



www.tridentnewspaper.com

TRIDENT

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



Freedom of the City Le droit de cité

With their Commanding Officer, Cdr Kyle Penney, in the lead, Members of HMCS Scotian paraded through downtown Halifax to the Grand Parade on September 23. Along with other Naval Reserve units holding similar parades across the country, the unit exercised its Freedom of the City as part of the ongoing celebrations marking the 100th anniversary of the Naval Reserve. The reservists were greeted at City Hall by Halifax Mayor Mike Savage, who read out a proclamation reaffirming the relationship between the municipality and HMCS Scotian.

Sous la conduite de leur commandant, le Capitaine de frégate Kyle Penney, les membres du NCSM Scotian ont défilé dans le centre-ville d'Halifax jusqu'à la grande place du défilé, le 23 septembre. Comme d'autres unités de la Réserve navale qui ont organisé des défilés semblables dans tout le pays, l'unité a exercé son droit de cité dans le cadre des célébrations en cours marquant le 100e anniversaire de la Réserve navale. Les réservistes ont été accueillis à l'hôtel de ville par le maire d'Halifax, Mike Savage, qui a lu une proclamation réaffirmant la relation entre la municipalité et le NCSM Scotian.



Camp Hill thanks Mooseheads and CFB Halifax as new activity pad unveiled

By Ryan Melanson,
Trident staff

The residents at Camp Hill Veterans' Memorial Building are always a friendly and welcoming group, but be warned – they take their bocce games very seriously.

Some special guests from CFB Halifax and the Halifax Mooseheads organization found that out first-hand on September 20, when they joined in on a game of bocce ball to mark the opening of Camp Hill's new outdoor activity pad.

A fresh addition to the popular Veterans' Memorial Garden just outside the building, the activity pad adds new recreation opportunities for the veterans who call Camp Hill home, with games like bocce ball no longer confined to indoor spaces.

"It's wheelchair accessible, so this is going to allow us to play outdoor games and have a little bit more physical activity outside, which is great. It opens up options for us," said Heather White, Camp Hill's Director of Veterans' Services.

Funds raised for the project came largely from the generous support of Halifax Mooseheads fans, through the raffle and auction of game-worn jerseys following the team's annual DND Appreciation Night. Each year, designers with Personnel Support Programs (PSP) at CFB Halifax assist in the development of special Canadian Armed Forces (CAF) themed Moosehead jerseys for the occasion, and local CAF members volunteer their time to sell raffle tickets during the game itself. The partnership between the Mooseheads and the Canadian Armed Forces has been ongoing since 2008.

"The proceeds from DND Appreciation Night have made many projects possible. I can't stress enough how grateful we are for that support from the Mooseheads and the Mooseheads fans," White added.

Money has also gone toward gen-

eral upkeep and maintenance for the Memorial Garden, which is described as an outdoor sanctuary for Camp Hill residents, as well as a spot to commemorate and honour the service of all Canadian military members.

"The base has been an active partner on this with the Halifax Mooseheads, we've been involved in multiple endeavors, and since the inception of the jersey auctions, we've raised over \$242,000, directly contributing to Camp Hill and to the QE2 Foundation," said Commander (Cdr) Chris Gabriel, Commanding Officer of CFB Halifax Base Logistics, who represented the base and helped cut the ribbon to officially unveil the activity pad.

Cdr Gabriel and the Mooseheads' Scott MacIntosh joined a number of Camp Hill veterans for the first official bocce games on the new pad, before opening it up to other residents and guests. The afternoon also featured live music and refreshments, as guests were invited to mingle with residents and explore the outdoor space.

"This has really been a dream of ours for many years to have this activity pad completed, and we're so happy to see everyone enjoying it today," added Missy Sonier, Corporate Services Manager with Personnel Support Programs (PSP) at CFB Halifax, who has been a key figure in organizing the annual DND Appreciation Night games and forging the connection between the base and the Halifax Mooseheads.

All involved made it clear that completion of this project does not mean the end of the DND Appreciation Night partnership, which is set to continue for years to come in support of Camp Hill. This season's game will take place on Saturday, January 20, 2024, when the Mooseheads take on the Chicoutimi Saguenéens. Stay tuned for more information and to purchase tickets.



Representatives from CFB Halifax, Personnel Support Programs (PSP), and the Halifax Mooseheads organization were all on hand alongside Camp Hill staff and residents for the unveiling of the building's new Activity Pad on September 20.

Des représentants de la BFC Halifax, des Programmes de soutien du personnel (PSP) et de l'organisation Halifax Mooseheads étaient présents aux côtés du personnel et des résidents de l'Édifice commémoratif des anciens combattants Camp Hill pour le dévoilement de la nouvelle aire d'activités, le 20 septembre.

NEIL CLARKSON



Timothy Halman
MLA, Dartmouth East

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





STORAGE INN
SELF STORAGE

The Storage Professionals

DISCOUNT FOR MILITARY MEMBERS!

902-446-2727

www.storageinn.ca

TRIDENT

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

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





Camp Hill remercie les Mooseheads et la BFC Halifax à l'occasion du dévoilement d'une nouvelle aire d'activités

Par Ryan Melanson,
L'équipe du Trident

Les résidents de l'Édifice commémoratif des anciens combattants Camp Hill sont toujours un groupe amical et accueillant, mais attention - ils prennent leurs parties de pétanque très au sérieux.

