



TRIDENT

www.tridentnewspaper.com

THE NEWSPAPER OF MARITIME FORCES ATLANTIC SINCE 1966 • LE JOURNAL DES FORCES MARITIMES DE L'ATLANTIQUE DEPUIS 1966



Taking the plunge for the NDWCC

Se jeter à l'eau pour la CCMTDN

The 2024 Halifax and Shearwater region National Defence Workplace Charitable Campaign (NDWCC) kick-off BBQ and tailgate party took place on September 20 at His Majesty's Canadian Dockyard, with charity information tables on display, games, food, prizes, and even a few plunges into Halifax Harbour! Bravo Zulu went out to all those who planned, supported and attended the kick-off, with special thanks to Base Logistics (the main event organizers) and the charitable organizations who were on-site to educate members on the important work that they do.

Le vendredi 20 septembre, le BBQ de lancement et la fête d'avant-partie de la Campagne de charité en milieu de travail de la Défense nationale (CCMTDN) 2024 de la région d'Halifax et de Shearwater a eu lieu à l'arsenal canadien de Sa Majesté, avec des tables d'information sur les organismes de bienfaisance, des jeux, de la nourriture, des prix et même quelques plongeurs dans le port d'Halifax! Bravo Zulu à tous ceux qui ont planifié et appuyé le lancement et qui y ont assisté, avec des remerciements spéciaux aux Services de la logistique de la base (organisateur principaux de l'activité) et aux organismes de bienfaisance qui étaient sur place pour éduquer nos militaires sur le travail important qu'ils font.

MCPL DANIEL CHIASSON

LE CPLC DANIEL CHIASSON



HMCS *Shawinigan*, HMCS *Charlottetown* and NATO Allies monitor Russian Navy Vessels in Western Europe and Mediterranean Sea

By DND

From August 29 to September 18, 2024, while conducting vigilance activities alongside NATO ships, His Majesty's Canadian Ships (HMCS) *Shawinigan* and *Charlottetown* monitored Russian submarines and surface ships.

Beginning August 29, HMCS *Shawinigan* monitored a Russian submarine and surface vessel through the Baltic and North Seas before handing over responsibility to His Majesty's Ship (HMS) *Iron Duke*, of the Royal Navy on September 1.

HMCS *Charlottetown*, flagship of Standing NATO Maritime Group 2 (SNMG2) assumed monitoring duties on September 17 from E/SPS *Cristobal Colon* of the Spanish Navy, also part of SNMG2, and monitored the vessels for the remainder of their journey through the Eastern Mediterranean Sea.

"It fills me with a great sense of pride as the Maritime Task Force Commander to see our shipmates in His Majesty's Canadian Ships (HMCS) *Shawinigan* contribute in such a meaningful way to the safety and security of our NATO allies and partners in Europe. Ships of the Royal Canadian Navy deployed on Oper-

ation Reassurance are ready for a wide spectrum of operations such as this one which provided invaluable maritime domain awareness, in addition to supporting and protecting Canadian and Allied interests. HMCS *Shawinigan* has rejoined HMCS *Glace Bay* and the other Alliance ships of Standing NATO Mine Countermeasures Group 1 and will continue its important work in Europe," said Lieutenant-Commander Paul Morrison, Commanding Officer of HMCS *Glace Bay* and Maritime Task Force Commander, Operation Reassurance Maritime Task Force 24-03

During this period HMCS *Charlottetown* also conducted monitoring activities of a separate Russian Federation Navy submarine and three surface vessels as they participated in Exercise OCEAN 24, a large-scale Russian exercise.

HMCS *Shawinigan* is currently deployed to Europe alongside HMCS *Glace Bay* on Operation Reassurance with Standing NATO Mine Countermeasures Group 1 (SNMCMG1), working alongside allied NATO ships to safely dispose of historical ordnance in the region's waters, in addition to participating in

NATO enhanced Vigilance Activities.

HMCS *Charlottetown* is currently deployed on Operation Reassurance as the flagship for SNMG2, working alongside allied NATO ships to support regional maritime security in the Mediterranean.

The right of innocent passage provides standards and expectations for ships to follow while transiting the waters of another country. At all times the Russian vessels were observed to have complied with these standards and expectations.



A Russian submarine is monitored by the crew of HMCS *Shawinigan*, as it transits through the Baltic Sea, on August 29.

HMCS SHAWINIGAN

We're proud to soon administer the dental benefits for all the Government of Canada's employees and pensioners. New dental contracts take effect November 1, 2024.

Validate your information now.

welcome.canadalife.com/ps-health-dental/newcontract

canada **life**™

TRIDENT
www.tridentnewspaper.com

www.tridentnewspaper.com

Trident is an authorized military publication distributed across Canada and throughout the world every second Monday, and is published with the permission of Rear-Admiral Josée Kurtz, Commander, Joint Task Force Atlantic. The Editor reserves the right to edit, condense or reject copy, photographs or advertising to achieve the aims of a service newspaper as defined by the Interim Canadian Forces Newspapers Policy dated April 11, 2005. Deadline for copy and advertising is 10 a.m., 11 business days prior to the publication date. Material must

Editor:

Ryan Melanson
ryan.melanson2@forces.gc.ca
902-721-8662

Editorial Advisor:

Margaret Conway
margaret.conway@forces.gc.ca
902-721-0560

Editorial Advisor:

Ariane Guay-Jadah
ariane.guay-jadah@forces.gc.ca
902-721-8341

Journalist:

Nathan Stone
stone.nathan@cfmws.com
902-721-8624

be accompanied by the contributor's name, address and phone number. Opinions and advertisements printed in Trident are those of the individual contributor or advertiser and do not necessarily reflect the opinions or endorsements of the DND, the Editor or the Publisher.

Le Trident est une publication militaire autorisée par le contre-amiral Brian Santarpia, Commandant la force opérationnelle interarmées de l'Atlantique, qui est distribuée partout au Canada et outremer les lundis toutes les quinze semaines. Le rédacteur en chef se réserve

le droit de modifier, de condenser ou de rejeter les articles, photographies ou annonces publicitaires jugées contraires aux objectifs d'un journal militaire selon la définition donnée à politique temporaire des journaux des forces canadiennes. L'heure de tombée des annonces publicitaires ou des articles est fixée à 1000 le jeudi précédant la semaine de publication. Les textes peuvent être soumis en français ou en anglais; ils doivent indiquer le nom, l'adresse et le numéro de téléphone du collaborateur. Les opinions et les annonces publicitaires

imprimées par le Trident sont celles des collaborateurs et agents publicitaires et non nécessairement celles de la rédaction, du MDN ou de l'éditeur.

Courier address:
Canadian Forces Base Halifax
Building S-90
Suite 329, P.O. Box 99000
Halifax, N.S., B3K 5X5





Le NCSM *Shawinigan* et le NCSM *Charlottetown*, ainsi que nos alliés de l'OTAN, surveillent des navires de la marine russe en Europe de l'Ouest et dans la mer Méditerranée

Par MDN

Du 29 août au 18 septembre 2024, alors qu'ils menaient des activités de vigilance aux côtés de navires de l'OTAN, les Navires canadiens de Sa Majesté (NCSM) *Shawinigan* et *Charlottetown* ont surveillé des sous-marins et des navires de surface russes.

À compter du 29 août, le NCSM *Shawinigan* a surveillé un sous-marin et un navire de surface russes dans la mer Baltique et la mer du Nord avant d'en confier la responsabilité au Navire de Sa Majesté (HMS) *Iron Duke*, de la Marine royale, le 1er septembre. Le 17 septembre, le NCSM *Charlottetown*, navire amiral du 2e Groupe maritime permanent de l'OTAN (SNMG2), a remplacé l'ESPS *Cristobal Colon*, de la Marine espagnole, qui fait également partie du SNMG2, dans les tâches de surveillance, et a surveillé les navires alors qu'ils poursuivaient leur voyage

dans l'Est de la mer Méditerranée.

« Je suis très fier, en tant que commandant de la Force opérationnelle maritime, de voir nos camarades du NCSM *Shawinigan* contribuer de façon aussi significative à la sûreté et à la sécurité de nos alliés et partenaires de l'OTAN en Europe. Les navires de la Marine royale canadienne déployés dans le cadre de l'opération Reassurance sont parés pour un large éventail d'opérations, comme celle-ci, qui a permis d'acquérir une connaissance inestimable du domaine maritime, en plus d'appuyer et de protéger les intérêts du Canada et des Alliés. Le NCSM *Shawinigan* a rejoint le NCSM *Glace Bay* et les autres navires de l'Alliance du 1er Groupe permanent OTAN de lutte contre les mines et poursuivra son important travail en Europe », a déclaré le Capitaine de corvette Paul

Morrison, commandant du NCSM *Glace Bay* et commandant de la force opérationnelle maritime, force opérationnelle maritime 24-03, opération Reassurance.

