



[www.tridentnewspaper.com](http://www.tridentnewspaper.com)

# TRIDENT

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

## Exercise / L'exercice Obangame Express 2023

*Members of the Sierra Leone Police and Sierra Leone Navy take a short break to chat with sailors from HMCS Glace Bay during a boarding demonstration as part of Exercise Obangame Express 2023 in the Gulf of Guinea. HMCS Glace Bay and HMCS Moncton are currently deployed on Operation Projection West Africa.*

*Des membres de la police et de la marine de la Sierra Leone prennent une courte pause pour discuter avec des marins du NCSM Glace Bay pendant une démonstration d'embarquement dans le cadre de l'exercice Obangame Express 2023 dans le golfe de Guinée. Le NCSM Glace Bay et le NCSM Moncton sont actuellement déployés dans le cadre de l'opération Projection West Africa.*

S1 / LE MAT 1 BRYAN UNDERWOOD





# HMCS *Fredericton* joins NATO allies on Operation Reassurance

By Ryan Melanson,  
Trident Staff



HMCS *Fredericton* departed Halifax on January 22 for a six-month deployment to Operation Reassurance.  
Le NCSM *Fredericton* a quitté Halifax le 22 janvier pour un déploiement de six mois dans le cadre de l'opération Réassurance.

S1/ LA MAT 1 TAYLOR CONGDON

The Royal Canadian Navy has once again sent a Halifax-class frigate to join NATO allies in Europe as part of the maritime component of Operation Reassurance, at a time when the mission is more important than ever.

Speaking in Halifax just after HMCS *Fredericton* left the jetty on January 22, Rear-Admiral Brian Santarpia, Commander of Maritime Forces Atlantic and Joint Task Force Atlantic, noted that the ongoing Russian invasion of Ukraine, which began in early 2022, has altered the dynamic of Op Reassurance.

"Each ship that goes now has to be more ready than they were before that invasion, because the threat is higher," he said.

*Fredericton* will join Standing NATO Maritime Group 2 alongside American, Italian and French counterparts and will mainly operate in the Mediterranean Sea for the next six months.

"They'll be monitoring Russian activity on a daily basis, and they'll also be doing exercises to ensure that we're interoperable with our allies and that we're ready for any crisis or emergency," RAdm Santarpia added.

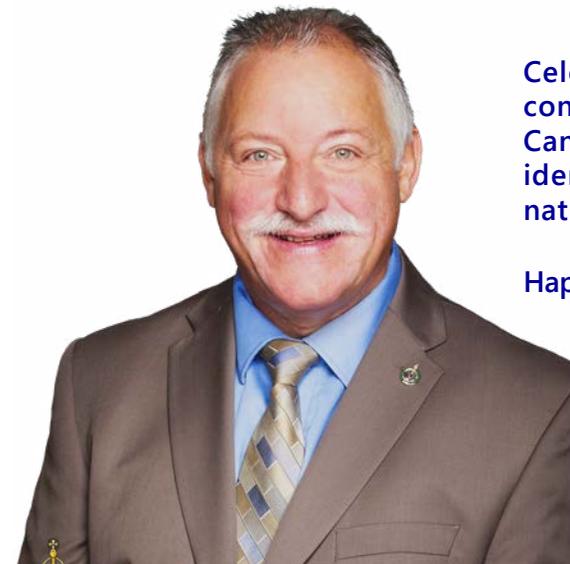
*Fredericton* left Halifax accompanied by HMCS *Montréal*, which is currently conducting workups ahead of a deployment this spring, as well as MV *Asterix*. The three ships will sail together across the Atlantic before *Montréal* and *Asterix* make their way home, along with a small team of fleet staff who are accompanying *Fredericton* for the first leg of the trip.

For the 256 sailors who make up *Fredericton's* ship's company, the departure marks an exciting moment – the beginning of a challenging mission on behalf of Canada – but also comes with the difficulty of leaving family members behind.

"They're proud of the work they'll be doing, but there's no doubt that they're going to miss their family members, it's hard to be away for six months," RAdm Santarpia said. He added there will be extra work done to ensure as many crew members as possible get mid-deployment breaks to either travel home or bring family members to Europe.

Op Reassurance began in 2014 as a response to the Russian annexation of Crimea. As the name suggests, the deployments are meant to reassure NATO that Canada will be there to support its international partners when needed. The mission has also included land and air components, with Canadian Armed Forces personnel deployed to Latvia, Poland, and Romania.

This deployment is the 21st rotation for an RCN frigate on Op Reassurance since the mission began in 2014, and this is the fifth time for HMCS *Fredericton*. Though there are options to extend the deployment past the six-month mark if needed, it's expected that *Fredericton* will return to Halifax in July.



Celebrating the many contributions of Black Canadians to our history, identity and strength as a nation.

Happy Black History Month!

*Darrell*



**DARRELL SAMSON**

Member of Parliament • Député  
Sackville–Preston–Chezzetcook

902-861-2311

Darrell.Samson@parl.gc.ca



# Le NCSM *Frederickton* se joint aux alliés de l'OTAN dans le cadre de l'opération Reassurance

Par Ryan Melanson,  
Équipe du Trident

La Marine royale canadienne a une fois de plus envoyé une frégate de classe Halifax rejoindre les alliés de l'OTAN en Europe dans le cadre de la composante maritime de l'opération Réassurance, à un moment où la mission est plus importante que jamais.

S'exprimant à Halifax juste après que le NCSM *Frederickton* a quitté la jetée le 22 janvier, le contre-amiral Brian Santarpia, commandant des Forces maritimes de l'Atlantique et de la Force opérationnelle interarmées de l'Atlantique, a fait remarquer que l'invasion russe en cours en Ukraine, qui a commencé début 2022, a modifié la dynamique de l'Op Réassurance.

« Chaque navire qui part maintenant doit être plus prêt qu'avant cette invasion, car la menace est plus élevée », a-t-il dit.

Le *Frederickton* rejoindra le 2e Groupe maritime permanent de l'OTAN aux côtés de ses homologues américains, italiens et français et opérera principalement en mer Méditerranée au cours des six prochains mois.

« Ils surveilleront l'activité russe au quotidien et feront également des exercices pour s'assurer que nous sommes interoperables avec nos alliés et que nous sommes prêts à faire face à toute crise ou urgence », ajoute le Cam Santarpia.

Le *Frederickton* a quitté Halifax accompagné du NCSM *Montréal*, qui se prépare actuellement à un déploiement

au printemps, ainsi que du MV *Asterix*. Les trois navires traverseront ensemble l'Atlantique avant que le *Montréal* et l'*Asterix* ne rentrent chez eux, ainsi qu'une petite équipe de personnel de la flotte qui accompagne le *Frederickton* pour la première étape du voyage.

Pour les 256 marins qui composent l'équipage du navire de *Frederickton*, le départ marque un moment excitant - le début d'une mission difficile au nom du Canada - mais s'accompagne aussi de la difficulté de laisser derrière eux les membres de leur famille.

« Ils sont fiers du travail qu'ils vont faire, mais il ne fait aucun doute que les membres de leur famille vont leur manquer, c'est difficile de s'absenter pendant six mois », explique le Cam Santarpia. Il a ajouté qu'il y aura du travail supplémentaire pour s'assurer que le plus grand nombre possible de membres d'équipage obtiennent des pauses à mi-déploiement pour rentrer chez eux ou amener des membres de leur famille en Europe.

L'Op Réassurance a débuté en 2014 en réponse à l'annexion de la Crimée par la Russie. Comme son nom l'indique, les déploiements ont pour but de rassurer l'OTAN sur le fait que le Canada sera là pour soutenir ses partenaires internationaux en cas de besoin. La mission comprend également des composantes terrestres et aériennes, le personnel des Forces armées canadiennes étant déployé en Lettonie, en



Les amis et les membres de la famille se sont rassemblés sur la jetée pour dire au revoir à leurs proches avant le départ.

Friends and family members gathered at the jetty to say goodbye to loved ones prior to the departure.

LA MAT 1/SI TAYLOR CONGDON

Pologne et en Roumanie.

Ce déploiement est la 21e rotation d'une frégate de la MRC dans le cadre de l'Op Réassurance depuis le début de la mission en 2014, et c'est la cinquième fois pour le NCSM *Frederickton*. Bien qu'il existe des options pour prolonger

le déploiement au-delà de la période de six mois si nécessaire, on s'attend à ce que le *Frederickton* retourne à Halifax en juillet.



## Navy League award presented to former *Harry DeWolf* CO / Un prix de la Ligue navale est remis à l'ancien cmdt du *Harry DeWolf*

Earl Corn of the Navy League of Canada presents Cdr Corey Gleason, who recently retired from the RCN after 37 years of service, with the Robert I. Hendy Award at Dockyard HQ on January 19. The award is meant to recognize those who have accomplished feats of national or international significance in the area of maritime affairs. Cdr Gleason was the Commanding Officer of HMCS *Harry DeWolf* for seven years, including during the ship's first major deployment in 2021.