Des invités spéciaux de la BFC Halifax et des Mooseheads de Halifax l'ont constaté le 20 septembre, lorsqu'ils se sont joints à une partie de pétanque pour marquer l'ouverture de la nouvelle aire d'activités extérieures de Camp Hill.

Nouvellement ajoutée au populaire Jardin commémoratif des anciens combattants situé juste à l'extérieur de l'édifice, cette aire d'activités offre de nouvelles possibilités de loisirs aux anciens combattants qui vivent à Camp Hill, et des jeux comme la pétanque ne sont plus confinés aux espaces intérieurs.

« Il est accessible aux fauteuils roulants, ce qui nous permettra de jouer à des jeux en plein air et de pratiquer un peu plus d'activités physiques à l'extérieur, ce qui est formidable. Cela nous ouvre des possibilités », a déclaré Heather White, directrice des services

aux anciens combattants de Camp Hill.

Les fonds recueillis pour le projet proviennent en grande partie du soutien généreux des partisans des Mooseheads de Halifax, par l'entremise du tirage au sort et de la vente aux enchères de maillots portés lors de la soirée annuelle de reconnaissance du MDN de l'équipe. Chaque année, les concepteurs des Programmes de soutien du personnel (PSP) de la BFC Halifax contribuent à la création de maillots Moosehead spéciaux sur le thème des Forces armées canadiennes (FAC) pour l'occasion, et les membres locaux des FAC se portent volontaires pour vendre des billets de tirage au sort pendant le match lui-même. Le partenariat entre les Mooseheads et les Forces armées canadiennes existe depuis 2008.

« Les recettes de la soirée d'appréciation du MDN ont permis de réaliser de nombreux projets. Je ne saurais trop insister sur le fait que nous sommes reconnaissants du soutien des Mooseheads et de leurs partisans », a ajouté White.

L'argent a également servi à l'entre-

tien général du jardin commémoratif, qui est décrit comme un sanctuaire extérieur pour les résidents de Camp Hill, tout en servant d'endroit pour commémorer et honorer le service de tous les membres des forces armées canadiennes.

« Depuis le début des ventes aux enchères de maillots, nous avons recueilli plus de 242 000 \$, contribuant ainsi directement à Camp Hill et à la Fondation QE2 », a déclaré le Capitaine de frégate (Capf) Chris Gabriel, commandant du service de logistique de la BFC Halifax, qui représentait la base et a aidé à couper le ruban pour dévoiler officiellement le nouvel espace en plein air.

Le Capf Gabriel et Scott MacIntosh des Mooseheads se sont joints à un certain nombre d'anciens combattants de Camp Hill pour les premières parties officielles de bocce sur le nouveau terrain, avant de l'ouvrir à d'autres résidents et invités. L'après-midi a également été marquée par des concerts et des rafraîchissements, les invités étant conviés à se mêler aux résidents et à explorer l'espace extérieur.

« Depuis de nombreuses années, nous rêvions de terminer cette aire d'activités, et nous sommes très heureux de voir tout le monde en profiter aujourd'hui », a ajouté Missy Sonier, gestionnaire des services ministériels des Programmes de soutien du personnel (PSP) à la BFC Halifax, qui a joué un rôle clé dans l'organisation des parties annuelles de la soirée de reconnaissance du MDN et dans l'établissement d'un lien entre la base et les Mooseheads d'Halifax.

Toutes les personnes concernées ont clairement indiqué que l'achèvement de ce projet ne signifiait pas la fin du partenariat de la soirée d'appréciation du MDN, qui se poursuivra pendant des années à l'appui de Camp Hill. Le match de cette saison aura lieu le samedi 20 janvier 2024, lorsque les Mooseheads affronteront les Saguenéens de Chicoutimi. Restez à l'écoute pour obtenir de plus amples renseignements et pour acheter des billets.



Le nouveau jardin commémoratif des anciens combattants de Camp Hill permettra aux parties de pétanque, toujours très populaires, de se dérouler en plein air.

The new addition to Camp Hill's Veterans' Memorial Garden will allow for always-popular bocce ball games to now take place outdoors.

NEIL CLARKSON



Gordon Smith, ancien combattant de la Seconde Guerre mondiale, et le commandant du service de logistique de la BFC Halifax, le Capf Chris Gabriel, ont participé à la coupure du ruban pour l'ouverture officielle de la nouvelle aire d'activités.

Second World War veteran Gordon Smith, along with CFB Halifax Base Logistics Commanding Officer Cdr Chris Gabriel, helped cut the ribbon to officially open the new Activity Pad.

NEIL CLARKSON



LCdr Dawn Macdonald

La Capc Dawn Macdonald

SUBMITTED / SOUMIS

RCN Digital Leadership series: LCdr Dawn Macdonald

By Naval Personnel and Training Group

In this series, we showcase digital leadership across the RCN to illustrate how our enterprise solutions are successfully leveraged for the benefit of our teams.

Dawn Macdonald was born in Lethbridge, A.B. and raised in Fort St James, B.C. As a high school student, she was attracted to the military for the same discipline that she had enjoyed while playing sports and studying martial arts. She continues to play soccer with a Halifax women's league and has a first-degree black belt in taekwondo. Her grandparents both served in the CAF and spoke very highly of the Canadian military. In 2000, she enrolled and began studying mechanical engineering at Royal Military College and is now a Naval Technical Officer.