Pendant cette période, le NCSM *Charlottetown* a également mené des activités de surveillance d'un autre sous-marin ainsi que de trois navires de surface de la Marine de la Fédération de Russie alors qu'ils participaient à l'exercice Ocean 2024, un exercice russe de grande envergure.

Le NCSM *Shawinigan* est actuellement déployé en Europe aux côtés du NCSM *Glace Bay* dans le cadre de l'opération Reassurance avec le 1er Groupe permanent OTAN de lutte contre les mines (SNMCMG1). Il travaille aux côtés des navires alliés de l'OTAN pour éliminer en toute sécurité les munitions historiques dans les eaux de la

région, en plus de participer aux activités de vigilance renforcée de l'OTAN.

Le NCSM *Charlottetown* est actuellement déployé dans le cadre de l'opération Reassurance à titre de navire amiral du SNMG2. Il travaille aux côtés des navires alliés de l'OTAN pour soutenir la sécurité maritime dans la région de la Méditerranée.

Le droit de passage inoffensif prévoit des normes et des attentes que les navires doivent respecter lorsqu'ils traversent les eaux d'un autre pays. Au cours de ces activités de surveillance, les navires russes ont été observés à respecter ces normes et ces attentes.



Un sous-marin russe est surveillé par l'équipage du NCSM *Shawinigan*, alors qu'il traverse la mer Baltique, le 29 août.

NCSM SHAWINIGAN



Les Amputés de guerre

Le Service des plaques porte-clés protège vos clés et finance des programmes essentiels pour les personnes amputées.



Commandez vos plaques porte-clés en ligne. C'est gratuit!

514 398-0759 • 1 800 250-3030
amputesdeguerre.ca



**CHOISIS UNE CARRIÈRE EN SANTÉ,
EN ÉDUCATION OU EN AFFAIRES**

Nos programmes collégiaux t'offrent une expérience pratique, adaptée pour le marché du travail d'aujourd'hui.

www.etudescollegiales.ca

**ÉTUDES
COLLÉGIALES**

Université  **Sainte-Anne**





WORLD MENOPAUSE DAY
Pink Tea
95th Anniversary of Persons Day

Journée mondiale de la ménopause
Thé rose
95e anniversaire de la Journée de l'affaire « personne »

18 OCT 2024

National Defence / Défense nationale
Defence Women's Advisory Organization
Canada

Save the Date

Defence Women's Advisory Organization (DWAO) Event

Date: Friday, October 18, 2024

Time: 0800 - 1400 (EST)

Where: In person, NDHQ (Carling Campus) Building 3W, 1st Floor cafeteria

Who: All are welcomed

Why: Come join us for Pink Tea at 1000, and two informative sessions on Menopause at 0900 and 1100

Virtually: [MS Teams Live Event](#)

Réservez la date

Événement Organisation consultative des femmes de la Défense (OCFD)

Date : Le vendredi 18 octobre 2024

Heure : 8 h à 14 h (HE)

Où : En personne, au QGDN (Campus Carling), bâtiment 3W, cafétéria au 1er étage

Qui : Tous sont les bienvenus

Pourquoi : Venez nous rejoindre pour le thé rose à 10 h et deux séances d'information sur la ménopause à 09 h à 11 h

Participation virtuelle : [Événements en direct de MS Teams](#)

Celebrating the trailblazers who redefined history and empower us today

By **Kim Roberge**,
Civilian co-chair, Defence Women's Advisory Organization (Halifax)

Women's History Month in Canada is recognized annually in October and is a vital time for acknowledging and celebrating the countless contributions of women throughout our history. It's about shining a light on stories that might not always make it into the history books but are incredibly significant in shaping our society.

Take, for example, the story of the pink tea. In the early 20th century, women in Canada faced numerous social and political barriers, and many were fighting for their right to vote and be heard. During this time, women across the country used creative and sometimes unconventional methods to advocate for change. One such method was the "pink tea" gatherings. The pink tea story is a great illustration of how women used their ingenuity to make their voices heard.

These were social events where women would gather in their best attire, with their tea cups often featuring a splash of pink — a symbol of their cause. These gatherings were not just about sipping tea, but about discussing important issues, mobilizing support, and pushing for societal change in a way that was both impact-

ful and engaging.

These events might seem quaint, but they were a powerful way for women to build networks, share ideas, and advance their cause. The pink tea gatherings reflected the resilience and creativity women employed to challenge the status quo and advocate for their rights.

In essence, Women's History Month is about recognizing the unsung heroes and celebrating the diverse ways women have shaped Canada. It's a time to reflect on their contributions, both big and small, and to acknowledge that every effort, even those as charming as a pink tea, plays a role in the larger movement for change. Taking this time to celebrate helps us remember these important stories and recognize the unique ways women have contributed to our society. It's a reminder of the progress we've made and the ongoing need to address gender inequality. By learning about and honouring these historical events, we not only appreciate the past but also draw inspiration to continue working towards a more equitable future.

Please visit the sites below for

more on Women's History Month and be sure and check out the MAR-LANT Splash page for events going on around the base this month. The Defence Women's Advisory Organization (DWAO) will be running a variety of articles, video, links and podcasts/readings, both locally and nationally.

[Why Women's History Month Still Matters - Canadian Women's Foundation](#)

[Women's History Month 2024... By the numbers \(statcan.gc.ca\)](#)

[A timeline of women in Canada's history \(statcan.gc.ca\)](#)

Canadian Forces save more
with Westland MyGroup!

Westland | MYGROUP

Take advantage of your exclusive, **discounted rates** on home and auto insurance.

Visit westlandmygroup.ca/CAF
to get your no-obligation quote today!





Célébration des pionnières qui ont redéfini l'histoire et qui nous donnent du pouvoir aujourd'hui

Par Kim Roberge,
Coprésidente civile, Organisation consultative des femmes de la Défense (Halifax)

Le Mois de l'histoire des femmes au Canada est célébré chaque année en octobre. Il s'agit d'un moment essentiel pour reconnaître et célébrer les innombrables contributions des femmes tout au long de notre histoire. Il s'agit de mettre en lumière des histoires qui ne figurent pas toujours dans les livres d'histoire, mais qui ont joué un rôle extrêmement important dans le façonnement de notre société.

Prenons, par exemple, l'histoire du thé rose. Au début du 20^e siècle, les femmes au Canada étaient confrontées à de nombreux obstacles sociaux et politiques, et nombre d'entre elles se battaient pour obtenir le droit de voter et d'être entendues. À cette époque, les femmes de tout le pays utilisaient des méthodes créatives et parfois peu conventionnelles pour plaider en faveur du changement. L'une de ces méthodes

était les rassemblements autour du « thé rose ». L'histoire du thé rose illustre parfaitement la manière dont les femmes ont fait preuve d'ingéniosité pour faire entendre leur voix.

Il s'agissait d'événements sociaux au cours desquels les femmes se réunissaient dans leurs plus beaux atours, leurs tasses de thé étant souvent ornées d'une touche de rose, symbole de leur cause. Il ne s'agissait pas seulement de siroter du thé, mais aussi de discuter de questions importantes, de mobiliser des soutiens et de faire pression en faveur d'un changement sociétal d'une manière qui soit à la fois percutante et engageante.

Ces événements peuvent sembler désuets, mais ils ont permis aux femmes de créer des réseaux, de partager des idées et de faire avancer leur cause. Les rencontres autour d'un thé rose

reflétaient la résilience et la créativité dont les femmes faisaient preuve pour remettre en question le statu quo et défendre leurs droits.

Le Mois de l'histoire des femmes vise essentiellement à reconnaître les héroïnes méconnues et à célébrer les diverses façons dont les femmes ont façonné le Canada. C'est l'occasion de réfléchir à leurs contributions, grandes et petites, et de reconnaître que chaque effort, même aussi charmant qu'un thé rose, joue un rôle dans le grand mouvement de changement. Prendre le temps de célébrer nous aide à nous souvenir de ces histoires importantes et à reconnaître les contributions uniques des femmes à notre société. Cela nous rappelle les progrès que nous avons accomplis et la nécessité de lutter contre l'inégalité entre les sexes. En découvrant et en honorant ces évé-

nements historiques, nous apprécions non seulement le passé, mais nous nous en inspirons également pour continuer à œuvrer en faveur d'un avenir plus équitable.

Visitez les sites ci-dessous pour en savoir plus sur le Mois de l'histoire des femmes et n'oubliez pas de consulter la page d'accueil des FMAR(A) pour connaître les événements qui se dérouleront sur la base au cours de ce mois. L'Organisation consultative des femmes de la Défense (OCFD) publiera une série d'articles, de vidéos, de liens et de podcasts/lectures, tant au niveau local que national.

[Le mois de l'histoire des femmes 2024... en chiffres \(statcan.gc.ca\)](#)

[Chronologie de l'histoire des femmes au Canada \(statcan.gc.ca\)](#)

Base marks Truth and Reconciliation Day, Mi'kmaq History Month

On September 27, knowledge Sharer Tony Thomas led a drumming and smudging ceremony at Maritime Forces Atlantic headquarters ahead of the National Day for Truth and Reconciliation. After the ceremony, he blessed the D201 outdoor patio which can now be used as a designated area for anyone who wishes to smudge, when needed, at any time. This ceremony was made possible thanks to the Mi'kmaq Native Friendship Centre and the Atlantic Defence Indigenous Advisory Group (ADIAG).