Earl Corn de la Ligue navale du Canada remet au Cdr Corey Gleason, qui a récemment pris sa retraite de la MRC après 37 ans de service, le prix Robert I. Hendy Award au QG de l'arsenal le 19 janvier. Ce prix est destiné à récompenser les personnes qui ont accompli des exploits d'importance nationale ou internationale dans le domaine des affaires maritimes. Le Cdr Gleason a été le commandant du NCSM *Harry DeWolf* pendant sept ans, notamment lors du premier grand déploiement du navire en 2021.

CPL/ LA CPL SARINA KUZMA



# Family Support starts with U...nit Family Reps!

By Angela Duckworth,  
H&R MFRC

Are you passionate about helping military families? The Halifax & Region Military Family Resource Centre (H&R MFRC) is recruiting Unit Family Representatives (UFR) throughout CFB Halifax! A UFR is a CAF member appointed to represent their unit to work closely with the Chain of Command and the H&R MFRC.

The role is a collaborative effort to increase the resiliency of unit members and their families to meet the challenges of military life. There are so many ways in which you can develop skill sets, give back to others, and make a difference to your unit and their families. One UFR describes the role as “a source of information to guide you to the correct path when dealing with immediate family needs.”

Here is what a few other UFRs had to say about why they became a UFR:

- “To better aid members posted to new locations. I have experienced the difficulties myself and informing members of the services and support available is something I take pride in doing.”
- “Because I want to help francophone members that are arriving in an Anglophone environment.”
- “To help unit members support family members during our deployment.”
- “I enjoyed my time as the UFR and would like to believe that I helped members through difficult times when various issues arose.”

## What are the UFR responsibilities?

UFRs can expect to commit anywhere from 1 to 3 hours per month in this role. As ambassadors of the H&R

MFRC, the UFRs raise awareness of the H&R MFRC as a resource for members and families by:

- Attending annual 3-hour UFR training session;
- Referring members to the H&R MFRC for information or support;
- Providing opportunities for the H&R MFRC to offer annual unit briefing;
- Distributing H&R MFRC promotional items at unit events;
- Contributing to the well-being and esprit de corps of the unit; and
- Ongoing promotion of programs and services of the H&R MFRC within the Unit.

## How do I become a UFR?

Check with your unit CO or visit the online UFRs Directory (link below) to

see if there is an assigned UFR within your unit. The Chain of Command will appoint UFRs for their unit, and there can be upwards of 3 UFRs per unit depending upon the unit size. We welcome anyone who is interested to become a UFR.

## Do I need to be married or have a family to become a UFR?

We hear this a lot. We define family as being: The CAF member (Reg Force & Reservist), Veteran, and those they care about: spouse, partner, parents, children, relatives, and anyone they consider family to be. In essence, we all have family!

## Additional Questions?

We can help!

E-mail: [ufr@hrmfrc.ca](mailto:ufr@hrmfrc.ca)

Phone: 902-427-7788

Website: <https://cfmws.ca/halifax/ufr>

# Le soutien aux familles commence par vous : devenez un représentant des familles

Par Angela Duckworth,  
CRFM H&R

Vous avez la passion d'aider les familles des militaires ? Le Centre de ressources pour les familles des militaires Région de Halifax (CRFM H&R) recrute des représentants des familles des unités (RFU) à la BFC Halifax ! Un RFU est un membre des FAC nommé pour représenter son unité et travailler en étroite collaboration avec la chaîne de commandement et le CRFM H&R.

Ce rôle est un effort de collaboration visant à accroître la résilience des membres de l'unité et de leurs familles pour relever les défis de la vie militaire. Il existe de nombreuses façons de développer des compétences, de rendre service aux autres et de faire la différence pour votre unité et ses familles. Un RFU décrit le rôle comme « une source d'information pour vous guider vers la bonne voie lorsque vous traitez des besoins familiaux immédiats. »

Voici ce que d'autres RFU ont dit sur les raisons pour lesquelles ils sont devenus RFU :

- « Pour mieux aider les membres affectés dans de nouveaux lieux. J'ai moi-même connu les difficultés et informer les membres des services et du soutien disponibles est quelque chose que je suis fier de faire. »
- « Parce que je veux aider les membres francophones qui arrivent dans un environnement anglophone. »
- « Pour aider les membres de l'unité à soutenir les membres de leur famille pendant notre déploiement. »
- « J'ai apprécié le temps que j'ai passé en tant que RFU et j'aimerais croire que j'ai aidé les membres à traverser des moments difficiles lorsque divers problèmes se sont présentés. »

## Quelles sont les responsabilités des RFU ?

Les RFU peuvent s'attendre à consacrer entre 1 et 3 heures par mois à ce

rôle. En tant qu'ambassadeurs du RFU, les UFR font connaître le RFU en tant que ressource pour les membres et les familles de différentes manières.

- Assister à la session de formation annuelle de 3 heures du RFU ;
- Référencer les membres au CRFM H&R pour des informations ou du soutien ;
- Donner l'occasion au CRFM H&R d'offrir une séance d'information annuelle à l'unité ;
- Distribuer des articles promotionnels du CRFM H&R lors des événements de l'unité ;
- Contribuer au bien-être et à l'esprit de corps de l'unité ; et
- Promouvoir de façon continue les programmes et services du CRFM H&R au sein de l'unité.

## Comment devenir RFU?

Vérifiez auprès du commandant de votre unité ou consultez l'annuaire des RFU en ligne (lien ci-dessous) pour savoir si un RFU a été désigné au sein

de votre unité. La chaîne de commandement nommera des RFU pour leur unité, et il peut y avoir jusqu'à 3 RFU par unité selon la taille de celle-ci. Nous invitons toute personne intéressée à devenir RFU.

## Dois-je être marié ou avoir une famille pour devenir RFU ?

Nous entendons souvent cette question. Nous définissons la famille comme étant : Le membre des FAC (Force régulière et réserviste), le vétéran, et ceux qu'ils aiment : conjoint, partenaire, parents, enfants, proches, et toute personne qu'ils considèrent comme faisant partie de la famille. En fait, nous avons tous une famille!

## Des questions supplémentaires ?

Nous pouvons vous aider !

Courriel : [ufr@hrmfrc.ca](mailto:ufr@hrmfrc.ca)

Téléphone : 902-427-7788

Site Web : <https://cfmws.ca/halifax/ufr>

**TRIDENT**

[www.tridentnewspaper.com](http://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 Brian Santarpia, 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.melanson@psphalifax.ca](mailto:ryan.melanson@psphalifax.ca)  
902-721-8662

Reporter:  
**Joanie Veitch**  
[joanie.veitch@psphalifax.ca](mailto:joanie.veitch@psphalifax.ca)  
902-721-8624

Editorial Advisor:  
**Margaret Conway**  
[margaret.conway@forces.gc.ca](mailto:margaret.conway@forces.gc.ca)  
902-721-0560

Editorial Advisor:  
**Ariane Guay-Jadah**  
[Ariane.Guay-Jadah@forces.gc.ca](mailto:Ariane.Guay-Jadah@forces.gc.ca)  
902-721-8341

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





# Canada's Naval Reserve celebrates centennial in 2023

By LCdr Paul Pendergast

The Naval Reserve will celebrate a big milestone in 2023, marking 100 years of service to Canada.

There will be commemorative events and activities throughout the year, most of them conducted locally by Canada's 24 Naval Reserve Divisions, located in most major cities nationwide. Some events will also be national in scope.

"It has been an honour to work on this project to commemorate the contributions of our sailors to Canada over the last 100 years," said Chief Petty Officer 1st Class (CPO1) Patty Bouthat, the centennial's project coordinator. "From helping to win the Battle of the Atlantic in the Second World War to coming to the aid of Canadians during natural disasters to deploying with the Royal Canadian Navy across the full spectrum of its operations, naval reservists continue to have a lasting impact on our nation."

Twelve Reserve divisions will celebrate their own centennials this year with local celebrations. Canadians across the country will be able to watch some of the biggest events to take place on September 23, when 4,000 sailors will be on parade in 24 cities across the nation.

The Naval Reserve 50th Anniversary Monument in Ottawa will be restored and rededicated, and the Navy Bike Ride and the Royal Nova Scotia International Tattoo will both have a Naval Reserve Centennial theme. Ottawa's Canadian Tulip Festival will highlight the sacrifice of naval reservists, known as citizen-sailors, from the Royal Canadian Navy Volunteer Reserve (RCNVR) who served in the Second World War.

The beginnings of a Naval Reserve force in Canada was due largely to the efforts of one man, Rear-Admiral (RAdm) Walter Hose, a Royal Navy officer who transferred to the Royal Canadian Navy (RCN). He had served with Royal Navy reservists from Newfoundland during the First World War and was impressed with their seamanship skills. He wanted to establish a Naval Reserve force in Canada to augment the RCN, but he met resistance at all levels.

Finally, on January 31, 1923, after

years of lobbying by RAdm Hose, the Government of Canada authorized the organization of a force to be called the RCNVR.

The formation of a Reserve force was initially seen as a great way for the fledgling RCN to build support across the country. It envisioned the establishment of Naval Reserve Divisions in every major Canadian city, effectively bringing the Navy to Canadians living far from our coastlines.