Currently, Dawn is the Maritime Systems Engineering Officer (MSEO) with Sea Training Atlantic, and has been in this role for the past two years. Together with her team, she validates and assesses the readiness levels and collective team training of our force elements when preparing for deployments. When Sea Training embarks with a unit, her team looks to verify their readiness level by looking at their management of personnel, equipment, parts, and training. Every aspect of this work is linked to digital tools. On a day-to-day basis, the MSC application tools are used to ensure personnel are

properly represented in Monitor Mass (MM); qualifications are trackable; feedback notes can be entered; and prompt course loading can be executed. Specifically, verifying personnel qualifications and training without MM becomes a difficult task with little visibility.

Aside from studying C++ at RMC, Dawn's digital competencies have been derived from CAF-available training opportunities. She believes firmly in taking advantage of digital training opportunities whenever available.

For those interested in following in her footsteps, she recommends:

- Developing digital champions both at executive and operational levels
- Attending training sessions, applying the key learning points, and diligently tracking the outcomes
- Continuing to improve your remote collaboration skills
- Paying attention to adoption obstacles and stakeholder resistance
- Remembering the importance of usability as a vehicle for adoption
- Having a business plan to address system outages
- Accepting that some operational tools are not suited for digitization
- Avoiding stove-pipe solutions which undermine our enterprise goals
- Keeping policy as a primary focus when developing solutions

Leadership numérique de la MRC : La Capc Dawn Macdonald

Par le Groupe personnel et instruction de la marine

Dans cette série, nous présentons le leadership numérique dans la MRC pour illustrer comment nos solutions organisationnelles sont exploitées avec succès dans l'intérêt de nos équipes.

Dawn Macdonald naît à Lethbridge, en Alberta, et grandit à Fort St James, en Colombie-Britannique. Lorsqu'elle est à l'école secondaire, elle est attirée par l'armée, car la discipline qui l'anime est la même que celle qu'elle a connue en pratiquant des sports et en étudiant les arts martiaux. Elle joue toujours au soccer dans une ligue féminine à Halifax et possède une ceinture noire premier dan en taekwondo. Deux de ses grands-parents ont servi dans les Forces armées canadiennes (FAC) et ne tarissent pas d'éloges à l'égard de l'armée canadienne. En 2000, elle s'enrôle et commence à étudier en génie mécanique au Collège militaire royal. Elle est aujourd'hui officière

marine - service technique.

Dawn occupe depuis deux ans le poste d'officière du génie des systèmes de marine (OGSM) au sein de l'Entraînement maritime (Atlantique). Avec son équipe, elle valide et évalue les niveaux de disponibilité opérationnelle et l'instruction collective (équipe) de nos éléments de force lors de la préparation aux déploiements. Lorsque l'Entraînement maritime embarque avec une unité, son équipe vérifie le niveau de disponibilité opérationnelle de cette dernière, en se fondant sur leur gestion du personnel, leur équipement, leurs pièces et leur instruction. Tous les aspects de ce travail sont liés à des outils numériques. Au quotidien, on utilise les outils d'application MSC pour s'assurer que le personnel est bien représenté dans Gestion SSAM, que les qualifications peuvent être suivies; que la saisie des notes de

réroaction peut être effectuée et que les demandes d'inscription aux cours puissent être traitées rapidement. Plus précisément, le fait de vérifier les qualifications du personnel et l'instruction sans Gestion SSAM deviendrait une tâche difficile avec peu de visibilité.

En plus d'étudier le C++ au CMR, Dawn acquiert ses compétences numériques grâce aux possibilités d'instruction offertes par les FAC. Elle croit fermement qu'il faut tirer parti des possibilités d'instruction numérique chaque fois qu'elles sont offertes.

Elle recommande aux personnes qui souhaitent suivre ses traces de :

- former des champions du numérique, tant au niveau de la direction qu'au niveau opérationnel;
- participer à des séances d'instruction, d'appliquer les points d'apprentissage importants et de suivre les

résultats avec diligence;

- de continuer à améliorer vos compétences en matière de collaboration à distance;
- de prêter attention aux obstacles gênant l'adoption et à la réticence de la part des intervenants;
- garder à l'esprit l'importance de la facilité d'utilisation comme vecteur d'adoption;
- disposer d'un plan d'affaires pour faire face aux pannes de système;
- accepter que certains outils opérationnels ne soient pas adaptés à la numérisation;
- éviter les solutions cloisonnées qui nuisent à l'atteinte des objectifs de l'entreprise;
- garder la politique au centre des préoccupations lors de l'élaboration des solutions.



RCN Proud: MS (Ret'd) Garry William Henderson is a Navy man and a family man

By Vincent Joyce,
Pictou County Military Museum

Gary William “Bill” Henderson was born on October 13th, 1944, in New Glasgow, Nova Scotia. He joined the Royal Canadian Navy in September 1964 at the age of 19. Before joining the Navy, Mr. Henderson served two years in the Canadian Army with the Pictou Highlanders. Bill says his trades in the Navy were fire control, third trigger, and missiles (surface weapons). He also attended the former CF Nuclear, Biological, and Chemical School, where he received training in shipboard fires, floods, shoring up water leaks, and gas masks. Among other things, he also received police (Service Patrol) training and rescue training.

