shoes.

## **BACKPACKS**

15. While wearing the exchange tracksuit, cadets are authorized to carry a civilian pattern backpacks. It may be carried in the left hand or worn suspended over both shoulders and square on the back.

16. Backpacks shall be of a plain, conservative pattern and be dark in colour, e.g., dark blue, dark green or black. Bright colours should be avoided. Accessories of any type (e.g., pins, dolls, keys, running shoes, water bottles, etc.) shall not be attached to the exterior of the backpack.

## **PURSES**

17. Female cadets are authorized to carry purses while in uniform or tracksuit. When purses are carried, they shall be held in the left hand or suspended over the left forearm. When the purse is carried as a shoulder-bag, the strap shall be suspended from the left shoulder with the top of the purse not higher than waist level. The purse shall not be carried as a shoulder-bag with the strap shortened to handbag length. Purses shall be **conservatively** styled (no bright color, no outrageous style and medium size). The officers in charge will tell you what is acceptable.

## **JEWELLERY AND MAKEUP**

18. Same rule as in uniform.

19. The only jewellery that may be worn shall be a wristwatch, a Medical Alert bracelet and a maximum of two rings. In addition, female cadets in uniform may wear a single pair of plain gold, silver stud, diamonds or white pearl earrings in pierced ears. The single stud

peuvent pas porter de sandales de douches, des sandales, des ballerines avec le survêtement de l'échange. Lorsque le cadet portera le manteau d'échange avec une tenue plus officielle, il /elle portera des souliers plus 'propre'.

## **SAC À DOS**

15. Les cadets sont autorisés à porter un sac à dos de type civil. Avec le survêtement, le sac à dos doit être porté à la main gauche ou suspendu aux deux épaules, au milieu du dos.

16. Les sacs à dos doivent être sobres et de couleur foncée (bleu foncé, vert foncé ou noir, p. ex.). Les couleurs vives devraient être évitées. Il ne faut pas attacher d'accessoires de quelque nature que ce soit à l'extérieur du sac à dos (épinglettes, poupées, clés, chaussures de course, bouteilles d'eau, etc.).

## **SAC À MAIN**

17. Les cadettes sont autorisées à avoir un sac à main en uniforme ou en survêtement de l'échange. Le sac à main se tient dans la main gauche ou suspendu à l'avant-bras gauche. Lorsque le sac est porté en bandoulière, la bandoulière doit être portée sur l'épaule gauche et le haut du sac ne doit pas arriver au-dessus de la taille. La bandoulière ne doit pas être raccourcie pour porter le sac au bras. Les sacs à main devront être sobres (en style, couleur et grandeur moyenne). Les officiers accompagnateurs seront en mesure de vous dire ce qui est acceptable.

## **BIJOUX ET MAQUILLAGE**

18. Mêmes règles que lorsqu'en uniforme.

19. Les seuls bijoux pouvant être portés sont une montre-bracelet (de couleur et apparence conservatrice), un bracelet d'alerte médicale et un maximum de deux bagues. De plus, les cadettes en uniforme peuvent porter une seule paire de boucles d'oreilles simple en or, en

earring, worn in the centre of each earlobe, shall be spherical in shape and not exceed 0.6 cm in diameter. No other type of earring shall be worn except for a gold or silver-healing device of similar shape and size, which may be worn while ears are healing after piercing. Only a single earring or healing device, worn in the centre of each ear lobe, may be worn at a time. Male cadets are not authorized to wear an earring or earrings.

argent ou ornés de diamants ou de perles blanches, montées sur tige pour oreilles percées. La boucle, portée au centre du lobe de l'oreille, doit être de forme sphérique et son diamètre ne doit pas dépasser 0,6 cm. Aucun autre type de boucles d'oreilles n'est permis sauf celles portées lors de la cicatrisation après que les oreilles ont été percées, et qui sont en or ou en argent, de forme et de dimension semblable aux boucles prescrites ci-dessus. Une seule paire de boucles d'oreilles peut être portée à la fois, chaque boucle se trouvant au centre du lobe de l'oreille. Les cadets ne sont pas autorisés à porter une boucle d'oreilles ou des boucles d'oreilles.