The RCNVR became the backbone of the RCN, recruiting sailors from across the country. During the Second World War, the RCN needed to expand rapidly. From its modest beginnings of six ocean-going ships and 3,500 sailors of all ranks at the outbreak of the war, it grew into a large and capable fighting force.

By the end of the Second World War, Canada had the third largest navy in the world, with 95,000 men and women in uniform, and 434 commissioned vessels including cruisers, destroyers, frigates, corvettes and auxiliary vessels.

Approximately 77,000 of these were members of the RCNVR or the [Women's Royal Canadian Naval Service](#), the RCN's separate service for women, created to recruit women so that men could go to sea.

In addition to commemorating the past 100 years, the centennial will also recognize the contributions of our current sailors, while looking to the future as well. Today, the Naval Reserve has a strength of 4,100 sailors across 24 divisions from Victoria to St. John's, N.L.

Their mission is to generate trained sailors for Canadian Armed Forces (CAF) operations, both domestically and abroad, while at the same time supporting the Navy's efforts in connecting with Canadians through positive interactions in the community.

Naval reservists are members of the RCN who typically serve on a part-time basis. They are employees, co-workers and students from your community who embody the courage, loyalty and integrity to keep one foot firmly



The Naval Reserve will celebrate a big milestone in 2023, marking 100 years of service to Canada.

HMCS YORK

planted in a civilian career and the other training and preparing to protect Canadians at home and abroad.

Naval reservists have deployed on operations at sea and on land around the world, from counter-narcotics missions in the Caribbean and Pacific Oceans to sovereignty patrols in the Arctic.

They have also responded when called upon to support provincial and local authorities in domestic operations including support to flooding in Manitoba, Alberta, Ontario and Quebec; forest fires in British Columbia; and hurricanes in Nova Scotia and Newfoundland; as well as helping to care for seniors in Ontario and Quebec

during the early days of the COVID-19 pandemic.

For 100 years, the Naval Reserve has played a critical role in Canada's safety and security as a vital element of the RCN and CAF, and the Naval Reserve plans to celebrate their history in style. Planning has been under way for two years, with a project team directed by Captain (Navy) Beth Vallis, along with Lieutenant-Commander David Arsenault as project manager and CPO1 Bouthat.

During 2023, join us in celebrating the Naval Reserve Centennial and the proud place naval reservists hold in our nation's military history and heritage.



**The War Amps**

The Key Tag Service protects your keys and supports essential programs for amputees.



**Order key tags online – free.**

1 800 250-3030 • waramps.ca





# La Réserve navale du Canada fête son centenaire en 2023

Par le capc Paul Pendergast

La Réserve navale célébrera un jalon important en 2023, soit ses 100 ans de service au Canada.

Des activités commémoratives auront lieu tout au long de l'année, la plupart d'entre elles seront organisées localement par les 24 divisions de la Réserve navale du Canada, lesquelles sont situées dans la plupart des grandes villes du pays. Certaines activités auront également une portée nationale.

« Ce fut un honneur de travailler à ce projet visant à commémorer les contributions de nos marins au Canada au cours des 100 dernières années. Qu'il s'agisse de contribuer à la victoire dans la bataille de l'Atlantique pendant la Seconde Guerre mondiale, de venir en aide à la population canadienne pendant les catastrophes naturelles ou de se déployer avec la Marine royale canadienne dans le cadre de l'ensemble de ses opérations, les réservistes de la Marine continuent de jouer un rôle déterminant dans notre pays », a déclaré la première maître de 1re classe (pm 1) Patty Bouthat, coordonnatrice du projet du centenaire.

Douze divisions de la Réserve célébreront leur propre centenaire cette année en organisant des activités locales. La population canadienne pourra assister à certaines des plus importantes célébrations qui auront lieu le 23 septembre, lorsque 4000 marins défilent dans 24 villes du pays.

Le Monument du 50e anniversaire de la Réserve navale à Ottawa sera restauré et inauguré de nouveau. Le Défi-vélo de la Marine et le Tattoo international de la Nouvelle-Écosse auront tous deux pour thème le centenaire de la Réserve navale. Le Festival canadien des

tulipes qui a lieu à Ottawa soulignera le sacrifice des réservistes de la Marine, connus sous le nom de marins-citoyens, qui ont servi dans la Réserve de volontaires de la Marine royale du Canada (RVMRC) pendant la Seconde Guerre mondiale.

La naissance de la Réserve navale au Canada est largement le fruit des efforts d'un seul homme, le contre-amiral (cam) Walter Hose, un officier de la Royal Navy qui est passé à la Marine royale canadienne (MRC). Il avait servi avec des réservistes de la Royal Navy de Terre-Neuve pendant la Première Guerre mondiale et avait été impressionné par leurs compétences en matelotage. Lorsqu'il a voulu établir une force de réserve navale au Canada pour renforcer la MRC, il s'est heurté à une résistance à tous les niveaux.

Enfin, le 31 janvier 1923, après des années de pressions exercées par le Cam Hose, le gouvernement du Canada a autorisé la création d'une force qui s'appellerait la RVMRC.

La formation d'une force de réserve a d'abord été perçue comme un excellent moyen pour la jeune MRC d'obtenir un soutien dans tout le pays. Il était prévu de mettre sur pied des divisions de la Réserve navale dans toutes les grandes villes canadiennes, ce qui aurait pour effet de rapprocher la Marine de la population canadienne vivant loin de nos côtes.

La RVMRC est devenue la pierre angulaire de la MRC et recrutait des marins dans tout le pays. Pendant la Seconde Guerre mondiale, la MRC a dû prendre rapidement de l'expansion. De ses débuts modestes comme Marine comptant six navires océaniques et

3500 marins de tous les grades au début de la guerre, elle est devenue une force de combat importante et compétente.

À la fin de la Seconde Guerre mondiale, le Canada possédait la troisième Marine en importance au monde, composée de 95 000 hommes et femmes en uniforme et de 434 navires mis en service, dont des croiseurs, des destroyers, des frégates, des corvettes et des navires auxiliaires.

Environ 77 000 de ces hommes et femmes faisaient partie de la RVMRC ou du Service féminin de la Marine royale du Canada, le service de la MRC réservé aux femmes et créé pour recruter des femmes afin que les hommes puissent prendre la mer.

En plus de célébrer les 100 dernières années, le centenaire permettra également de souligner les contributions de nos marins actuels et d'imaginer l'avenir. Aujourd'hui, la Réserve navale compte 4 100 marins répartis dans 24 divisions, de Victoria à St. John's (T.-N.-L.).

Sa mission est de former des marins qualifiés pour participer aux opérations des Forces armées canadiennes (FAC), tant au pays qu'à l'étranger, tout en soutenant les efforts de la Marine visant à établir des liens avec la population canadienne par des échanges positifs au sein des communautés.

Les réservistes de la Marine font partie des Forces armées canadiennes et servent généralement à temps partiel. Ce sont des employés, des collègues et des étudiants de votre collectivité qui incarnent le courage, la loyauté et l'intégrité nécessaires pour maintenir un pied fermement ancré dans une carrière

civile et l'autre dans l'entraînement et la préparation pour protéger le peuple canadien au pays et à l'étranger.

Les réservistes de la Marine ont participé à des opérations en mer et sur terre dans le monde entier, notamment à des missions antidrogue dans les Caraïbes et le Pacifique et à des patrouilles de souveraineté dans l'Arctique.

Ils sont aussi intervenus lorsqu'on leur a demandé de soutenir les autorités provinciales et locales dans le cadre d'opérations nationales, notamment lors des inondations au Manitoba, en Alberta, en Ontario et au Québec, des feux de forêt en Colombie-Britannique et des ouragans en Nouvelle-Écosse et à Terre-Neuve. Ils ont aussi prêté main-forte aux personnes âgées en Ontario et au Québec pendant les premiers jours de la pandémie de covid-19.

Depuis 100 ans, la Réserve navale joue un rôle essentiel dans la sécurité du Canada en tant qu'élément fondamental de la MRC et des FAC, et la Réserve navale prévoit célébrer son histoire avec style. La planification est en cours depuis deux ans, avec une équipe de projet dirigée par la capitaine de vaisseau Beth Vallis, assistée du capitaine de corvette David Arsenault comme gestionnaire de projet et du premier maître de 1re classe (pm 1) Bouthat.

En 2023, joignez-vous à nous pour célébrer le centenaire de la Réserve navale et la place que les réservistes de la Marine occupent fièrement dans l'histoire et le patrimoine militaires de notre pays.



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



La Réserve navale célébrera un jalon important en 2023, soit ses 100 ans de service au Canada.



## DND Psychologists serving CAF Members

By Colin DeFreitas, PhD, RPsych  
Canadian Forces Health Services Centre (Atlantic)

February is National Psychology Month. It is therefore a great opportunity to define the typical occupational responsibilities of psychologists, while also highlighting the role and contributions of DND psychologists serving CAF members in MARLANT.

Psychologists' primary roles are to provide assessment, consultation, and counselling/therapy services. They can diagnose and treat mental illnesses, and often work in collaboration with psychiatrists, family physicians, mental health nurses, social workers, addiction counsellors, case managers, and chaplains.