Before undertaking sea service, Bill says he served in what was known as the RCN’s “Black Squadron.” This squadron consisted of old World War II frigates tied up at Pier 1 in Halifax,

Nova Scotia. New seamen would go on these ships, spend time on them, learn all about the ship, and become accustomed to ship life, close quarters, hatches, ladders, etc.

Among other assignments, he served at HMCS Shearwater with Helicopter Anti-submarine Squadron 50, which had transitioned to working with the Sea King helicopters. When a ship would leave Halifax for deployment, its embarked Sea King would depart Shearwater and land on the flight deck of the ship as soon as it cleared the harbor and it was safe to bring the chopper on board.

Bill Henderson served on several ships during his career, including HMCS Annapolis, HMCS Outremont, HMCS Nipigon, HMCS Preserver, HMCS Algonquin, HMCS Bonaventure, and HMCS Victoriaville. He visit-

ed countless countries, places, and oceans during his 12-year Navy career, serving in Canada, the United States, Europe, the Mediterranean, Arctic, Caribbean, and South America, just to mention a few.

Bill has been awarded the Good Conduct Medal and the Canadian Forces Decoration. He was discharged in September 1976 with the rank of Master Seaman because he wanted to be home with his family. Upon discharge, he went to work for Michelin Canada in Pictou County.

Mr. Henderson is married to Dorothy “Dotty” MacKenzie of Salt Springs, and he has three daughters, three granddaughters, three great-granddaughters, and one great-grandson (finally, a boy, his words).

In May 2023, Mr. Henderson received a “Quilt of Valour” for his years of

service from Rebecca MacCallum of Pictou, Nova Scotia.

In closing, we’ll leave you with an interesting anecdote from Bill himself: “I stood security for the Royal Yacht Britannia when it went through the Maritimes for two weeks. I was on the jetty at the gangway in full dress when the Queen Mother was going ashore. I gave her a royal salute with my gun and shiny chrome bayonet, hitting my weapon very hard with one hand. Boy, did it hurt. Standing steady, she looked at me and gave me a smile. I will never forget it.”

RCN Proud profiles focus on former or current Royal Canadian Navy personnel with at least 12 years of service. If you would like your story told or have a suggestion for a future profile, please contact [Vincent Joyce at vpjoyce@outlook.com](mailto:Vincent.Joyce@vpjoyce@outlook.com).



Garry “William” Henderson is pictured early in his Royal Canadian Navy career.

Garry « William » Henderson est photographié au début de sa carrière dans la Marine royale du Canada.

SUBMITTED / SOUMIS



HMYS Britannia passing under the Macdonald Bridge in Halifax Harbour during Her Majesty Queen Elizabeth II’s 1976 Canadian trip.

Le HMYS Britannia passant sous le pont Macdonald dans le port d’Halifax lors de la visite de Sa Majesté la Reine Elizabeth II au Canada en 1976.

NOVA SCOTIA ARCHIVES / ARCHIVES DE LA NOUVELLE-ECOSSE



La MRC fière : Le Matc (retraité) Garry William Henderson est un homme de la marine et un père de famille

Par Vince Joyce,
Musée militaire du comté de Pictou

Garry William « Bill » Henderson est né le 13 octobre 1944 à New Glasgow, en Nouvelle-Écosse. Il s'est engagé dans la Marine royale du Canada en septembre 1964, à l'âge de 19 ans, après avoir servi deux ans dans l'Armée canadienne au sein des Pictou Highlanders. Bill explique que ses métiers dans la Marine étaient le contrôle des tirs, la troisième gâchette et les missiles (armes de surface). Il a également fréquenté l'ancienne École nucléaire, biologique et chimique des FC, où il a reçu une formation sur les incendies à bord des navires, les inondations, le colmatage des fuites d'eau et les masques à gaz. Il a également suivi une formation de policier (patrouille de service) et de sauveteur.

Avant d'entreprendre son service en mer, Bill raconte qu'il a servi dans ce que l'on appelait « l'escadron noir » de la MRC. Cet escadron était composé d'anciennes frégates de la Seconde Guerre mondiale amarrées au quai

1 à Halifax, en Nouvelle-Écosse. Les nouveaux marins montaient à bord de ces navires, y passaient du temps, apprenaient tout sur le navire et s'habituèrent à la vie à bord, aux espaces restreints, aux écoutes, aux échelles, etc.

Entre autres affectations, il a servi au NCSM Shearwater au sein du 50e escadron d'hélicoptères anti-sous-marins, qui avait fait la transition pour travailler avec les hélicoptères Sea King. Lorsqu'un navire quittait Halifax pour un déploiement, son Sea King embarqué quittait Shearwater et atterrissait sur le pont d'envol du navire dès qu'il quittait le port et qu'il était possible d'embarquer l'hélicoptère en toute sécurité.

Bill Henderson a servi à bord de plusieurs navires au cours de sa carrière, notamment le NCSM Annapolis, le NCSM Outremont, le NCSM Nipigon, le NCSM Preserver, le NCSM Algonquin, le NCSM Bonaventure et le NCSM

Victoriaville. Il a visité d'innombrables pays, lieux et océans au cours de ses 12 années de carrière dans la marine, servant au Canada, aux États-Unis, en Europe, en Méditerranée, dans l'Arctique, dans les Caraïbes et en Amérique du Sud, pour n'en citer que quelques-uns.

Bill a reçu la Médaille de bonne conduite et la Décoration des Forces canadiennes. Il a été libéré en septembre 1976 avec le grade de matelot-chef parce qu'il voulait rentrer chez lui avec sa famille. Après sa libération, il est allé travailler pour Michelin Canada dans le comté de Pictou.