Special flag raisings across Formation Halifax locations and HMC ships also marked the National Day for Truth and Reconciliation, as well as Treaty Day and the beginning of Mi'kmaq History Month in Nova Scotia. The Survivors' Flag was raised on both September 27, and again at half-mast on Truth and Reconciliation Day itself, September 30. The Mi'kmaq Grand Council Flag was raised at CFB Halifax on October 1, Treaty Day, with an acknowledgment that the base sits on Mi'kma'ki, the ancestral territory of the Mi'kmaq People.

AVR ANNABELLE MARCOUX

La base souligne la Journée de la vérité et de la réconciliation et le Mois de l'histoire mi'kmaq

Le 27 septembre, le partageur de connaissances Tony Thomas a dirigé une cérémonie de purification par la fumée ainsi qu'une prestation de tambours au quartier général des Forces maritimes de l'Atlantique à l'occasion de la Journée nationale de la vérité et de la réconciliation. Après la cérémonie, il a béni la terrasse extérieure du bâtiment D201, qui peut désormais être utilisée comme zone désignée pour toute personne souhaitant faire de la purification, en cas de besoin et à tout moment. Cette cérémonie fut possible grâce au Mi'kmaq Native Friendship Centre et au Groupe consultatif des Autochtones de la Défense de l'Atlantique (GCADA).

Des levées de drapeaux spéciales dans les sites de la Formation d'Halifax et sur les navires CSM ont également marqué la Journée nationale de la vérité et de la réconciliation, ainsi que le Jour anniversaire du traité et le début du Mois de l'histoire mi'kmaq en Nouvelle-Écosse. Le drapeau des survivants a été hissé le 27 septembre, puis mis en berne le 30 septembre, la Journée nationale de la vérité et de la réconciliation. Le drapeau du Grand conseil des Mi'kmaq a été hissé à la BFC Halifax le 1er octobre, Jour anniversaire du traité, la base reconnaissant également qu'elle se trouve au Mi'kma'ki, le territoire ancestral des Mi'kmaq.

AVR ANNABELLE MARCOUX



**GET AN EXPERIENCED
SECOND OPINION ON YOUR
RETIREMENT PLAN**

Gordon Stirrett
WEALTH MANAGEMENT



Atlantic Fleet supports Make-a-Wish Canada

By Trident Staff

Ships from Canadian Fleet Atlantic have been going all out this year in support of Make-a-Wish Canada, with running, biking and other fundraiser events raising thousands to help create life-changing wishes for local children with critical illnesses.

Across the Fleet, and through fundraising campaigns in Nova Scotia, New Brunswick, Prince Edward Island, and Newfoundland, Royal Canadian Navy sailors helped raise a total of more than \$265,000 so far in 2024.

HMCS Halifax

His Majesty's Canadian Ship (HMCS) *Halifax* marked the 20th year for its annual Run for Wishes relay event across Nova Scotia, which saw a 14-person running team take shifts pounding the pavement from Membertou, Cape Breton all the way to Yarmouth from September 20 – 30, with fundraising-focused stops in multiple communities along the way.

HMCS Fredericton

The team from HMCS *Fredericton* switched things up for their annual fundraiser earlier this summer, moving away from a relay run and hopping on bicycles to make their way across New Brunswick. The Ride for Wishes campaign ran from July 27 – August 2, bringing the team from the province's northern tip in Campbellton to the grand finale and check presentation in Fredericton.



Runners from HMCS *Halifax* make their way through the Kentville area during this year's campaign.

Les coureurs du NCSM *Halifax* traversent la région de Kentville pendant la campagne de cette année.

HMCS Charlottetown

The Make-a-Wish Prince Edward Island chapter and their friends from HMCS *Charlottetown* celebrated the 21st year of their own Run for Wishes this year. Charlottetown's relay run took place from May 15 – 19 through communities across PEI, shortly before the ship's deployment to Operation Reassurance.

HMCS St. John's

The crew of HMCS *St. John's* had a record-setting year for the 29th edition of their annual Run the Rock fundraiser. Sailors ran across the province from July 5 – 17 and collected generous donations in communities from Port-Aux-Basques to Conception Bay South. Run the Rock is now set to mark 30 years of granting wishes in 2025!

HMCS Ville de Québec

A group from HMCS *Ville de Québec* took part in a unique new event in partnership with Make-a-Wish Canada on September 18 at the Mic Mac Mall in Dartmouth. Sailors donned their best superhero costumes and teamed up with former wish recipient Molly for the "Heroes Challenge", a day of fun team-building activities at the mall. Each team was paired with a local wish recipient as their team "captain" and tasked with fundraising \$10,000 (the symbolic cost of one wish) ahead of the day.



The 2024 Run the Rock team from HMCS *St. John's*.

L'équipe Run the Rock 2024 du NCSM *St. John's*.

SUBMITTED / SOUMIS

"Sending warm wishes to everyone in the riding this Thanksgiving.

Let us be grateful for our armed forces members and their families for their sacrifices in service to Canada."

Darrell



DARRELL SAMSON
Member of Parliament • Député
Sackville–Preston–Chezzetcook



902-861-2311
Darrell.Samson@parl.gc.ca

SUBMITTED / SOUMIS



La flotte de l'Atlantique soutient la fondation Rêves d'enfants

Par L'équipe du Trident

Les navires de la Flotte canadienne de l'Atlantique ont fait des pieds et des mains cette année pour appuyer Rêves d'enfants Canada, en organisant des courses à pied, des randonnées à vélo et d'autres activités de financement qui ont permis de recueillir des milliers de dollars pour aider à réaliser des vœux qui changeront la vie d'enfants de la région atteints d'une maladie grave.

Dans l'ensemble de la flotte, et dans le cadre de campagnes de collecte de fonds en Nouvelle-Écosse, au Nouveau-Brunswick, à l'Île-du-Prince-Édouard et à Terre-Neuve, les marins de la Marine royale canadienne ont aidé à recueillir un total de plus de 265 000 \$ jusqu'à présent en 2024.

NCSM Halifax

Le Navire canadien de Sa Majesté (NCSM) *Halifax* a marqué la 20e année de son relais annuel « Run for Wishes » à travers la Nouvelle-Écosse, qui a vu une équipe de 14 coureurs se relayer pour battre le pavé de Membertou, au Cap-Breton, jusqu'à Yarmouth, du 20 au 30 septembre, avec des arrêts axés sur la collecte de fonds dans de nombreuses communautés en cours de route.

NCSM Fredericton

L'équipe du NCSM *Fredericton* a changé les choses pour sa collecte de fonds annuelle au début de l'été, délaissant la course à relais pour enfourcher des bicyclettes et traverser le Nouveau-Brunswick. La

campagne « Ride for Wishes » s'est déroulée du 27 juillet au 2 août, amenant l'équipe de l'extrémité nord de la province, à Campbellton, à la grande finale et à la remise des chèques à Fredericton.

NCSM Charlottetown

Le chapitre de l'Île-du-Prince-Édouard de Rêves d'enfants et ses amis du NCSM *Charlottetown* ont célébré cette année la 21e année de leur propre « Run for Wishes. » La course à relais de Charlottetown s'est déroulée du 15 au 19 mai dans les communautés de l'Île-du-Prince-Édouard, peu avant le déploiement du navire dans le cadre de l'opération Réassurance.

NCSM St. John's

L'équipage du NCSM *St. John's* a connu une année record lors de la 29e édition de sa collecte de fonds annuelle « Run the Rock. » Les marins ont couru à travers la province du 5 au 17 juillet et ont recueilli de généreux dons dans des communautés allant de Port-Aux-Basques à Conception Bay South Run the Rock s'apprête à célébrer 30 ans d'exaucement de rêves en 2025.

NCSM Ville de Québec

Un groupe du NCSM *Ville de Québec* a participé à un nouvel événement unique en partenariat avec Rêves d'enfants le 18 septembre au Mic Mac Mall de Dartmouth. Les marins ont revêtu leurs plus beaux cos-

tumes de super-héros et ont fait équipe avec Molly, ancienne bénéficiaire d'un rêve, pour le « Défi des héros », une journée d'activités amusantes de renforcement de l'esprit d'équipe au Mic Mac Mall. Chaque équipe a été jumelée à un bénéficiaire de rêve local en tant que « capitaine » et chargée de recueillir 10 000 \$ (le coût symbolique d'un rêve) en prévision de la journée.



L'équipe du « Défi des Héros » du NCSM Ville de Québec avec Molly, l'une des bénéficiaires locaux de rêves.

The «Heroes Challenge» team from HMCS Ville de Québec with local wish recipient Molly.