According to the Canadian Psychological Association (CPA), a Psychologist "studies how we think, feel and behave from a scientific viewpoint and applies this knowledge to help people understand, explain and change their behaviour." ([www.cpa.ca](http://www.cpa.ca)). Psychologists may specialize in certain areas; for example, mood disorders, anxiety disorders, personality disorders, eating disorders, addictions, developmental disorders, and posttraumatic stress disorder (PTSD). They work in clinical settings, research and/or education.

Psychologists have extensive training in the variety of empirical treatment methods. The methods they employ will depend on the particular circumstances of the patient they are working with. Treatment is significantly more than just "talk"! For example, one method is specifically designed to assist patients in increasing their motivation. Another method involves changing negative patterns of thinking and behaviour. Yet another example is a method that focuses on changing behaviours to better match the patient's values and beliefs. Several of the psychologists here at Canadian Forces Health Services Centre (Atlan-

tic) also have additional training in highly specialized treatment methods, such as Eye Movement Desensitization and Reprocessing (EMDR) therapy and Dialectical Behavior Therapy (DBT).

Canadian Forces Health Services Centre (Atlantic) (CF H Svcs C (A)) employs 8 psychologists in Mental Health Services. In general, CAF members in MARLANT have more timely access to Psychology services than the general civilian population. At a ratio of approximately one Psychologist for every 1700 members, MARLANT has nearly double the number of psychologists compared to what is available to the general civilian population of Nova Scotia. This means that CAF members have relatively fast access to psychologists, with wait times shorter than they are for the general civilian population.

All of our psychologists are registered with the Nova Scotia Board of Examiners in Psychology (NSBEP) [www.nsbep.org](http://www.nsbep.org), whose mandate is to protect the public by ensuring that providers are properly trained and qualified. For more information about psychologists, consult NSBEP, the Association of Psychologists of Nova Scotia (APNS) [www.apns.ca](http://www.apns.ca) and/or the Canadian Psychological Association (CPA) [www.cpa.ca](http://www.cpa.ca).

To learn more about mental health services provided by psychologists at CFB Halifax, please contact your primary health care provider.

As part of Psychology Month, the Mental Health team has organized a display table on the 4th floor of the CF Health Services Centre at Stadacona just outside the elevator. At the display you can read about mental health and available resources.

For more information about Psychology Month, visit [www.apns.ca](http://www.apns.ca) or [www.cpa.ca/psychologymonth/](http://www.cpa.ca/psychologymonth/)

## Psychologues du MDN au service des membres du FAC

Par Colin DeFreitas, psychologue agréé  
Centre des Services de santé des Forces canadiennes (Atlantique)

Février est le mois national de la psychologie. C'est donc une excellente occasion de définir les responsabilités professionnelles typiques des psychologues, tout en soulignant le rôle et les contributions des psychologues du MDN qui servent les membres des FAC dans les FMAR(A).

Le rôle principal des psychologues est de fournir des services d'évaluation, de consultation et de conseil/thérapie. Ils peuvent diagnostiquer et traiter les maladies mentales et travaillent souvent en collaboration avec des psychiatres, des médecins de famille, des infirmiers en santé mentale, des travailleurs sociaux, des conseillers en toxicomanie, des gestionnaires de cas et des aumôniers.

Selon la Société canadienne de psychologie (SCP), un psychologue "étudie comment nous pensons, ressentons et nous comportons d'un point de vue scientifique et applique ces connaissances pour aider les gens à comprendre, expliquer et modifier leur comportement." ([www.cpa.ca/fr/](http://www.cpa.ca/fr/)). Les psychologues peuvent se spécialiser dans certains domaines ; par exemple, les troubles de l'humeur, les troubles anxieux, les troubles de la personnalité, les troubles de l'alimentation, les dépendances, les troubles du développement et le syndrome de stress post-traumatique (SSPT). Ils travaillent en milieu clinique, dans la recherche et/ou l'enseignement.

Les psychologues ont reçu une formation approfondie sur les diverses méthodes de traitement empiriques. Les méthodes qu'ils emploient dépendent des circonstances particulières du patient avec lequel ils travaillent. Le traitement est bien plus qu'un simple « discours » ! Par exemple, une méthode est spécifiquement conçue pour aider les patients à accroître leur motivation. Une autre méthode consiste à modifier les schémas de pensée et de comportement négatifs. Un autre exemple encore est une méthode qui se concentre sur le changement des comportements pour mieux correspondre aux valeurs et aux croyances du patient. Plusieurs des

psychologues du Centre des services de santé des Forces canadiennes (Atlantique) ont également suivi une formation supplémentaire sur des méthodes de traitement hautement spécialisées, comme la thérapie de désensibilisation et de retraitement par les mouvements oculaires et la thérapie comportementale dialectique.

Le Centre des Services de Santé des Forces Canadiennes (Atlantique) emploie 8 psychologues dans les services de santé mentale. En général, les membres des FAC des FMAR(A) ont accès plus rapidement aux services de psychologie que la population civile en général. Avec un ratio d'environ un psychologue pour 1700 membres, les FMAR(A) ont presque le double de psychologues par rapport à ce qui est disponible pour la population civile générale de la Nouvelle-Écosse. Cela signifie que les membres des FAC ont un accès relativement rapide aux psychologues, les temps d'attente étant plus courts que pour la population civile générale.

Tous nos psychologues sont enregistrés auprès du Nova Scotia Board of Examiners in Psychology ([www.nsbep.org](http://www.nsbep.org)), dont le mandat est de protéger le public en s'assurant que les prestataires sont correctement formés et qualifiés. Pour plus d'information sur les psychologues, consultez [www.nsbep.org](http://www.nsbep.org), [www.apns.ca](http://www.apns.ca) et/ou la Société canadienne de psychologie (SCP) [www.cpa.ca/fr/](http://www.cpa.ca/fr/).

Pour en savoir plus sur les services de santé mentale offerts par les psychologues de la BFC Halifax, veuillez communiquer avec votre fournisseur de soins de santé primaires.

Dans le cadre du Mois de la psychologie, l'équipe de santé mentale a organisé une table d'exposition au 4e étage du Centre des Services de santé à Stadacona, juste à l'extérieur de l'ascenseur. À ce kiosque, vous pouvez vous renseigner sur la santé mentale et les ressources disponibles.

Pour de plus amples renseignements sur le Mois de la psychologie, visitez le site [www.cpa.ca/fr/psychologymonth/](http://www.cpa.ca/fr/psychologymonth/).



CANADIAN FORCES HEALTH SERVICES CENTRE (ATLANTIC) /  
CENTRE DES SERVICES DE SANTÉ DES FORCES CANADIENNES (ATLANTIQUE)



The Storage Professionals

**STORAGE INN**  
SELF STORAGE



**DISCOUNT  
FOR MILITARY  
MEMBERS!**

**902-446-2727**

[www.storageinn.ca](http://www.storageinn.ca)



# Learning from the past: The future HMCS *William Hall*

By Joanie Veitch,  
Trident Staff

As the Royal Canadian Navy gets ready to welcome the future HMCS *William Hall*, the fourth Arctic and Off-shore Patrol Ship (AOPS), to the fleet, Sergeant Phillip Safire, one of *Hall's* living relatives and a military member himself, reflects on the long arc of history and how learning about lesser known stories from the past can play a key role in shaping our future.

"I grew up hearing family stories about William Hall, but I never heard anything about him outside the family — in school, or even when I joined the military. As I got older, the more I looked into it I realized that this is a phenomenal story, one that needs to be known and understood," said Sgt Safire.

An Intelligence Operator with 36 Canadian Brigade Group (CBG), part of 5 Canadian Division, Sgt Safire joined the Canadian Armed Forces in 2003 and is the great, great, great nephew of Chief Petty Officer First Class (CPO1) William Hall.

A Canadian naval hero, Hall was awarded the Victoria Cross for his actions at the Relief of Lucknow, in British-ruled India in 1857. When he received the decoration, on October 28, 1859, CPO1 Hall became the first Black person in the British Empire, the first Canadian sailor and the first Nova Scotian to earn the prestigious medal.

William Hall was born on April 25, 1829 near Horton's Bluff, Nova Scotia. His parents — Jacob and Lucinda Hall — were emancipated slaves who came to Nova Scotia on a British naval frigate during the War of 1812.

At just 15 years of age, the young William Hall left Nova Scotia to go to sea, serving a short stint in the United States Navy from 1847 to 1849, before joining the Royal Navy in 1852.

"As a young Black man, at that time, there were very few opportunities besides manual labour for him. There would have been nothing else where he could have fulfilled his potential as he was able to do in the military."

Along with a sense of adventure, Hall may have also been feeling a sense of debt to the British for his family's freedom when joined the British Navy, Sgt Safire added.

In 1857, when the mutiny broke out in India, then Able-Seaman Hall was a crew member serving in Her Majesty's Ship (HMS) *Shannon* and part of the naval brigade brought in to fight the

rebellion. On November 16, 1857, as the casualties mounted, Able-Seaman Hall and Lieutenant Thomas James Young were the only two survivors of the naval gun crew, firing until they breached the rebels' fortification, clearing the way for British troops to enter in what is now known as the Battle of Lucknow.