M. Henderson est marié à Dorothy « Dotty » MacKenzie, de Salt Springs, et il a trois filles, trois petites-filles, trois arrière-petites-filles et un arrière-petit-fils (il a finalement eu un garçon - ce sont ses mots).

En mai 2023, M. Henderson a reçu de Rebecca MacCallum, de Pictou (Nouvelle-Écosse), une « courtépote de la

bravoure » pour ses années de service.

Pour conclure, nous vous laissons avec une anecdote intéressante de Bill lui-même : « J'ai assuré la sécurité du Royal Yacht Britannia lorsqu'il a traversé les Maritimes pendant deux semaines. J'étais sur la jetée, au niveau de la passerelle, en grande tenue, lorsque la Reine-Mère a débarqué. Je lui ai fait un salut royal avec mon arme et ma baïonnette chromée brillante, en frappant très fort mon arme d'une main. J'ai frappé mon arme très fort d'une main. Elle s'est redressée, m'a regardé et m'a souri. Je ne l'oublierai jamais. »

Les profils de « La MRC fière » se concentrent sur le personnel de la Marine royale du Canada, ancien ou actuel, ayant au moins 12 ans de service. Si vous souhaitez que votre histoire soit racontée ou si vous avez une suggestion pour un futur profil, veuillez contacter Vincent Joyce à l'adresse Vincent.Joyce@vpjoyce@outlook.com.



Advancing the fight against climate change through energy efficiency upgrades at local defence facilities

Poursuivre la lutte contre les changements climatiques par des améliorations énergétiques dans les bâtiments locaux de la défense

Building a Sustainable Future | Bâtir un avenir durable

A heating and cooling system project is happening

Un projet visant les systèmes de chauffage et climatisation est en cours

Various initiatives are in place to make heating and cooling systems more energy efficient, cost effective and better for the environment.

Plusieurs initiatives sont en place pour rendre les systèmes de chauffage et climatisation plus efficaces, économiques, et respectueux de l'environnement.



Improved Heating and Cooling
Chauffage et climatisation améliorés

Buildings receiving this upgrade:

Bâtiments subissant ces travaux:

NC9 - Operations Building
Bâtiment d'opérations
SH 14 - Hampton Gray Memorial school
École Hampton Gray Memorial
SH 38A - Control Tower
Tour de contrôle

and more / et plus !

Includes steam trap audit and repairs, piping insulation to avoid heat loss to the environment, decentralizing gas heating by installing gas boilers and more.

Inclut l'audit et la réparation de trappes à vapeur, l'isolation de la tuyauterie pour limiter les pertes thermiques, la décentralisation du chauffage à vapeur grâce à de nouvelles chaudières au gaz naturel, et plus encore.



NATO maritime groups conclude German-led exercise Northern Coasts in Baltic Sea

By NATO Allied Maritime Command

Standing NATO Maritime Group 1 (SNMG1) and Standing NATO Mine Countermeasures Group 1 (SNMCMG1) joined more than 3,000 sailors, marines, and aviators for exercise Northern Coasts 2023 held in the central Baltic Sea in the territorial waters of Latvia and Estonia, September 11-22.

The German-led, large-scale maritime exercise is designed to build high-level interoperability and demonstrate the participating nations' combat readiness and resolve to deter aggression.

This year, 14 NATO Allies and partner nation Sweden participated. The force included nearly 30 naval vessels and more than 15 aircraft working together and sharing information and tactics to achieve mission objectives.

Canadian involvement included HMCS *Summerside* and HMCS *Shawinigan* as part of SNMCMG1. The task group conducted real-world historical ordnance disposal operations during the exercise. The group located and neutralized more than 10 World War II-era sea mines along the coastlines of the Baltic States, making a significant impact to the safety and security for all mariners.

"I am very pleased that as SNMG1, we were able to participate in this exercise," Commander, SNMG1 Polish Navy Commander Piotr Bartosewicz said. "The number of remnants from World War II that were found and neutralized demonstrates that our work is meaningful. Exercis-

es like Northern Coasts provide an ideal opportunity to enhance cooperation between the ships within the group and those contributed to the exercise by individual nations, as well as to train with specialists in our field. I am also delighted by the ongoing development of mine countermeasure capabilities among NATO member states."

Participants trained in a broad range of maritime warfighting disciplines across two phases. The first phase included a serialised training program to increase interoperability and warfighting skills. The second phase included tactical-level problems characterized by fast changing situations and a continuous threat, simulated by the exercise control, which was located almost 1,000 km away in Rostock, Germany. For the first time in the history of the exercise it also included a scenario that escalated to an Article 5 (collective defence) situation.

SNMG1 and SNMCMG1 are NATO's two northern maritime groups and operate under NATO's Allied Maritime Command (MARCOM). Headquartered in Northwood, United Kingdom, MARCOM is the central command of all NATO maritime forces and the MARCOM commander is the primary maritime adviser to the Alliance. Like its land and air counterparts (LANDCOM and AIRCOM), MARCOM reports directly to NATO's Allied Command Operations (ACO), which is located in Mons, Belgium.