SOUJIS / SUBMITTED

**6 MONTH
10,000KM
WARRANTY**

**GREEN LIGHT
VEHICLE
INSPECTION**

**ROADSIDE
ASSISTANCE**

**\$500
GRAD
REBATE**

**7 DAY/1,500KM
EXCHANGE
OPTION**

**DETAILING
COUPONS**

**TOP NOTCH
SERVICE**

**V.I.P
DISCOUNTS**

**MORE REASONS
TO GO WITH**






HALIFAX
(902) 450-5775

DARTMOUTH
(902) 466-5775

SOUTH SHORE
(902)-530-1020

OREGAN'S
DRIVING HIGHER STANDARDS®



Bridgewater to host RCAF 100 musical tribute “Operation Goosepool”

Bridgewater to host RCAF 100 musical tribute “Operation Goosepool”

The Bridgewater Fire Department Band with special guests Terry Kelly, Paula Rockwell, and Four Shore, present *Operation Goosepool*, a musical tribute to the 100th anniversary of the Royal Canadian Air Force (RCAF). The concert will be held on Sunday, November 3 at the Michelin Social Club, 221 Logan Road, Bridgewater, beginning at 3 PM. Sponsorship for this event has been generously provided by the Bank of Montreal, and admission is by donation at the door.

The program, which features period as well as contemporary music, tells the story of VE Day at RCAF Station Middleton-St George in County Durham, England.

About 1,000 airmen and women worked at Middleton-St George, both members of the British and Canadian air forces. The station was built on land that had once been the “Goosepool Farm,” and that name stuck among the locals. “Goosepool” was a busy operational base, its three squadrons—419, 420, and 428—supporting the all-Canadian No. 6 Bomber Group.

The Bridgewater Fire Department (BFD) Band was founded in 1868 as the Bridgewater Brass Band and from its inception doubled as the Band of the 68th Regiment of Infantry. When the Regiment was disbanded in 1912, the Band became known as the Bridgewater Citizens’ Band. In 1952 it came under the auspices of the Bridgewater Fire Department. The BFD Band performs locally, nationally, and internationally representing the Canadian fire service, and continues to provide support to the Canadian Armed Forces and the Royal Canadian Legion.

For information contact Wendell Eisener, BFD Band, band@bfdband.com; 902-521-2484.



Bridgewater accueille l’hommage musical à l’ARC 100 Operation Goosepool

Par l’orchestre du service des incendies de Bridgewater

L’orchestre du service d’incendie de Bridgewater, accompagné des invités spéciaux Terry Kelly, Paula Rockwell et Four Shore, présente *Operation Goosepool*, un hommage musical au 100e anniversaire de l’Aviation royale canadienne (ARC). Le concert aura lieu le dimanche 3 novembre au Michelin Social Club, 221 Logan Road, Bridgewater, à partir de 15 heures. Le parrainage de cet événement a été généreusement fourni par la Banque de Montréal, et l’entrée se fait par don à la porte.

Le programme, qui comprend de la musique d’époque et contemporaine, raconte l’histoire du jour de la Victoire en Europe à la station de l’ARC de Middleton-St George, dans le comté de Durham, en Angleterre.

Environ 1 000 aviateurs et aviatrices, membres des forces aériennes britanniques et canadiennes, travaillaient à Middleton-St George. La station a été construite sur un terrain qui était autrefois la « Goosepool Farm », et ce nom est resté dans l’esprit des habitants. « Goosepool » est une base

opérationnelle très active, ses trois escadrons - 419, 420 et 428 - soutenant le groupe de bombardiers no 6, entièrement canadien.

L’orchestre des services d’incendie de Bridgewater a été fondé en 1868 sous le nom de Orchestre de cuivres de Bridgewater et, dès le début, il a servi d’orchestre au 68e régiment d’infanterie. Lorsque le régiment a été dissous en 1912, la fanfare a pris le nom de Orchestre des citoyens de Bridgewater. En 1952, elle a été placée sous les auspices du service des incendies de Bridgewater. L’orchestre se produit localement, nationalement et internationalement pour représenter les services d’incendie canadiens, et continue de soutenir les Forces armées canadiennes et la Légion royale canadienne.

Pour plus d’informations, contactez Wendell Eisener, band@bfdband.com; 902-521-2484.



*Now located on Agricola St only 10 min walk from Stadacona

*Quick Lunch Menu options

*Friendly service, Affordable prices

*Great location for Luncheons, Private events

*Book the entire restaurant for Depart with Dignity Ceremonies

*Comfortably seats 80 people, or 110 for receptions

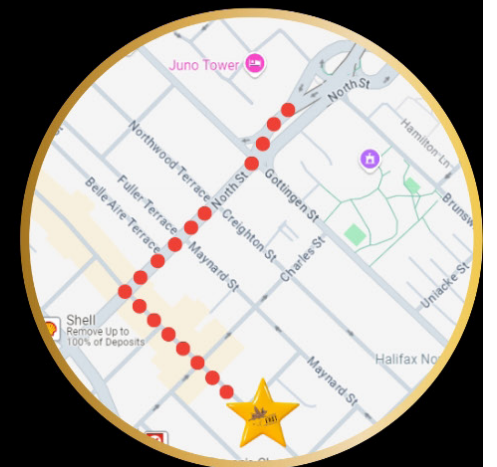
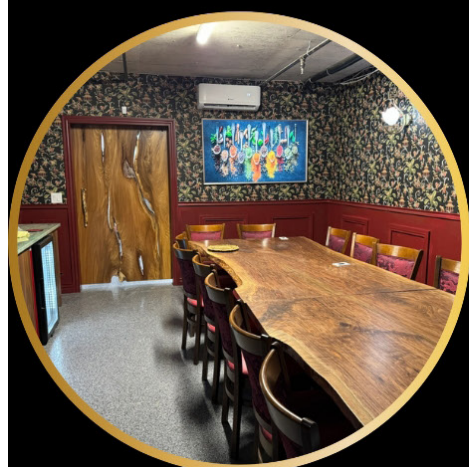
*Private Underground Dining Room, max 20

*Voted #1 Best Restaurant on Trip Advisor

2446 Agricola Street, Halifax, NS

(902) 422-8096

info@studioeastfood.ca





Youth Reporter Competition launches during National Newspaper Week

By CFMWS

Canadian Forces Morale and Welfare Services (CFMWS) is thrilled to announce the launch of the 2024 Youth Reporter Competition. This initiative is designed to inspire and engage young aspiring journalists and storytellers.

As National Newspaper Week celebrates the vital role newspapers play in delivering trustworthy news, the Canadian Forces Newspapers Youth Reporter Competition is back, inviting teens from military families to share their unique perspectives.

Over the years, teens have explored topics ranging from deployments to frequent relocations—offering powerful insights into the military lifestyle. As part of this year's Competition, teens from military families are invited to

tackle an important topic—employment of the non-military parent. The **Beyond the Base** category encourages teens to explore the experiences of the non-military parent, shedding light on the struggles and triumphs in maintaining a meaningful career despite frequent relocations.

“We’re excited to see how teens will handle this important topic and uncover success stories,” said the Senior Vice President of Military Family Services, Laurie Ogilvie. “By learning more about their non-military parent’s employment journey it will offer an insightful look at how employment and career opportunities and transitions affect family dynamics and deepen their understanding of family life within the

military.”

The Beyond the Base category was inspired by CareerCOACH+, a new service developed by Military Family Services (MFS), a division of Canadian Forces Morale and Welfare Services (CFMWS). It offers free one-on-one bilingual virtual coaching with a career professional and 24/7 online resources, tools and templates for self-paced learning opportunities.

Additionally, thanks to our sponsor Fay Maddison, author and creator of Natasha’s Wood, we present **Narrative Journeys**. This category encourages creativity and storytelling, offering a platform for youth to explore their imaginations.

Participants can submit in four differ-

ent categories this year (two additional from the ones mentioned above). Winners in each category receive a \$1,000 scholarship and the opportunity for mentorship with industry professionals. The Natasha’s Wood Foundation and its patrons have graciously funded all four scholarships.

To enter the 2024 Youth Reporter Competition, visit <https://cfmws.ca/youthreporter>

Submissions must include a written piece based on the contest categories. All entries must be submitted by November 17, 2024. For full contest details, visit the link above.

Le concours de jeunes journalistes est lancé à l’occasion de la Semaine nationale des journaux

Par SBMFC

Les Services de bien-être et de morale des Forces canadiennes (SBMFC) sont ravis d’annoncer le lancement du Concours des jeunes journalistes de 2024. Cette initiative est conçue pour inspirer et engager les jeunes aspirants journalistes et conteurs.

Alors que la Semaine nationale des journaux célèbre le rôle vital que jouent les journaux dans la diffusion de nouvelles fiables, le concours de jeunes journalistes des Journaux des Forces canadiennes est de retour, invitant les adolescents de familles de militaires à partager leurs points de vue uniques.