Eventually promoted to the rank of Quartermaster, the equivalent of today's Chief Petty Officer First Class, CPO1 Hall retired from the Royal Navy on June 10, 1876. Despite being offered a position at Whitehall in London, he opted to return home to Nova Scotia, to rural living and the family farm.

"To give up such a high-visibility position, one that would have offered him access to power... to me, that speaks to the man's character, to his humility," said Sgt Safire. "He had served his country with distinction and honour, but now he wanted a simpler life."

Celebrated for his accomplishments by his family, Hall received no accolades upon his return to Nova Scotia, except for a brief recognition in 1901, when the Duke of Cornwall and York (later King George V) visited Nova Scotia and Hall stood in a parade with other veterans, wearing his Victoria Cross and other service medals.

Three years later, when Hall died on April 25, 1904, he was buried in an unmarked grave without military honours.

"His family was proud of his service and his military record but there was no public recognition; he died in obscurity, his story unknown," said Sgt Safire, adding that he also died in poverty, forcing his family to sell his medals to settle his debts.

Recognition of Hall's efforts came slowly. In 1945, his remains were reinterred in the vicinity of the grounds of the Hantsport Baptist church (until the late 1960s many cemeteries segregated Black people off the main grounds), and in 1947 a commemorative cairn was erected in his honour.

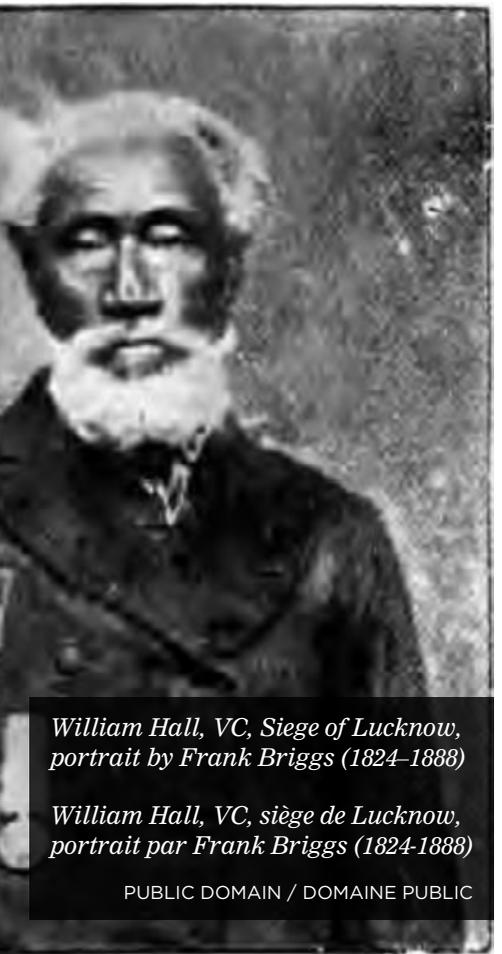
His medals were returned to Canada from England to be shown at Expo '67 in Montreal, and in 2010 a commemorative stamp was issued with an illustration of CPO1 Hall wearing his military medals.

In 2015, when the RCN announced the fourth AOPS would be named for CPO1 Hall, his extended family of living relatives released a statement, saying the honour "will certainly bring his

incredible story to light — one of extraordinary bravery, perseverance and devotion to duty in the face of nearly unbelievable odds."

A member of the Defence Visible Minority Advisory group, Sgt Safire said stories such as Hall's help to shift people's understanding of our shared history, and the importance of diversity and inclusion efforts going forward.

"People have to reflect on the biases and prejudices of the past, and really look at their own biases and prejudices. We all should do that," said Sgt Safire. "Hearing stories like that of William Hall is important. To learn about what



*William Hall, VC, Siege of Lucknow, portrait by Frank Briggs (1824-1888)*

*William Hall, VC, siège de Lucknow, portrait par Frank Briggs (1824-1888)*

PUBLIC DOMAIN / DOMAINE PUBLIC

he did — facing the challenges he must have faced — these are the stories we need to acknowledge, not just here in the military, but Canadian society as a whole."

The future HMCS *William Hall* launched from its floating drydock on November 27, 2022 and is expected to be delivered to the RCN later this year.



*Sgt Phillip Safire, an Intelligence Officer with 36 Canadian Brigade Group, stands beside the hull of the future HMCS William Hall at Irving Shipbuilding's Halifax shipyard.*

*Le Sgt Phillip Safire, un officier de renseignement du 36e Groupe-brigade du Canada, se tient à côté de la coque du futur NCSM William Hall au chantier naval d'Irving Shipbuilding à Halifax.*



# Apprendre du passé : Le futur NCSM *William Hall*

Par Joanie Veitch,  
Équipe du Trident

Alors que la Marine royale canadienne se prépare à accueillir le futur NCSM William Hall, le quatrième navire de patrouille extracôtier et arctique (NPEA), au sein de la flotte, le Sergent Phillip Safire, l'un des parents vivants de William Hall et lui-même militaire, réfléchit au long arc de l'histoire et à la façon dont l'apprentissage d'histoires moins connues du passé peut jouer un rôle clé dans l'élaboration de notre avenir.

« J'ai grandi en entendant des histoires familiales sur William Hall, mais je n'ai jamais entendu parler de lui en dehors de la famille - à l'école, ou même lorsque j'ai rejoint l'armée. En vieillissant, plus je me suis penché sur la question, plus j'ai réalisé qu'il s'agissait d'une histoire phénoménale, qui doit être connue et comprise », a déclaré le Sgt Safire.

Opérateur de renseignement au sein du 36e Groupe-brigade du Canada (GBC) de la 5e Division canadienne, le Sgt Safire s'est joint aux Forces armées canadiennes en 2003. Il est l'arrière-arrière-petit-neveu du Premier maître de 1re classe (Pm 1) William Hall.

Héros de la marine canadienne, Hall a été décoré de la Croix de Victoria pour ses actions lors de la relève de Lucknow, dans l'Inde sous domination britannique, en 1857. Lorsqu'il a reçu cette décoration, le 28 octobre 1859, le Pm 1 Hall est devenu le premier Noir de l'Empire britannique, le premier marin canadien et le premier Néo-Écossais à mériter cette prestigieuse médaille.

William Hall est né le 25 avril 1829 près de Horton's Bluff, en Nou-

velle-Écosse. Ses parents - Jacob et Lucinda Hall - étaient des esclaves émancipés qui sont arrivés en Nouvelle-Écosse sur une frégate de la marine britannique pendant la guerre de 1812.

À tout juste 15 ans, le jeune William Hall a quitté la Nouvelle-Écosse pour prendre la mer, servant brièvement dans la marine américaine de 1847 à 1849, avant de s'engager dans la Royal Navy en 1852.

« En tant que jeune homme noir, à cette époque, il y avait très peu d'opportunités en dehors du travail manuel pour lui. Il n'y avait rien d'autre où il aurait pu réaliser son potentiel comme il a pu le faire dans l'armée ».

Outre le sens de l'aventure, Hall a peut-être aussi ressenti un sentiment de dette envers les Britanniques pour la liberté de sa famille lorsqu'il s'est engagé dans la marine britannique, ajoute le sergent Safire.

En 1857, lorsque la mutinerie a éclaté en Inde, le matelot Hall était membre de l'équipage du navire de Sa Majesté (HMS) Shannon et faisait partie de la brigade navale chargée de combattre la rébellion. Le 16 novembre 1857, alors que les pertes s'accumulaient, le matelot Hall et le lieutenant Thomas James Young étaient les deux seuls survivants de l'équipe de tir de la marine, tirant jusqu'à ce qu'ils ouvrent une brèche dans la fortification des rebelles, ouvrant la voie aux troupes britanniques dans ce qui est maintenant connu comme la bataille de Lucknow.

Promu au rang de quartier-maître, l'équivalent de l'actuel premier maître de première classe, le premier maître

Hall a pris sa retraite de la Royal Navy le 10 juin 1876. Bien qu'on lui ait offert un poste à Whitehall, à Londres, il a choisi de retourner en Nouvelle-Écosse, à la vie rurale et à la ferme familiale.

« Renoncer à un poste aussi visible, qui lui aurait offert un accès au pouvoir... pour moi, cela témoigne du caractère de cet homme, de son humilité », a déclaré le sergent Safire. « Il avait servi son pays avec distinction et honneur, mais maintenant il voulait une vie plus simple. »

Célébré par sa famille pour ses réalisations, Hall n'a reçu aucune accolade à son retour en Nouvelle-Écosse, à l'exception d'une brève reconnaissance en 1901, lorsque le duc de Cornwall et de York (plus tard le roi George V) a visité la Nouvelle-Écosse et que Hall a participé à un défilé avec d'autres anciens combattants, portant sa Croix de Victoria et d'autres médailles de service.

Trois ans plus tard, lorsque Hall est décédé le 25 avril 1904, il a été enterré dans une tombe non marquée, sans honneurs militaires.

« Sa famille était fière de son service et de son dossier militaire, mais il n'y a eu aucune reconnaissance publique ; il est mort dans l'obscurité, son histoire étant inconnue », a déclaré le sergent Safire, ajoutant qu'il est également mort dans la pauvreté, obligeant sa famille à vendre ses médailles pour régler ses dettes.