Les groupes maritimes de l'OTAN concluent l'exercice Northern Coasts dirigé par l'Allemagne en mer Baltique

Par le Commandement maritime allié de l'OTAN

Le 1er groupe maritime permanent OTAN (SNMG1) et le 1er groupe permanent OTAN de lutte contre les mines (SNMCMG1) ont rejoint plus de 3 000 marins, marines et aviateurs pour l'exercice Northern Coasts 2023 qui s'est déroulé dans la partie centrale de la mer Baltique, dans les eaux territoriales de la Lettonie et de l'Estonie, du 11 au 22 septembre.

Cet exercice maritime à grande échelle, dirigé par l'Allemagne, est conçu pour développer une interopérabilité de haut niveau et démontrer l'état de préparation au combat et la détermination des nations participantes à dissuader toute agression.

Cette année, quatorze pays membres de l'OTAN et le pays partenaire, la Suède, ont participé. La force comprenait près de 30 navires et plus de 15 avions travaillant ensemble et partageant des informations et des tactiques pour atteindre les objectifs de la mission.

Les NCSM *Summerside* et *Shawinigan* ont participé à l'exercice dans le cadre du SNMCMG1. Le groupe opérationnel a mené des opérations réelles de neutralisation de munitions historiques au cours de l'exercice. Le groupe a localisé et neutralisé plus de 10 mines marines datant de la Seconde Guerre mondiale le long des côtes des États baltes, ce qui a eu un impact

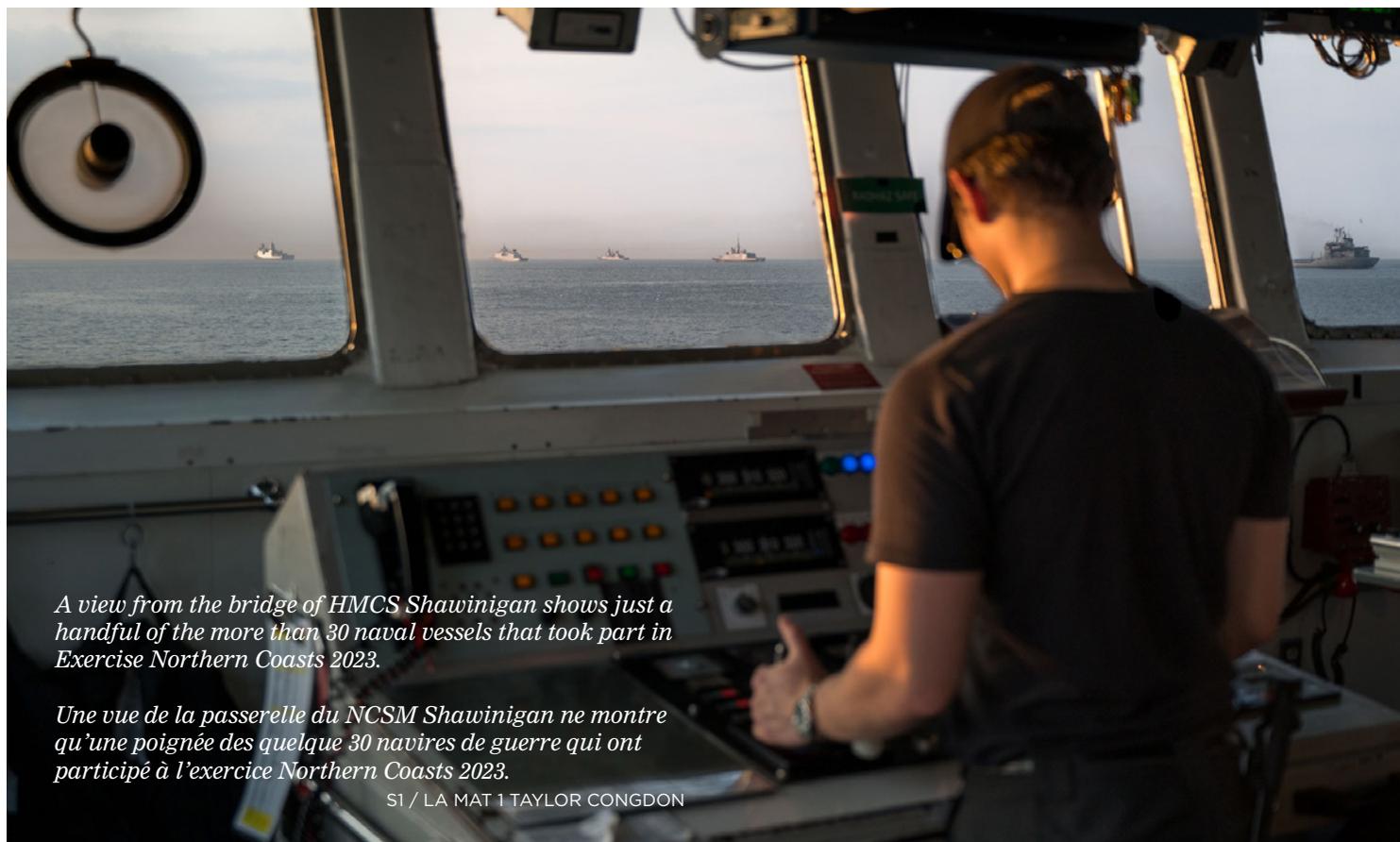
important sur la sûreté et la sécurité de tous les marins.