Au fil des ans, les adolescents ont exploré des sujets allant des déploiements aux déménagements fréquents, offrant ainsi un aperçu puissant du mode de vie militaire. Dans le cadre du concours de cette année, les adolescents issus de familles de militaires sont invités à aborder un sujet important : l’emploi du parent non-militaire. La catégorie « **Au-delà de la base** » encourage les adolescents à explorer les expériences du parent non-militaire, en mettant en lumière les luttes et les triomphes dans le maintien d’une carrière significative malgré les déménagements fréquents.

« Nous sommes impatients de voir comment les adolescents aborderont ce sujet important et découvriront des exemples de réussite », a déclaré Laurie Ogilvie, Vice-présidente des Services aux familles des militaires. “ En en apprenant davantage sur le parcours professionnel de leurs parents non-militaires, ils auront un aperçu de la manière dont les opportunités et les transitions en matière d’emploi et de carrière affectent la dynamique familiale et approfondiront leur compréhension de la vie de famille au sein

des militaires. »

La catégorie Au-delà de la base a été inspirée par CarrièrePRO+, un nouveau service développé par les Services aux familles des militaires (SFM), une division des Services de bien-être et de morale des Forces canadiennes (SBMFC). Ce service offre un coaching virtuel bilingue gratuit avec un professionnel de la carrière, ainsi que des ressources, des outils et des modèles en ligne 24h sur 24, 7 jours sur 7, pour des opportunités d’apprentissage à son propre rythme.

De plus, grâce à notre sponsor Fay Maddison, auteure et créatrice de Natasha’s Wood, nous présentons **Voyages Narratifs**. Cette catégorie encourage la créativité et l’art du récit, offrant aux jeunes un espace pour explorer leur imagination.

Les participants peuvent soumettre leur candidature dans quatre catégories différentes cette année (deux en plus de celles mentionnées ci-dessus). Les lauréats de chaque catégorie reçoivent une bourse de 1 000 dollars et ont la possibilité de bénéficier d’un mentorat avec des professionnels de l’industrie. La Fondation Natasha’s Wood et ses mécènes ont gracieusement financé les quatre bourses.

Pour participer au concours 2024 des jeunes reporters, visitez le site <https://sbmfc.ca/conditionnement-physique-sports-et-loisirs/programmes-de-loisirs-loisirs-pour-les-enfants-et-les-jeunes/concours-des-jeunes-journalistes>.

Les candidatures doivent comprendre un article basé sur les catégories du concours. Toutes les candidatures doivent être soumises avant le 17 novembre 2024. Pour obtenir tous les détails du concours, consultez le lien ci-dessus.

FOUNDATION PRESENTS THE

CANADIAN FORCES NEWSPAPERS YOUTH REPORTER COMPETITION

- Four different categories, including creative writing.
- Winners in each category receive a \$1,000 scholarship.
- All entries must be submitted by November 17, 2024.

CFMWS.CA/YOUTHREPORTER



HMCS *Harry DeWolf* completes Op Nanook deployment

The ship's company of HMCS *Harry DeWolf*, seen here coming together for a group photo in the Arctic, recently wrapped up their participation in this year's Operation Nanook. Op Nanook is Canada's signature annual Arctic operation; for *Harry DeWolf*, this meant a variety of patrols and interoperability exercises with allies in Northern waters, including boarding drills, gunnery exercises, search and rescue simulations, damage control scenarios, and fleet maneuver drills.

Participating units in Op Nanook-Tuugaalik, the main maritime component of the exercise, included HMCS *Harry DeWolf*, HMCS *Margaret Brooke*, the Royal Danish Navy's *Knud Rasmussen-Class Patrol Vessel HDMS Lauge Koch*, the US Navy's *USS Delbert D. Black*, and the US Coast Guard Cutter *USCGC Northland*.

The Royal Canadian Navy and the US Navy both described the exercise as a showcase of the two nations' ability, alongside other partners like Denmark, to operate in extreme conditions and work together to ensure security and address any emerging threats in the Arctic region.

HMCS *Margaret Brooke* recently arrived back in Halifax after completing its own contributions to Op Nanook, while *Harry DeWolf* will return home after a brief stop in Ontario for the Marine Careers Expo 2024.

CPL OLIVIA MAINVILLE

Le NCSM *Harry DeWolf* achève son déploiement dans le cadre de l'opération Nanook

L'équipage du NCSM *Harry DeWolf*, que l'on voit ici se rassembler pour une photo de groupe dans l'Arctique, a récemment terminé sa participation à l'opération Nanook de cette année. L'opération Nanook est la principale opération annuelle du Canada dans l'Arctique. Pour le *Harry DeWolf*, cela signifie une variété de patrouilles et d'exercices d'interopérabilité avec des alliés dans les eaux du Nord, y compris des exercices d'abordage, des exercices de tir, des simulations de recherche et de sauvetage, des scénarios de contrôle des dommages et des exercices de manœuvre de flotte.

Les unités participant à l'opération Nanook-Tuugaalik, la principale composante maritime de l'exercice, comprenaient le NCSM *Harry DeWolf*, le NCSM *Margaret Brooke*, le patrouilleur de classe *Knud Rasmussen HDMS Lauge Koch* de la marine royale danoise, l'*USS Delbert D. Black* de la marine américaine et le garde-côte américain *USCGC Northland*.

La marine royale canadienne et la marine américaine ont toutes deux décrit l'exercice comme une vitrine de la capacité des deux nations, ainsi que d'autres partenaires comme le Danemark, à opérer dans des conditions extrêmes et à travailler ensemble pour assurer la sécurité et faire face à toute menace émergente dans la région arctique.

Le NCSM *Margaret Brooke* est récemment rentré à Halifax après avoir achevé sa propre contribution à l'opération Nanook, tandis que le *Harry DeWolf* rentrera chez lui après une brève escale en Ontario pour le Salon des carrières maritimes 2024.

LA CPL OLIVIA MAINVILLE



We are here to support those who serve.

With experience serving in the Canadian Armed Forces, our team understands your unique challenges and legal issues.



Will Brien
Intelligence Officer
Royal Canadian Navy



Sarah Gray
Armoured Officer
Canadian Army



Ryan Chute
Infantry Officer (Retired)
Canadian Army

For personalized legal support, contact us today at coxandpalmerlaw.com/CAF

COX & PALMER
Legal Services | Services Juridiques



Base Logistics supports the Special Olympics Nova Scotia Truck Convoy

By Capt L. Cserhazi,
CFB Halifax Public Affairs

Canadian Forces Base (CFB) Halifax's Base Logistics (BLog) Transport, Electrical and Mechanical Engineering (TEME) Division proudly supported the 13th Annual Truck Convoy on Saturday, September 21, an event that united Nova Scotia community members in support of Special Olympics Nova Scotia. This year's convoy built upon the success of previous years, showcasing the strength of collaboration and community spirit. The convoy route began in Shearwater in a participant staging area hosted by TEME.

During an opening ceremony in Shearwater, Commander (Cdr) Galeung Lau, BLog's Commanding Officer, expressed his enthusiasm for the event. "It is truly an honour to be involved in the 13th Annual Truck Convoy." He emphasized BLog's pride in raising awareness of Special Olympics Nova Scotia and highlighted the essential role that skilled professional drivers play in Canadian Armed Forces (CAF) daily operations.

The BLog branch is one of five operational branches within CFB Halifax and is the largest CAF logistics unit in Canada. The BLog team provides a variety of logistical support services to Maritime Forces Atlantic and local lodger units including warehousing, contracting, transportation services, tool services, vehicle and equipment maintenance, and logistical support for operations and exercises.

BLog has supported Special Olympics Nova Scotia many times over the years through the annual truck convoy and other special events. "Our Defence Team members deeply value the impactful work that Special Olympics Nova Scotia does to enhance the lives of athletes through sport," notes Cdr Lau. This sentiment reflects a shared com-

mitment to fostering an active lifestyle and celebrating the spirit of competition among all participants.

While the Truck Convoy for Special Olympics happens across North America, Special Olympics Nova Scotia notes that the Nova Scotia event continues to be the #1 initiative on the continent for dollars raised and number of vehicles. It is an event that BLog looks forward to each fall.

In addition to hosting the staging area necessary for such an event, BLog drives one truck and one bus in the convoy itself. This year saw 19 volunteers made up of BLog personnel and family members to ensure that the event staging area ran as smoothly as possible.

Special Olympics Nova Scotia is thankful to BLog for their continued support of this event. "Now in our 13th year supported by CFB Halifax Base Logistics, the Big Rigs, Big Hearts, Big Results Truck Convoy has become our marquee fundraiser," says Michael Greek, CEO of Special Olympics Nova Scotia. "Their support provides us with the facilities and expertise at the event's staging area. It allows us to engage our athletes with Canadian Armed Forces personnel, and funds raised go directly to our training and competition throughout the year." As Greek says "We couldn't do it without CFB Halifax and our friends at TEME."