20. Religious and spiritual requirements of various groups should be respected and may be accommodated (CATO 46-01, paragraph 68). Sentimental value is not a recognized reason to accommodate.

20. Les besoins religieux et spirituels des différents groupes religieux devraient être respectés et pourraient être accommodé (OAIC 46-01, paragraphe 68). Les raisons 'sentimentales' ne sont pas des raisons reconnues.

**HAIR AND BEARD**

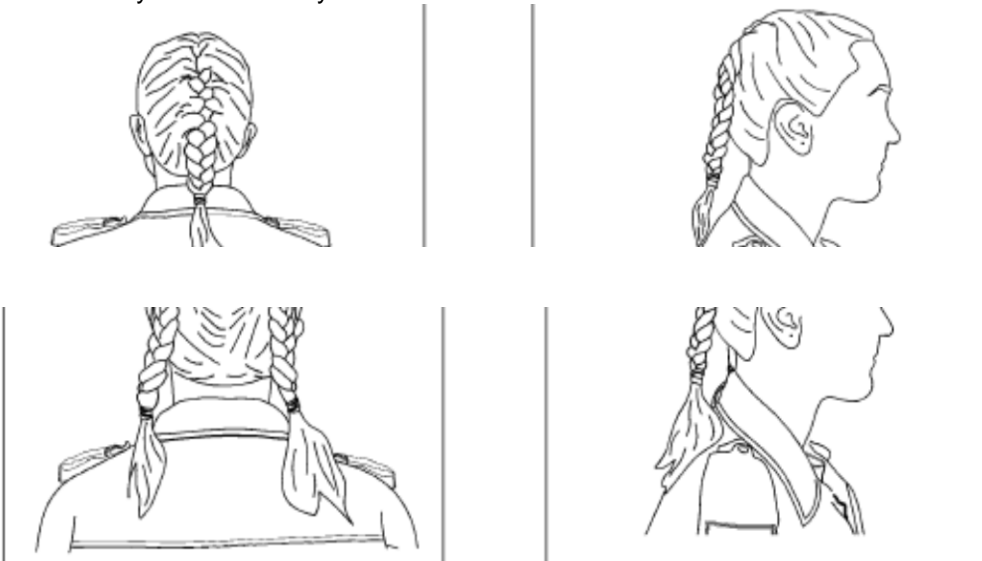
**CHEVEUX ET BARBE**

21. Same rules as in uniform.

21. Mêmes règles que lorsqu'en uniforme.

22. Female cadets are not authorized to braid their hair in fancy patterns. The following braided hair styles are the only ones allowed:

22. Les cadettes sont autorisées à se tresser les cheveux de la manière suivante :



\* Bangs shall not be braided.

\* Les 'toupets' ne seront pas tressés.

23. Hair on the head shall be neatly groomed and conservatively styled. In particular, style and colour shall not be bizarre, exaggerated or unusual in appearance. Unusual colours such as green, bright red, orange, purple, etc are not permitted. Hair must be secured or styled back to reveal the face and any accessories used to secure or control hairstyles shall be as unobtrusive as possible. Hair ornaments shall not be worn, except for female cadets' conservative barrettes that blend with the hair colour.

### USAGE OF ELECTRONICS

24. The usage of iPods or other devices as such **are not tolerated in uniform or tracksuit**. Cadets in tracksuits shall listen to their music ONLY if they are in an airplanes or bus traveling between destinations. They will put their earphones away when arriving at each destination. **Under no circumstances should a cadet be allowed to wear earphones in a platoon formation, while marching in a group or during any movement (supervised or not)**. Musical and electronic devices should be left behind when going on a field exercise or expedition.

25. While in public a cadet in tracksuit will secure his / her portable video game, cellular phones in his / her bag (same rule as iPods and mp3 players).