Le SNMCMG1 a mené des opérations réelles de neutralisation de munitions historiques au cours de l'exercice. Le groupe a localisé et neutralisé plus de dix mines marines datant de la Seconde Guerre mondiale le long des côtes des États baltes, ce qui a eu un impact significatif sur la sécurité de tous les marins.

« Je suis très heureux que le SNMCMG1 ait pu participer à cet exercice », a déclaré le commandant du SNMCMG1, le commandant de la marine polonaise Piotr Bartosewicz. « Le nombre de vestiges de la Seconde Guerre mondiale qui ont été découverts et neutralisés montre que notre travail est utile. Les exercices tels que Northern Coasts constituent une occasion idéale de renforcer la coopération entre les navires du groupe et ceux qui participent à l'exercice à titre individuel, ainsi que de s'entraîner avec des spécialistes dans notre domaine. Je me réjouis également du développement continu des capacités de lutte contre les mines dans les États membres de l'OTAN. »

Les participants se sont entraînés dans un large éventail de disciplines de guerre maritime au cours de deux phases. La première phase comprenait un programme d'entraînement en série visant à accroître l'interopérabilité et les compétences de combat. La deuxième phase comprenait des problèmes de niveau tactique caractérisés par des situations changeant rapidement et une menace continue, simulée par le centre de contrôle de l'exercice, situé à près de 1 000 km de là, à Rostock, en Allemagne. Pour la première fois dans l'histoire de l'exercice, un scénario s'est également déroulé dans le cadre de l'article 5 (défense collective).

Le SNMG1 et le SNMCMG1 sont les deux groupes maritimes du Nord de l'OTAN et opèrent sous le commandement maritime allié de l'OTAN (MARCOM). Basé à Northwood, au Royaume-Uni, le MARCOM est le commandement central de toutes les forces maritimes de l'OTAN et le commandant du MARCOM est le principal conseiller maritime de l'Alliance. Comme ses homologues terrestres et aériens (LANDCOM et AIRCOM), le MARCOM relève directement du Commandement allié Opérations (ACO) de l'OTAN, qui est situé à Mons, en Belgique.



A view from the bridge of HMCS *Shawinigan* shows just a handful of the more than 30 naval vessels that took part in Exercise Northern Coasts 2023.

Une vue de la passerelle du NCSM *Shawinigan* ne montre qu'une poignée des quelque 30 navires de guerre qui ont participé à l'exercice Northern Coasts 2023.



HMCS *Oriole* transits Welland Canal during GLD 2023

By Sgt Wilson Ho,
HMCS *Oriole*

On September 8th, 2023, His Majesty's Canadian Ship (HMCS) *Oriole* transited through the Welland Canal, which connects Lake Ontario to Lake Erie, while participating in the Royal Canadian Navy's (RCN) annual Great Lakes Deployment (GLD). There are eight locks in the Welland Canal – raising and lowering vessels approximately 100m between the water levels of Lake Ontario and Lake Erie – and was originally constructed in 1829 to offer ships a safe detour around Niagara Falls.

The transit of the Welland Canal was an all-day evolution for the crew of HMCS *Oriole* and took over twelve hours to complete. Throughout the transit, there were “Lakers” (ships that only transit between the Great Lakes) and other “Salties” (sea-going ships) that passed by, their size dwarfing the 102ft long and 102ft tall HMCS *Oriole*. “Transiting the Welland Canal was an amazing experience,” said Lieutenant Commander (LCdr) Gregg Morris, the incoming Commanding Officer of HMCS *Oriole*, who was given control of ship's movements through the transit of the Welland Canal by the current Commanding Officer of HMCS *Oriole* – LCdr Robert Pelton, “everyone had a part to play, and it required the

teamwork of the entire ship's company to accomplish. I am incredibly proud of the entire team's hard work throughout the transit.”

HMCS *Oriole* is taking part in the Great Lakes Deployment (GLD) 2023. The GLD is an annual deployment to bring the RCN closer to non-coastal Canadians, who are traditionally not exposed to navy personnel and operations. This opportunity provides Canadians to speak to sailors and recruiters to find out more about a career in the RCN. The GLD serves as an opportunity to pique interest in maritime life, service at sea through ship tours, outreach activities and presence in Canadian communities.

Now that HMCS *Oriole* is back sailing in Lake Ontario, the ship will continue its Great Lakes Deployment and will visit multiple coastal ports in Ontario, Quebec, and the eastern provinces of Canada before finally returning to Canadian Forces Base Halifax in early October. For more information, and to follow HMCS *Oriole* along its Great Lakes Deployment, visit: <https://www.canada.ca/en/navy/campaigns/hmcs-oriole-great-lakes-deployment.html>



HMCS *Oriole* prepares to exit one of the Welland Canal locks on September 8.

Le NCSM *Oriole* se prépare à sortir d'une des écluses du canal Welland le 8 septembre.

SLT / ENS 1 WILSON HO



Lieutenant Commander Gregg Morris, incoming Commanding Officer of HMCS *Oriole* navigates HMCS *Oriole* through the Welland Canal.

Le Capc Gregg Morris, nouveau commandant du NCSM *Oriole*, fait naviguer le NCSM *Oriole* dans le canal Welland.