In reflecting on the 2024 event, BLog leadership and volunteers were grateful for the chance to contribute and are looking forward to supporting Special Olympics Nova Scotia again next year. They felt the convoy not only showcased the camaraderie among different sectors of the community but was also a testament to the unwavering support for athletes striving to achieve their dreams.



Members of CFB Halifax BLog were on hand to support the Big Rigs, Big Hearts, Big Results Truck Convoy in support of Special Olympics Nova Scotia on September 21.

Sharing stories: How CAF members inspire Canadians during Veterans' Week

By Mélodie Gratton

I'm the National Coordinator for the National Veterans' Week Speakers Program (NVWSP), and my job is to make sure members of the Canadian Armed Forces have an opportunity to share their story with audiences of all ages during Veterans Week (November 5-11).

I absolutely love what I do. Why? Because I get to work with amazing people – civilian and CAF – who every year step up and go above and beyond to make sure Canadians, especially students, get a chance to interact with a CAF member during this important time of year.

The best part of my job is working with a dedicated team of volunteers every year, from the people who represent their Environments or L1s, to the regional points of contact who coordinate requests received for their base, wing or unit. I know it can be overwhelming and a stressful time for many of the volunteers, simply because of the number of requests received every year – usually more than 2,500. I commend them for their efforts and know they are doing everything they can to find a speaker for all of the schools and groups that make a request.

And then there are the CAF speakers themselves. I've heard stories that brought tears to my eyes and made friendships that will last a lifetime. I continue to be amazed every year with the sheer number of volunteers who step up and are willing to participate in my program. In 2023, we had close to 1,200 CAF members volunteers as speakers.

I'm also blown away when I receive feedback like this: "Our presenter was amazing! He has a great presentation, fantastic story and spent the remainder of his morning going to different classrooms to answer questions. Our presenter was very kind, knowledgeable and friendly and we would gladly have him back every year!" – teacher at the Edmonton Catholic District School Board.

Now, the part I dislike the most is telling a group that we can't fill their request. I know we do our best and try to match as many speakers as we can against the requests we've received. Sometimes we just don't have enough speakers to meet demand and it's difficult to let people down.

Which is why I'm appealing to CAF members from all environments and ranks – officers and NCMs, French and English – and asking them to volunteer to help fill as many requests as possible. I know that L1s face competing priorities, but I'd like to emphasize that being seen and heard during Veterans' Week makes a lasting impression.

If you have any questions, or want to find out more about the NVWSP, you can reach me at 1-833-223-8322 or via email at DNDRemembrance.SouvenirMDN@forces.gc.ca. Or visit our Intranet site: <http://intranet.mil.ca/en/news/special-events/national-veterans-week-speakers-program.page>





Le Service de la logistique de la base apporte son soutien au convoi de camions des Jeux Olympiques spéciaux

Par le Capt L. Cserhazi et les Affaires publiques de la BFC Halifax

La division de Transport et génie électrique et mécanique (TGEM) du Service de la logistique de la base de la BFC Halifax a fièrement appuyé la 13^e édition du convoi annuel de camions le samedi 21 septembre, une activité qui réunit les membres de la communauté de la Nouvelle-Écosse pour soutenir les Jeux Olympiques spéciaux de la province. Le convoi de cette année s'est appuyé sur le succès des années précédentes pour mettre en valeur la force de la collaboration et l'esprit communautaire. L'itinéraire du convoi a commencé à Shearwater dans une zone de rassemblement des participants établie par TGEM.

Lors de la cérémonie d'ouverture à Shearwater, le capitaine de frégate (Capf) Galeung Lau, commandant de la Log B, a exprimé son enthousiasme pour l'événement. « C'est vraiment un honneur de participer à la 13^e édition annuelle du convoi de camions. » Il a souligné la fierté de la Log B de sensibiliser le public aux Jeux Olympiques spéciaux de la Nouvelle-Écosse et a insisté sur le rôle essentiel que jouent les conducteurs professionnels qualifiés dans les opérations quotidiennes des Forces armées canadiennes (FAC).

Le Service de la Log B est l'un des cinq services opérationnels de la BFC Halifax et constitue l'unité de logistique

la plus importante des FAC au Canada. L'équipe de la Log B fournit une variété de services de soutien aux Forces maritimes de l'Atlantique et aux unités hébergées locales, dont l'entreposage, la passation de marchés, les services de transport, les services aux outils, l'entretien de véhicules et d'équipement et le soutien logistique aux opérations et aux exercices.

Au fil des ans, le Service de la Log B a contribué à de nombreuses re-prises aux Jeux Olympiques spéciaux de Nouvelle-Écosse en organisant le convoi annuel de camions et d'autres activités spéciales. « Les membres de notre Équipe de la Défense accordent une grande valeur au travail important accompli dans le cadre des Jeux Olympiques spéciaux de la Nouvelle-Écosse pour améliorer la vie des athlètes par le sport », souligne le Capf Lau. Ce sentiment témoigne de leur volonté commune de favoriser un mode de vie actif et de célébrer l'esprit de compétition chez tous les participants.

Le convoi de camions pour les Jeux Olympiques spéciaux a lieu dans toute l'Amérique du Nord, mais les organisateurs des Jeux Olympiques spéciaux de la Nouvelle-Écosse soulignent que le convoi de la Nouvelle-Écosse demeure le plus important du continent pour ce qui est des fonds recueillis et du nombre

de véhicules. C'est une activité que le Service de la logistique de la base attend avec impatience chaque automne. En plus de fournir la zone de rassemblement nécessaire pour l'événement, le Service de la Log B conduit un camion et un autobus dans le convoi lui-même. Cette année, 19 bénévoles, composés de membres du personnel du Service de la Log B et de membres de leur famille, ont veillé à ce que le déroulement dans la zone de rassemblement de l'activité se fasse dans les meilleures conditions.

Les organisateurs des Jeux olympiques spéciaux de la Nouvelle-Écosse remercient le Svc Log B du soutien constant qu'il apporte à cette activité. « Le convoi de camions 'Big Rigs, Big Hearts, Big Results', qui en est à sa 13^e année d'existence grâce au soutien du Svc Log de la BFC Halifax, est devenu notre principale activité de financement », a déclaré Michael Greek, directeur général des Jeux Olympiques spéciaux de la Nouvelle-Écosse. « Grâce à leur soutien, nous disposons des installations et de l'expertise nécessaires dans l'aire de rassemblement prévue pour cette activité. Cela nous permet de rapprocher nos athlètes du personnel des Forces armées canadiennes, et les fonds recueillis sont directement affectés à nos entraînements et à nos compétitions tout au long de l'année. » Comme le dit

si bien Greek : « Nous ne pourrions pas y arriver sans la BFC Halifax et nos amis de la division du TGEM ».

En réfléchissant à l'activité de 2024, les dirigeants et les bénévoles du Service de la Log B sont reconnaissants d'avoir eu l'occasion de contribuer et ont hâte d'apporter leur soutien à nouveau aux Jeux Olympiques spéciaux de Nouvelle-Écosse l'an prochain. Selon eux, le convoi a non seulement permis de mettre en évidence la camaraderie entre les différents secteurs de la communauté, mais il a également témoigné du soutien indéfectible offert aux athlètes qui s'efforcent de réaliser leurs rêves.



Les membres du Log B de la BFC Halifax étaient sur place pour appuyer le convoi de camions Big Rigs, Big Hearts, Big Results au profit des Jeux Olympiques spéciaux de la Nouvelle-Écosse le 21 septembre.

SOUMIS

Récits à faire connaître : Les membres des FAC inspirent la population canadienne durant la Semaine des vétérans

Par Mélodie Gratton

Je suis la coordonnatrice nationale du Programme national des conférenciers de la Semaine des vétérans (PNCSV), et mon travail consiste à m'assurer que les membres des Forces armées canadiennes (FAC) ont l'occasion de raconter leur histoire à des auditoires de tous les âges pendant la Semaine des vétérans (du 5 au 11 novembre).

J'adore mon travail. Pourquoi? Parce que j'ai l'occasion de travailler avec des gens extraordinaires, tant des civils que des membres des FAC, qui se surpassent chaque année afin que les Canadiens et les Canadiennes, particulièrement les élèves, aient l'occasion d'interagir avec un membre des FAC pendant cette période importante de l'année.

Le meilleur aspect de mon travail est la collaboration annuelle avec une équipe de bénévoles dévoués, des personnes qui représentent leur armée ou leur N1 aux points de contact régionaux qui coordonnent les demandes reçues pour leur base, leur escadre ou leur unité. Je sais que cette période peut être éprouvante et stressante pour de nombreux bénévoles simplement en raison du nombre de demandes que nous recevons chaque année, soit généralement plus

de 2 500. Je les félicite pour leurs efforts. Je sais qu'ils font tout ce qu'ils peuvent pour trouver un conférencier ou une conférencière pour toutes les écoles et tous les organismes qui en font la demande.