La reconnaissance des efforts de Hall s'est faite lentement. En 1945, sa dépouille est ré-inhumée à proximité du terrain de l'église baptiste de Hantsport (jusqu'à la fin des années 1960, de nombreux cimetières séparaient les Noirs

des terrains principaux), et en 1947, un cairn commémoratif est érigé en son honneur.

Ses médailles ont été ramenées d'Angleterre au Canada pour être exposées à l'Expo 67 à Montréal, et en 2010, un timbre commémoratif a été émis avec une illustration du Pm 1 Hall portant ses médailles militaires.

En 2015, lorsque la MRC a annoncé que le quatrième NPEA serait nommé pour le Pm 1 Hall, sa famille élargie de parents vivants a publié une déclaration, disant que l'honneur « mettra certainement en lumière son histoire incroyable - une histoire de bravoure extraordinaire, de persévérance et de dévouement au devoir face à des chances presque incroyables. »

Membre du groupe consultatif sur les minorités visibles de la Défense, le Sgt Safire a déclaré que des histoires telles que celle de Hall aident à faire comprendre aux gens notre histoire commune et l'importance des efforts de diversité et d'inclusion à l'avenir.

« Les gens doivent réfléchir aux partis pris et aux préjugés du passé, et examiner leurs propres partis pris et préjugés. Nous devrions tous le faire », a déclaré le sergent Safire. « Il est important d'entendre des histoires comme celle de William Hall. Apprendre ce qu'il a fait - faire face aux défis qu'il a dû affronter - ce sont les histoires que nous devons reconnaître, pas seulement ici dans l'armée, mais dans la société canadienne dans son ensemble. »

Le futur NCSM William Hall a quitté sa cale sèche flottante le 27 novembre 2022 et devrait être livré à la MRC plus tard cette année.



## African Nova Scotian flag-raising / Levée du drapeau des Afro-Néo-Écossais

*On February 1, CFB Halifax raised the African Nova Scotian flag in honour of both African Heritage Month and Black History Month. Thank you to all those who attended and who took the time to reflect and honour the remarkable Black Canadians who have been catalysts for change throughout history, advancing equality and inclusion, and helping to build a better country for everyone. The African Nova Scotian flag will be raised at CFB Halifax throughout the month of February. All Defence Team members are encouraged to recognize and celebrate the contributions of Black Canadians not only in February, but year-round.*

*Ce matin, le drapeau des Afro-Néo-Écossais a été hissé à la BFC Halifax pour souligner le Mois du patrimoine africain et le Mois de l'histoire des Noirs. Merci à tous ceux qui étaient présents qui ont pris le temps de se rappeler et d'honorer les remarquables Canadiens noirs qui ont été des catalyseurs de changement tout au long de l'histoire, en faisant progresser l'égalité et l'inclusion, et en contribuant à bâtir un meilleur pays pour tous. Le drapeau des Afro-Néo-Écossais sera hissé à la BFC Halifax tout au long du mois de février. Tous les membres de l'Équipe de la Défense sont encouragés à reconnaître et à célébrer les contributions des Canadiens noirs, non seulement en février, mais à longueur d'année.*



**WHY PAY MORE? BOGO IS BACK!**

**BUY ONE  
HEARING AID  
AND GET ONE** **50%  
OFF**

**INCLUDING  
THE NEWEST  
RECHARGEABLE  
TECHNOLOGY!**



 **hear right canada**

**(902) 406-2413**

**LOCATIONS IN DARTMOUTH & MUSQUODOBOIT HARBOUR, NS  
TRUSTED AUDIOLOGISTS & LOCAL CO-OWNERS**



# Bell Let's Talk Day at CFB Halifax / La Journée Bell Cause pour la cause à la BFC Halifax



Here are some great photos of our local Defence Team showing their love for mental health on Bell Let's Talk Day! By learning and talking about mental health, we can support ourselves and others living with mental illness, while helping to reduce stigma around mental health. Today and every day, let's remember to show our support for all those who live with mental illness and to take care of ourselves and others. Many thanks to Defence Team members from various units who submitted photos this year. Please remember that specialized mental health resources exist to support you and your family, 24/7, 365 days a year. For CAF members, the Member Assistance Program (1-800-268-7708) and Family Information Line (1-800-866-4546) are available 24/7. You can connect with a local Chaplain by calling 902-721-8660 (weekdays) and 902-427-7788 (evenings and weekends) or book an appointment with the mental health unit at the Base clinic at 902-721-8012. For DND members, the Employee Assistance Program (1-800-268-7708 or 1-800-567-5803 \*TTY- for people with hearing impairments) is available 24/7.

Voici quelques-unes des très belles photos de notre Équipe de la Défense locale montrant son intérêt pour la santé mentale lors de la Journée Bell Cause pour la cause! En comprenant la santé mentale et en en parlant, nous pouvons nous aider nous-mêmes et aider les personnes aux prises avec une maladie mentale, tout en contribuant à réduire la stigmatisation entourant la santé mentale. Aujourd'hui et tous les jours, n'oublions pas de témoigner notre appui à tous ceux qui ont des problèmes de santé mentale et de prendre soin de nous et des autres. Un grand merci aux membres de l'Équipe de la Défense de différentes unités qui ont envoyé des photos cette année. Veuillez ne pas oublier qu'il existe des ressources de santé mentale spécialisées pour vous soutenir, vous et votre famille, 24 heures sur 24, 7 jours sur 7, et 365 jours sur 365. Pour les membres des FAC, le Programme d'aide aux membres (1-800-268-7708) et la Ligne d'information pour les familles (1-800-866-4546) sont offerts 24 heures sur 24, et 7 jours sur 7.

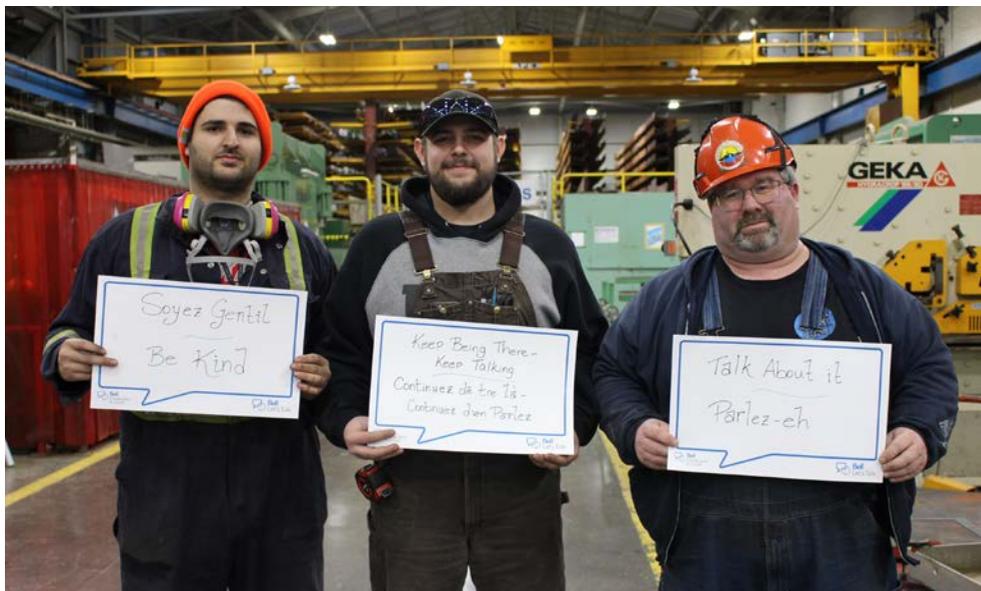
SUBMITTED/SOUMIS



SUBMITTED / SOUMIS



SUBMITTED / SOUMIS



SUBMITTED / SOUMIS



**The Largest RCN Museum in Canada!**

**FREE ENTRY FOR CAF AND VETERANS**



**Naval Museum of Alberta**  
at The Military Museums 4520 Crowchild Trail SW, Calgary, AB  
🕒 Open Daily 0900 to 1700 🕒  
Virtual Tour: [ValorCanada.ca/vr/NavalMuseumofAlberta](http://ValorCanada.ca/vr/NavalMuseumofAlberta)



# SPORTS & FITNESS



# CFB Halifax back to winning ways at CAF Basketball regionals

By Ryan Melanson,  
Trident Staff

After nearly three years of waiting, the CFB Halifax men's basketball team has finally retaken the title of CAF Atlantic Region Basketball champions. The Mariners took down teams from 12 Wing Shearwater, 14 Wing Greenwood, and their rivals from 5 CDSB Gagetown to win gold at the 2023 Regional Championship tournament, held from January 24-27 at the Shearwater Fitness and Sports Centre.

There was plenty of pressure on the Halifax squad to win gold after being defeated in the finals by Gagetown in 2020, the last time regionals were held. The loss broke an impressive 17-year gold streak for the team under coach Kevin Miller, a Fitness and Sports Coordinator with PSP Halifax.