### CIVILIAN CLOTHING

26. Cadets wearing civilian clothes during cadet activities or in public shall present a neat, clean and well-groomed appearance. Regulations on personal appearance will apply to cadets wearing civilian clothes in regards to deportment, hair, jewellery, tattoos and piercing. Cadets will always dress in a manner that brings credit and upholds the reputation of the RCAC.

23. Les cheveux doivent être bien peignés et coiffés sans extravagance. Plus particulièrement, le style et la couleur de la chevelure ne doivent être ni bizarres, ni exagérés, ni inhabituels. Les couleurs inhabituelles tels que vert, rouge vif, orange, violet etc. ne sont pas permises. Les cheveux doivent être attachés ou renvoyés à l'arrière de manière à dégager le visage et tout accessoire utilisé pour les attacher doit être le plus discret possible. Les parures pour cheveux ne sont pas permises sauf, pour les cadettes, les barrettes sobres se confondant avec la couleur des cheveux.

### UTILISATION D'APPAREILS ÉLECTRONIQUE

24. L'utilisation d'iPod ou d'appareils similaires **n'est pas autorisée avec l'uniforme ou le survêtement**. Les cadets en survêtement sont autorisés à écouter de la musique UNIQUEMENT quand ils voyagent à bord d'un avion ou d'un autocar. Les écouteurs doivent être rangés dès l'arrivée à destination. **Un cadet ne doit en aucune circonstance porter d'écouteurs dans un peloton en formation, en défilant au sein d'un groupe ou en déplacement individuel (supervisé ou non)**. Les appareils électroniques seront laissés au camp lors des expéditions ou exercice en campagne.

25. En public, les cadets en survêtement doivent ranger les jeux vidéo, les téléphones cellulaires (même règlement pour les lecteurs mp3 et iPod) dans leur sac.

### VÊTEMENTS CIVILS

26. Les cadets qui portent des vêtements civils pendant une activité de cadets ou en public doivent avoir une apparence propre et soignée. Les règlements au sujet de l'apparence personnelle s'appliquent aux cadets en tenue civile en ce qui concerne la conduite, cheveux, bijoux, tatouage et perçage corporel. Les cadets se vêtiront de manière à projeter et générer une image positive des CadRAC.

27. All clothing shall be clean and not wrinkled. Clothing with holes, inappropriate messages, too short (shirts or skirts) will not be tolerated

27. Les vêtements des cadets devront être propres et non fripés. Les vêtements troués, avec des messages inappropriés et trop courts ne seront pas tolérés

28. Just a final note. While on your exchange you are serving as a "Goodwill Ambassador" for Canada and you must remember to look and act your very best at all times. From knowledge of your past Cadet Record, we know that you will do an outstanding job.

28. Une dernière observation. Pendant votre échange, vous exercez le rôle d'«ambassadeur de bonne entente» de votre pays. Vous devez donc continuellement agir et maintenir une apparence hors pair. Compte tenu de vos antécédents comme cadet, nous sommes convaincus que vous vous comporterez de façon exceptionnelle.



**INFORMATION FORM - LEAVE PASS / FORMULE DE RENSEIGNEMENTS - PERMISSION DE SORTIE**

**Section A**

This cadet is authorized a leave pass under escort of person(s) listed at Section B.

Ce cadet est autorisé à partir en congé en compagnie de la ou des personnes énumérées à la section B.

<b>Surname –Name Nom et prénom</b>	
<b>Corps</b>	
<b>Exchange Échange</b>	

<b>Name of Parents Nom du parent</b>	
<b>Signature</b>	
<b>Telephone Number Numéro téléphone</b>	

Staff Cadets are not authorized to take course cadets on leave.  
Les cadets-cadres ne sont pas autorisés à sortir des cadets en congé.

**Section B**

<b>Name /Nom</b>	
<b>Relationship Lien</b>	
<b>Address / Adresse</b>	
<b>Telephone Number Numéro téléphone</b>	

<b>Name / Nom</b>	
<b>Relationship Lien</b>	
<b>Address / Adresse</b>	
<b>Telephone Number Numéro téléphone</b>	

Use the back of this sheet if you need more space. / Utilisez le recto si vous avez besoin de plus d'espace.