Il y a aussi les conférenciers eux-mêmes. J'ai entendu des histoires qui m'ont fait pleurer, et j'ai noué des amitiés impérissables. Chaque année, je continue d'être étonnée par le nombre de bénévoles qui acceptent de participer à mon programme. En 2023, près de 1 200 membres des FAC se sont portés volontaires pour devenir conférenciers.

Je suis également épatée lorsque je reçois des commentaires de ce type : « J'ai eu la chance d'avoir un super conférencier qui a su captiver les élèves, il avait apporté son package. Les élèves ont adorés l'essayer sur leur dos et il leur a fait essayer son casque aussi. Un gros Wow pour ce militaire. Merci. » – Enseignante du Centre de services scolaire des Bois-Francis QC.

Ce que j'aime le moins, c'est de dire à un organisme que nous ne pouvons pas répondre à sa demande. Je sais que nous faisons de notre mieux et que nous essayons de jumeler autant de conférenciers que possible aux demandes que

nous recevons, mais il arrive parfois que nous n'ayons tout simplement pas assez de conférenciers pour répondre à la demande, et il est difficile de décevoir les gens.

C'est pourquoi je lance un appel aux membres des FAC de toutes les armées et de tous les grades – officiers et militaires du rang, francophones et anglophones – et leur demande de se porter volontaires pour nous aider à répondre au plus grand nombre de demandes possible. Je sais que les N1 ont des priorités concurrentes, mais je tiens à souligner

que le fait d'être vu et entendu pendant la Semaine des vétérans laisse une impression durable.

Si vous avez des questions ou si vous souhaitez en savoir plus sur le PNCSV, vous pouvez communiquer avec moi au 1-833-223-8322 ou par courriel à l'adresse DNDRemembrance.SouvenirMDN@forces.gc.ca. Vous pouvez également visiter notre site intranet : <http://intranet.mil.ca/fr/nouvelles/activites-speciales/programme-national-conferenciers-semaine-veterans.page>.



Timothy Halman
MLA Dartmouth East

timhalmanmla@gmail.com
 (902)469-7353
 99 Main Street, Suite 1,
 Dartmouth, Nova Scotia B2X 1R4





20TH ANNUAL MOOSEHEADS DND APPRECIATION NIGHT

**SATURDAY, NOVEMBER 9TH
7 PM AT THE SCOTIABANK CENTRE
TICKETS: \$16 EACH**

PLUS:

**SHOW YOUR VALID MILITARY ID TO ONE OF THE
MERCHANDISE KIOSKS TO RECEIVE \$20 OFF JERSEYS!**

GET YOUR TICKETS AT THE FOLLOWING LOCATIONS:

Monday - Friday, 9am 3pm (0900 1500hrs)

Corporate Sponsorship Office, CFB Halifax, Building S90, Room 130

Fleet Fitness & Sports Centre and Shearwater Fitness, Sports and Recreation Centre

CORPORATE SERVICES: 902-721-7805 | FLEET GYM: 902-427-3524 | SHEARWATER GYM: 902-720-1071



20ÈME SOIRÉE ANNUELLE D'APPRECIATION DU DND DES MOOSEHEADS

**LE SAMEDI 9 NOVEMBRE
19 H AU CENTRE SCOTIABANK
BILLETS : 16 \$ CHACUN**

PLUS :

**PRÉSENTEZ VOTRE CARTE D'IDENTITÉ MILITAIRE VALIDE À L'UN DES KIOSQUES
DE MARCHANDISE POUR RECEVOIR UN RABAIS DE 20 \$ SUR LES CHANDAILS !**

OBTENEZ VOS BILLETS AUX ENDROITS SUIVANTS :

Du lundi au vendredi, de 9 h à 15 h (de 9 h à 15 h)

Bureau des commandites, BFC Halifax, bâtiment S90, pièce 130

Centre de conditionnement physique et de sports Fleet et Centre de conditionnement physique, de sports et de loisirs Shearwater

CORPORATE SERVICES: 902-721-7805 | FLEET GYM: 902-427-3524 | SHEARWATER GYM: 902-720-1071





SPORTS & FITNESS



PSP Halifax looks to revitalize flag football with training sessions

Ryan Melanson,
Trident Staff

Local military members with interest in flag football have been getting some professional pointers through a series of skill-building sessions on Stadacona's Porteous Field.

Personnel Support Services (PSP) Halifax has partnered with Micah Brown of BATLX for the initiative. His company typically provides specialized training to young athletes looking to take their football skills to the next level on the way to post-secondary or professional play. For these sessions with Canadian Armed Forces (CAF) members, the goals are a bit different.

"I'm not worried about the age or the skill level of the people. I just really enjoy teaching, and football happens to be my way of connecting with others. I'm looking to show them some new ways

they can continue to learn and have fun with the game," said Brown, who also works as the Director of Football Analytics and Receivers Coach for Saint Mary's University. He's also a former professional player, with experience in the Canadian Football League, German Football League, and the Arena Football League.

"We can always scale the concepts we're looking to teach with the group that we have in front of us, to make sure they get the most from it," he added. The group for the most recent session on October 7 spent more than an hour with Brown, being introduced to new skills and ideas, and then executing them with drills on the field.

"We got through some pretty complex instructions on the defensive side, and

they were able to pick them up with no problems. There's a lot that can happen in a short time when working with a small group," Brown said.

Flag football has a history at CFB Halifax. The annual Mini Grey Cup flag football games between the Wardroom Officers and Fleet Club Slackers went strong for decades, with the 50th edition taking place in 2019. Interest in the sport has waned since then – the training sessions with BATLX are a first step in identifying new players and hopefully establishing new base teams. Future games on base will stay true to flag football's no-tackle ruleset, increasing accessibility for those who would like to play.

PSP Halifax Fitness and Sports Coordinator Kevin Miller said more than 100

local CAF members have added themselves to PSP's flag football mailing list, indicating an interest in playing. Visit <http://cfmws.ca/Halifax/football-survey> to fill out a quick survey and be included on further base football updates.

"We've seen some good interest and enthusiasm so far, and this has been a great opportunity for players to receive professional instruction at no cost," Miller said.

Flag football on Porteous Field will continue on October 16 with recreational pick-up games scheduled from noon – 1 p.m., and Brown will be back for the next BATLX session at the same time on October 21. All interested CAF members are welcome to attend.



Micah Brown of BATLX has been leading flag football clinics on Porteous Field at CFB Halifax. The most recent session took place on October 7.

Micah Brown, de BATLX, anime des stages de flag football sur le terrain Porteous de la BFC Halifax. La dernière session a eu lieu le 7 octobre.

RYAN MELANSON

THANK YOU!

IT'S BEEN GOOD GETTIN' TO KNOW YA.

-2720 GOTTINGEN STREET-



LUNCH SERVICE 11:00 - 15:30

EVENING SERVICE 15:30 - 24:00

- MILITARY DISCOUNT -
ALL DAY - EVERY DAY



Les PSP d'Halifax cherchent à revitaliser le flag football en organisant des séances d'entraînement

Ryan Melanson,
L'équipe du Trident

Les militaires locaux qui s'intéressent au flag football ont reçu des conseils professionnels dans le cadre d'une série de séances d'acquisition de compétences sur le terrain Porteous de Stadacona.

Les Services de soutien du personnel (PSP) d'Halifax se sont associés à Micah Brown de BATLX pour cette initiative. La société de Micah Brown propose généralement une formation spécialisée aux jeunes athlètes désireux d'améliorer leurs compétences en football américain en vue d'une carrière post-secondaire ou professionnelle. Pour ces séances avec les membres des Forces armées canadiennes (FAC), les objectifs sont un peu différents.

« Je ne m'inquiète pas de l'âge ou du niveau de compétence des participants. J'aime enseigner, et le football est ma façon de communiquer avec les autres. Je cherche à leur montrer de nouvelles façons de continuer à apprendre et à s'amuser avec le jeu », a déclaré Brown, qui est également directeur de l'analyse du football et entraîneur des receveurs à l'université Saint Mary's. Il est également un ancien joueur professionnel. Il

est également un ancien joueur professionnel, avec une expérience dans la Ligue canadienne de football, la Ligue allemande de football et la Ligue de football d'arène.

« Nous pouvons toujours adapter les concepts que nous cherchons à enseigner au groupe que nous avons devant nous, afin de nous assurer qu'ils en tirent le meilleur parti », a-t-il ajouté. Le groupe de la dernière session, le 7 octobre, a passé plus d'une heure avec Brown, à découvrir de nouvelles compétences et idées, puis à les mettre en pratique avec des exercices sur le terrain.

« Nous avons donné des instructions assez complexes sur le plan défensif, et ils ont pu les assimiler sans problème. Il y a beaucoup de choses qui peuvent se passer en peu de temps lorsque l'on travaille avec un petit groupe », a déclaré Brown.

Le flag football a une longue histoire à la BFC Halifax. Les matchs annuels de la mini-Coupe Grey entre les officiers du carré et les Slackers du club de la Flotte se sont déroulés pendant des décennies, et la 50e édition aura lieu en 2019.