Captain Nic Leger, Halifax's team captain and winner of five previous regional titles, said that pressure provided extra motivation, leading to a lossless record through the week. The Mariners claimed victories against Shearwater (66-24), Gagetown (73-59) and Greenwood (76-29) in the round robin, and again defeated Shearwater 74-37 in the semifinals.

"It was great to see everybody step and commit to their roles. We really came together as a group and everyone had a part to play," Capt Leger added.

The championship game, once again against Gagetown, was far from a blow-out. The visitors were up by 12 points at halftime before Halifax rallied in the third and fourth quarters, shutting down their opponents and ending with a 79-68 victory.

"They couldn't miss in the first half and their defense was causing us all kinds of problems," Capt Leger said.

"It felt so good because our team stuck together, stayed positive, weathered the storm in the first half and then played suffocating team defense in the second half, forcing turnovers and getting us extra shots."

The Halifax team is now slated to represent the Atlantic region at the CAF National Basketball Championship

later this year. The last time a national CAF basketball tournament was held was in 2019.

Post game medals and awards, including the MVP trophy to Capt Leger, were awarded by Chief Warrant Officer Jason Dunfield and Atlantic Region Sports Manager Jason Price, who shouted out all those who worked hard

to make the week run smoothly after the long break between tournaments due to the COVID-19 pandemic.

"It's nice to have the tournament back and to see some fierce battles on the court. I'm just glad everybody was able to be here, and our staff did a great job putting the tournament together," Price said.



*The CFB Halifax Mariners won gold at the CAF Atlantic Regional Basketball Championship, defeating the Gagetown Warriors 79-68 in the final game.*

*Les Mariners de la BFC Halifax ont remporté l'or au Championnat régional de basket-ball de la CAF dans la région de l'Atlantique, en battant les Warriors de Gagetown 79 à 68 dans le match final.*



# La BFC Halifax renoue avec la victoire aux championnats régionaux de basket-ball de la CAF

Par Ryan Melanson,  
L'équipe du Trident

Après presque trois ans d'attente, l'équipe masculine de basket-ball de la BFC Halifax a finalement repris le titre de champions de basket-ball de la région Atlantique de la CAF. Les Mariners ont battu les équipes de la 12e Escadre Shearwater, de la 14e Escadre Greenwood et leurs rivaux de la 5 Div CA Gagetown pour remporter l'or au tournoi du championnat régional de 2023, qui s'est déroulé du 24 au 27 janvier au Centre de conditionnement physique et de sports Shearwater.

La pression était grande sur l'équipe d'Halifax pour remporter l'or après avoir été battue en finale par Gagetown en 2020, la dernière fois que les régionales ont eu lieu. Cette défaite a mis fin à une impressionnante série de 17 années de victoires pour l'équipe de l'entraîneur Kevin Miller, coordonnateur du conditionnement physique et des sports des PSP Halifax.

Le capitaine Nic Leger, capitaine de l'équipe d'Halifax et vainqueur de cinq titres régionaux précédents, a déclaré que la pression a fourni une motivation supplémentaire, ce qui a conduit à une fiche sans défaite tout au long de la

semaine. Les Mariners ont remporté des victoires contre Shearwater (66-24), Gagetown (73-59) et Greenwood (76-29) dans le tournoi à la ronde, et ont de nouveau battu Shearwater 74-37 en demi-finale.

« C'était formidable de voir tout le monde s'engager dans son rôle. Nous nous sommes vraiment rassemblés en tant que groupe et chacun avait un rôle à jouer », a ajouté le Capt Léger.

Le match de championnat, encore une fois contre Gagetown, était loin d'être une partie de plaisir. Les visiteurs menaient de 12 points à la mi-temps avant que Halifax ne se ressaisisse au cours des troisième et quatrième quarts, écrasant leurs adversaires et terminant par une victoire de 79-68.

« Ils ne pouvaient pas rater en première mi-temps et leur défense nous causait toutes sortes de problèmes », a déclaré le Capt Léger.

« Nous nous sommes sentis tellement bien parce que notre équipe s'est serrée les coudes, est restée positive, a résisté à la tempête en première mi-temps, puis a joué une défense d'équipe étouff-

fante en deuxième mi-temps, en forçant les revirements et en nous permettant de faire des tirs supplémentaires. »

L'équipe d'Halifax doit maintenant représenter la région Atlantique au championnat national de basket-ball de la CAF plus tard cette année. La dernière fois qu'un tournoi national de basket-ball de la CAF a été organisé, c'était en 2019.

Les médailles et les récompenses d'après-match, dont le trophée du joueur le plus utile au Capt Leger, ont été remises par l'adjudant-chef Jason Dunfield et le gestionnaire des sports de la région de l'Atlantique Jason Price, qui ont félicité tous ceux qui ont travaillé dur pour que la semaine se déroule sans accroc après la longue pause entre les tournois due à la pandémie de COVID-19.

« C'est agréable de retrouver ce tournoi et de voir des batailles acharnées sur le terrain. Je suis heu-



Le capitaine de l'équipe d'Halifax, le Capt Nic Leger, a reçu le prix du joueur le plus utile du tournoi, qui a été présenté par l'Adjuc Jason Dunfield.

Halifax team captain Capt Nic Leger took the tournament MVP award, which was presented by CWO Jason Dunfield.

RYAN MELANSON

reux que tout le monde ait pu être là et que notre équipe ait fait un excellent travail pour organiser le tournoi », a déclaré Price.

Learn more about energy efficiency projects that are happening on base

Join us at this year's Snow Festival

En savoir plus sur les projets d'efficacité énergétique qui se déroulent sur la base

Rejoignez-nous au Snow Festival de cette année



CFB Halifax | BFC Halifax  
February/Février 20 2023

The Eco-Team will be present to provide updates on the Energy Performance Contract and talk about all things sustainability!

L'Équipe Eco sera présente pour fournir des mises à jour sur le Contrat de Performance Énergétique et parler de tout ce qui concerne la durabilité !



# Atlantic sports programs hope to grow women's hoops

By Sara White,  
The Aurora

One of the biggest pushes planned as part of the CAF's new Women in Sport Initiative is an Atlantic regional partnership focused on basketball. While male athletes have local, regional and national CAF basketball opportunities, growing the game on the women's court has been more of a challenge.

"Each base across the country has been granted \$2,000 to run a women's sports initiative," says 14 Wing's Personnel Support Program sports coordinator Alyssa Platt. "All the Atlantic bases are pooling together to host a single, solid event for women's basketball – we'll run it as a clinic for a couple of days, with coaches, pointers and an intro to three-on-three rules, and then we'll have a little tournament."

Six Atlantic bases – Gagetown, Gander, Aldershot, Halifax, Shearwater and Greenwood – are working together, planning to send eight athletes each to the Halifax event February 21 to

24. Platt says guest coaches are being booked, and PSP and CAF basketball resources will round out the program's leadership. Women new to basketball, looking to dust off their skills or see other women come into the game are all welcome.

"If all the Atlantic bases are able to get the numbers we're looking for for the regional event, it'll be an awesome event. We all were in agreement on basketball, as the team aspect of the game comes across so well."

CAF sports programs help members stay fit and operationally ready, also long been acknowledged as a key builder of teamwork, self-discipline, leadership, esprit de corps, perseverance and resilience. Whether it's at the base intramural level, or regional, national and even Conseil International du Sport Militaire (CISM) levels; the Women in Sport Initiative is taking steps to have equitable opportunities.



14 Wing PSP sports coordinator Alyssa Platt is keen to share her basketball experience during a week-long event in Halifax later this month.

La coordonnatrice des sports des PSP de la 14e Escadre, Alyssa Platt, est impatiente de partager son expérience du basket-ball lors d'un événement d'une semaine à Halifax, plus tard ce mois-ci.

SARA WHITE

# Les programmes sportifs de l'Atlantique espèrent développer le basket-ball féminin

Par Sara White,  
The Aurora

L'une des plus grandes avancées prévues dans le cadre de la nouvelle initiative de la CAF pour la femme dans le sport est un partenariat régional atlantique axé sur le basket-ball. Alors que les athlètes masculins ont la possibilité de pratiquer le basket-ball au niveau local, régional et national, le développement du jeu sur le terrain des femmes a été plus difficile.

« Chaque base du pays a reçu 2 000\$ pour mener une initiative sportive féminine », explique Alyssa Platt, coordonnatrice des sports du Programme de soutien du personnel de la 14e Escadre. « Toutes les bases de l'Atlantique se regroupent pour organiser un événement unique et solide pour le basket-ball féminin - nous organiserons une clinique pendant deux jours, avec des entraîneurs, des conseils et une introduction aux règles du trois contre trois, puis nous organiserons un petit tournoi. »

Six bases de l'Atlantique - Gagetown, Gander, Aldershot, Halifax, Shearwater et Greenwood - travaillent ensemble et prévoient envoyer huit athlètes chacune à l'événement d'Halifax qui aura lieu du 21 au 24 février. Mme Platt indique que des entraîneurs invités

sont en train d'être réservés et que les ressources des PSP et de la FAC en matière de basket-ball viendront compléter la direction du programme. Les femmes qui découvrent le basket-ball, qui cherchent à dépoussiérer leurs habiletés ou à voir d'autres femmes s'initier au jeu sont toutes les bienvenues.

« Si toutes les bases de l'Atlantique sont en mesure d'obtenir les chiffres que nous recherchons pour l'événement régional, ce sera un événement formidable. Nous étions tous d'accord sur le basket-ball, car l'aspect collectif du jeu est si bien perçu. »

Les programmes sportifs des FAC aident les membres à rester en forme et à être prêts sur le plan opérationnel. Le sport est également reconnu depuis longtemps comme un facteur clé de développement du travail d'équipe, de l'autodiscipline, du leadership, de l'esprit de corps, de la persévérance et de la résilience. Que ce soit au niveau intra-muros de la base, ou aux niveaux régional, national et même du Conseil International du Sport Militaire (CISM), l'initiative Femmes dans le sport prend des mesures pour offrir des opportunités équitables.



## Tim Halman

*MLA, Dartmouth East*

---

timhalmanmla@gmail.com  
902-469-7353  
73 Tacoma Drive, Suite 204





**Mathieu Boulanger**  
Registered Massage Therapist

Millstone Square at Russell Lake  
250 Baker Drive, Suite 124  
Dartmouth, NS B2W 6L4

Phone: 902.407.8733  
Fax: 902.404.8351

Email: mathieub@citadelphysio.com

@citadelphysio
[www.citadelphysio.com](http://www.citadelphysio.com)



# CFB Halifax Curling Club hosts historic Strathcona Cup

By Ryan Melanson,  
Trident Staff

The oldest running international bonspiel in the world recently made a stop in Halifax, with the CFB Halifax Curling Club serving as host for participants in the Strathcona Cup on January 18.

The friendly competition between Canadian and Scottish curlers has taken place every 3-5 years since 1903, and hosting duties alternate on each occasion. The previous 2018 edition saw Canadian curlers travel to Scotland, and this year, the Canadian teams welcomed 60 Scottish “tourists” for the event.

The full Scottish group is broken down into smaller East, West, and Central cohorts of 20 curlers each, and the teams have been traveling to various curling clubs across Canada since January 11.

Commander Nick Buxton, President of the CFB Halifax Curling Club, said the venue being chosen as a stop for the prestigious tour speaks to the quality of the facility and its reputation among local curlers. While the Strathcona Cup is a civilian event, a number of former military members were on the ice competing against the Scots.

“Our CFB Halifax Curling Club is unique in that it serves our military members, but also the wider community, so this is a great way to contribute to local curling and also to showcase

the club. We’re honoured to be part of it.”

The three legs of the tour will play more than 350 games, with the winners decided from the total accumulated points. The Canadians are hoping for a repeat win after hoisting the titular cup in Edinburgh in 2018, though the Scottish teams had the better day at the CFB Halifax club, scoring 25 points to 23 over four games.

## Military Curling

Military curlers are welcome at the base club anytime, and there are plenty of opportunities for both new and experienced curlers. Cdr Buxton said a goal as club president has been to increase military participation in curling, and he encourages units to get in touch to set up their own bonspiels, which can be a great low-cost team-building activity. The club also has frequent drop-in and learn-to-curl events.

“I try to spread the word about the club and support it whenever I can – the more people who are aware of us and the opportunities that exist to come curl, the better we can keep the club thriving into the future,” Cdr Buxton said.

Contact the club at 902-455-1444 or visit <https://cfbhalifaxcurling.com> for more information.



The CFB Halifax Curling Club hosted four games as part of the historic Strathcona Cup event.

Le club de curling de la BFC Halifax a accueilli quatre parties dans le cadre de l'événement historique de la Strathcona Cup.

RYAN MELANSON



Participants in the 2023 Strathcona Cup are piped onto the ice at the CFB Halifax Curling Club on January 18.

Les participants à la Strathcona Cup 2023 sont conduits sur la glace du club de curling de la BFC Halifax le 18 janvier.

RYAN MELANSON

## CFB Halifax Advertising & Sponsorship Opportunities Available

Please contact  
[advertising@psphalifax.ca](mailto:advertising@psphalifax.ca)  
(902) 401-0052



CFMWS.CA/HALIFAX /PSPHALIFAX



# Le club de curling de la BFC Halifax accueille l'historique Strathcona Cup

Par Ryan Melanson,  
L'équipe du Trident

Le plus ancien bonspiel international au monde s'est récemment arrêté à Halifax, où le club de curling de la BFC Halifax a accueilli les participants à la Coupe Strathcona le 18 janvier.

Cette compétition amicale entre les curleurs canadiens et écossais a lieu tous les 3 à 5 ans depuis 1903, et les fonctions d'hôte alternent à chaque occasion. L'édition précédente de 2018 a vu des curleurs canadiens se rendre en Écosse, et cette année, les équipes canadiennes ont accueilli 60 « touristes » écossais pour l'événement.

Le groupe écossais complet est divisé en cohortes plus petites de l'Est, de l'Ouest et du Centre, composées de 20 curleurs chacune, et les équipes se rendent dans divers clubs de curling du Canada depuis le 11 janvier.

Le capitaine de frégate Nick Buxton, président du club de curling de la BFC Halifax, a déclaré que le choix du site comme étape de cette prestigieuse tournée témoigne de la qualité des installations et de leur réputation auprès des curleurs locaux. Bien que la Coupe Strathcona soit un événement civil, un certain nombre d'anciens militaires étaient sur la glace pour affronter les Écossais.

« Notre club de curling de la BFC Halifax est unique en ce sens qu'il sert nos militaires, mais aussi la communauté au sens large, donc c'est une excellente façon de contribuer au curling local et aussi de mettre en valeur le club. Nous sommes honorés d'en faire partie ».

Les trois étapes de la tournée comprendront plus de 350 matchs, les gag-

nants étant décidés en fonction du total des points accumulés. Les Canadiens espèrent une nouvelle victoire après avoir soulevé la coupe titulaire à Édimbourg en 2018, bien que les équipes écossaises aient eu la meilleure journée au club de la BFC Halifax, marquant 25 points contre 23 en quatre parties.

## Curling militaire

Les curleurs militaires sont les bienvenus au club de la base à tout moment, et il existe de nombreuses possibilités pour les nouveaux curleurs comme pour les plus expérimentés. Le Capf Buxton a déclaré que l'un de ses objectifs en tant que président du club était d'accroître la participation des militaires au curling, et il encourage les unités à prendre contact pour organiser leurs propres bonspiel, qui

peuvent être une excellente activité de renforcement de l'esprit d'équipe à faible coût. Le club organise également de nombreux événements d'accueil et d'apprentissage du curling.

« J'essaie de faire connaître le club et de le soutenir chaque fois que je le peux - plus il y a de gens qui nous connaissent et qui savent qu'il est possible de venir jouer au curling, mieux nous pourrions maintenir la prospérité du club à l'avenir », a déclaré le commandant Buxton.

Contactez le club au 902-455-1444 ou visitez <https://cfbhalifaxcurling.com> pour plus d'informations.

## 14 Wing Greenwood takes regional hockey gold / La 14e Escadre Greenwood remporte l'or au hockey régional

*Congratulations to the 14 Wing Greenwood Bombers, who were gold-medal winners at the 2023 CAF Atlantic Regional Hockey Championship held recently at 5 CDSB Gagetown. Greenwood took down the 12 Wing Shearwater Flyers by a score of 2-1 in the final game on January 26.*

*Félicitations aux Greenwood Bombers de la 14e Escadre, qui ont remporté la médaille d'or au Championnat régional de hockey de l'Atlantique de la CAF 2023, qui s'est tenu récemment au BS 5 Div CA de Gagetown. Greenwood a battu les Flyers de Shearwater (12e Escadre) par un score de 2 à 1 lors du match final du 26 janvier.*

SUBMITTED / SOUMIS



**Congratulations**

**Halifax Mooseheads CAF  
Stars of the Game**

October 7 - December 16, 2022



**Félicitations**

**ÉTOILES DES FORCES ARMÉES  
CANADIENNES RECONNUES PAR LES  
MOOSEHEADS D'HALIFAX**

entre le 7 octobre et le 16 décembre 2022

Pte Tia Nicolson	PO1 Cheyanne Delaronde	MCpl Marley Repchull
MS Matthew Farrell	MS Jonathan Kester	MS Lindsay Hansen
SI Robert Sampson	Capt Brenda Zwicker	SI Simon Meyer
Cpl Evan McCoy	SI Amber Gaudette	Sgt John Adams
MWO Andrew Conrad	MCpl Stephen O'Toole	MCpl Benjamin Abel
	PO2 Nicole MacMillan	

Pte Tia Nicolson	M 1 Cheyanne Delaronde	Matc Lindsay Hansen
Matc Matthew Farrell	Matc Jonathan Kester	Mat 1 Simon Meyer
Mat 1 Robert Sampson	Capt Brenda Zwicker	Sgt John Adams
Cpl Evan McCoy	Mat 1 Amber Gaudette	Cplc Benjamin Abel
Adjum Andrew Conrad	Cplc Stephen O'Toole	M 2 Nicole MacMillan
	Cplc Marley Repchull	