L'intérêt pour ce sport a diminué depuis lors - les séances d'entraînement avec BATLX sont une première étape dans l'identification de nouveaux joueurs et, espérons-le, dans la création de nouvelles équipes dans la base. À l'avenir, les matchs sur la base resteront fidèles aux règles du football sans plaquage, ce qui facilitera l'accès à ce sport pour tous ceux qui souhaitent y jouer.

Kevin Miller, coordonnateur du conditionnement physique et des sports des PSP à Halifax, a déclaré que plus de 100 membres locaux des FAC se sont ajoutés à la liste d'envoi des PSP pour le flag football, indiquant ainsi qu'ils étaient intéressés à jouer. Visitez le site <http://cfmws.ca/Halifax/football-sur-vey> pour répondre à un sondage rapide et être informé des prochaines mises à jour concernant le football de base.

« Nous avons constaté un grand intérêt et un grand enthousiasme jusqu'à présent, et c'est une excellente occasion pour les joueurs de recevoir gratuitement une formation professionnelle », a déclaré Miller.

Le flag football sur le terrain Porteous Field se poursuivra le 16 octobre

avec des matchs récréatifs de midi à 13 heures, et Brown sera de retour pour la prochaine session BATLX à la même heure, le 21 octobre. Tous les membres de la CAF intéressés sont les bienvenus.



L'objectif est d'identifier un groupe de joueurs potentiels et d'établir de nouvelles équipes pour les matchs de flag football de base à la BFC Halifax.

The goal is to identify a pool of potential players and establish new teams for base-level flag football games at CFB Halifax.

RYAN MELANSON

Un pan de l'histoire avec le programme de conditionnement physique et de bien-être pour les femmes et les personnes de genres divers

Par SBMFC

À l'occasion du Mois de l'histoire des femmes, les Services de bien-être et moral des Forces canadiennes (SBMFC) sont fiers d'annoncer le lancement du [programme de conditionnement physique et de bien-être pour les femmes et les personnes de genres divers](#), également connu sous le nom de programme de bien-être pour les femmes. Cette initiative novatrice, menée par les Programmes de soutien du personnel (PSP), une division des SBMFC, propose des programmes spécialisés de conditionnement physique et de mieux-être aux femmes dans les Forces armées canadiennes (FAC) et s'adresse aussi aux membres de genres divers, qui pourraient en bénéficier tout autant.

Le programme se concentrera sur les différentes étapes de la carrière d'une femme au sein des FAC, en fournissant un soutien sur mesure dans les domaines suivants :

- Préparation physique : Donner du soutien pour l'entraînement professionnel et opérationnel, y compris le programme d'entraînement pré-

able à la qualification militaire de base.

- Prévention des blessures : Réduire le risque de blessures musculosquelettiques.
- Soutien pour les étapes de la vie : Aider les membres des FAC pendant la grossesse et la période post-partum.
- Mieux-être à long terme : Aborder le vieillissement et les étapes de la vie spécifiques au genre, comme la ménopause et la prévention de l'ostéoporose.

Les différentes phases du programme seront mises en œuvre au cours des trois prochaines années, en commençant par le programme prénatal et post-partum (PNP3), qui a été lancé en septembre dans toutes les bases et escadres du Canada. Cette initiative fondamentale marque une réalisation historique pour les SBMFC visant à faire progresser le mieux-être des femmes et le soutien à la condition physique pour les membres des FAC.

Dans le but d'accroître l'accessibil-

ité, l'équipe des PSP a amélioré l'accès des enfants aux installations sportives et de conditionnement physique des FAC afin de favoriser la participation aux cours et de réduire les obstacles pour les participantes et participants au PNP3. Des cours de groupe et un soutien communautaire favorisent un environnement inclusif permettant de communiquer des expériences et de recevoir des conseils. De plus, on offre au personnel des PSP des possibilités de perfectionnement professionnel continu afin de mieux répondre aux besoins d'entraînement des femmes au sein des FAC. De plus, une étude longitudinale du programme PNP3 est en cours afin de suivre et d'améliorer les résultats, en veillant à ce que le programme évolue pour répondre aux besoins des membres. À l'avenir, l'accent sera mis sur le développement d'une composante holistique sur la ménopause dans le programme afin d'offrir un soutien complet en matière de mieux-être à cette étape de la carrière.

« Je suis très heureuse de cette nou-

velle initiative qui reflète l'engagement inébranlable des FAC à accroître la représentation des femmes et à développer des services de mieux-être et des programmes de conditionnement physique adaptés », a déclaré la lieutenant-générale M.H.L. Bourgon, commandante, Commandement du personnel militaire.

« La proportion de femmes et de personnes de genres divers au sein des FAC nous apporte un sentiment de fierté, et, ensemble, nous continuerons à faire tomber les barrières et à assurer un soutien complet à l'ensemble de nos membres à chaque étape de leur carrière. »

Joignez-vous à nous pour célébrer cette étape historique pendant le Mois de l'histoire des femmes en visitant SBMFC.ca/BienEtreFemmes et en nous suivant sur les médias sociaux. Célébrons le lancement du programme de bien-être pour les femmes : faites-nous part de vos expériences et aidez-nous à créer un milieu où règne l'inclusion et le soutien.



CFB Halifax wins national slo-pitch gold

Congratulations to the Canadian Forces Base (CFB) Halifax Mariners women's slo-pitch team, who recently won gold at the Canadian Armed Forces National Slo-Pitch Championship. The tournament was hosted by CFB Borden from September 23-26, with Halifax coming out on top against teams from Kingston, Esquimalt and Valcartier. The championship game was a close one, with CFB Halifax taking an 8-7 victory over CFB Kingston to secure the gold medal.



La BFC Halifax remporte l'or au championnat national de balle lente

Félicitations à l'équipe féminine de balle lente des Mariners de la base des Forces canadiennes (BFC) Halifax, qui a récemment remporté l'or au Championnat national de balle lente des Forces armées canadiennes. Le tournoi s'est déroulé à la BFC Borden du 23 au 26 septembre. L'équipe d'Halifax s'est imposée face à des équipes de Kingston, d'Esquimalt et de Valcartier. Le match de championnat a été serré, la BFC Halifax remportant une victoire de 8 à 7 sur la BFC Kingston pour s'assurer de la médaille d'or.

CANADIAN ARMED FORCES SPORTS / SPORTS DES FORCES ARMÉES CANADIENNES



Making history with the Women and Gender-Diverse Physical Fitness and Wellness Program

By CFMWS

To mark Women's History Month, Canadian Forces Morale and Welfare Services (CFMWS) proudly announces the launch of the [Women and Gender-Diverse Physical Fitness and Wellness Program](#), also known as the Women's Wellness (WW) program. This trailblazing initiative, spearheaded by Personnel Support Programs (PSP) a Division of CFMWS, provides specialized fitness and wellness programs for women in the Canadian Armed Forces (CAF) and is inclusive of gender-diverse members who may also benefit.

The WW program will focus on the different stages of a woman's career within the CAF, providing tailored support in:

- Physical readiness: Supporting with occupational and operational training preparation, including [Pre-Basic Military Training](#).
- Injury prevention: Reducing susceptibility to musculoskeletal injuries.
- Life stage support: Assisting CAF members during pregnancy and postpartum.
- Lifelong wellness: Addressing aging and gender-specific stages like menopause and osteoporosis prevention.

The various phases of the program will be rolled out over the next three years, beginning with the [Prenatal and Postpartum Program \(PNP3\)](#), which launched nationally in September across bases and wings in Canada. This cornerstone initiative marks a historic achievement for CFMWS in advancing women's wellness and fitness support for CAF members.

To enhance accessibility, the PSP team has improved infant access to CAF fitness and sports facilities to support class participation and reduce barriers for PNP3 participants: group classes and community support to foster an inclusive environment for sharing experiences and receiving guidance. Additionally, PSP staff are offered ongoing professional development opportunities to better support the training needs of women in the CAF. A longitudinal study of the PNP3 program is also underway to track and enhance outcomes, ensuring the program evolves to meet members' needs. Moving forward, the focus will be on developing a holistic menopause component to the program to provide comprehensive wellness support for this career stage.

"I am very excited about this new

initiative that reflects the CAF's unwavering commitment to increasing the representation of women and expanding responsive wellness services and fitness programs," said Lieutenant-General M.H.L Bourgon, Commander, Military Personnel Command. "We take pride in the proportion of women and gender-diverse members in the CAF and together, we will continue to break down barriers and ensure comprehensive support for all

our members at every stage of their career."

Join us in celebrating this historic milestone during Women's History Month by visiting [CFMWS.ca/WomenWellness](#) and following us on social media. Celebrate the launch of the WW program, share your experiences, and help create a more inclusive and supportive environment for all.

FOREST GATE THERAPY

RELAX AND RECOVER WITH MASSAGE

DIRECT BILLING AVAILABLE

902-441-5665

22 WILMINGTON COURT, EASTERN PASSAGE