SLT / ENS 1 WILSON HO

“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



Le NCSM Oriole transite par le canal Welland pendant la TGL 2023

Par l'Ens 1 Wilson Ho,
NCSM Oriole

Le 8 septembre 2023, le navire canadien de Sa Majesté (NCSM) Oriole a traversé le canal

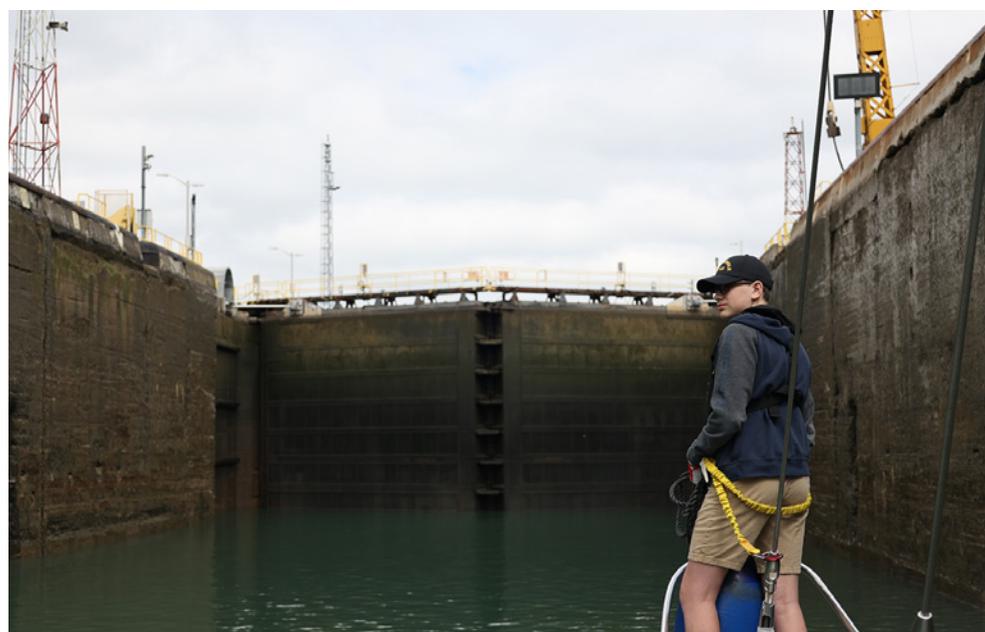
Welland, qui relie le lac Ontario au lac Érié, dans le cadre de la Tournée annuelle dans les Grands Lacs de la Marine royale canadienne (MRC). Le canal Welland compte huit écluses, qui permettent aux navires de monter et de descendre d'environ 100 mètres entre les niveaux d'eau du lac Ontario et du lac Érié. Il a été construit à l'origine en 1829 pour permettre aux navires de contourner les chutes Niagara en toute sécurité.

L'équipage du NCSM Oriole a pris plus de douze heures pour traverser le canal Welland, une opération qui a duré toute la journée. Pendant ce passage, des « cargos hors mer » (navires qui ne se déplacent qu'entre les Grands Lacs) et d'autres « navires océaniques

» (navires de haute mer) sont passés, et leur taille éclipse celle du NCSM Oriole, qui mesure 31,1 m (102 pi de long et 31,1 m (102 pi) de haut (hauteur du grand mât). « La traversée du canal Welland a été une expérience extraordinaire »,

déclare le capitaine de corvette (Cape) Gregg Morris, nouveau commandant du NCSM Oriole. Le commandant actuel du NCSM Oriole, le capitaine de corvette Robert Pelton, lui a confié le contrôle des mouvements du navire tout au long de la traversée du canal Welland, « tout le monde a eu un rôle à jouer et tout l'équipage du navire a dû travailler en équipe pour mener à bien cette mission. Je suis incroyablement fier du travail accompli par l'ensemble de l'équipe tout au long de la traversée. »

Le NCSM Oriole participe à la



Nathaniel Smith participe aux défenses du beaupré du NCSM Oriole.

Nathaniel Smith helps out with fendering on the bowsprit of HMCS Oriole.

ENS 1 / SLT WILSON HO

Tournée des Grands Lacs (TGL) 2023. La TGL est un déploiement annuel, qui permet à la MRC de se rapprocher des Canadiens vivant dans les zones non côtières, qui n'ont habituellement pas accès au personnel et aux opérations de la Marine. Cette occasion permet aux Canadiens de s'entretenir avec les marins et les recruteurs afin d'en apprendre davantage sur les carrières offertes dans la MRC. De plus, la TGL est un moyen d'éveiller l'intérêt à la vie maritime et au service en mer, grâce à des visites de navires, à des activités de sensibilisation et à une présence dans les communautés

canadiennes.

Le NCSM Oriole a maintenant repris sa route sur le lac Ontario et poursuit sa Tournée des Grands Lacs. Il visitera de nombreux ports côtiers en Ontario, au Québec et dans les provinces de l'est du Canada avant de retourner à la Base des Forces canadiennes (BFC) Halifax au début d'octobre. Pour obtenir plus de renseignements et pour suivre la tournée du NCSM Oriole dans les Grands Lacs, consultez le site suivant: <https://www.canada.ca/fr/marine/campagnes/ncsm-oriole-la-tournee-annuelle-des-grands-lacs.html>



Battle of Britain commemoration at 12 Wing

Members of 12 Wing Shearwater hosted dignitaries, including Lieutenant Governor of Nova Scotia, The Honourable Arthur J. LeBlanc, along with veterans, RCAF Association members, and others at the Sea King Club's Ashley Lounge for a ceremony to mark the 83rd anniversary of the Battle of Britain on September 17. The Battle of Britain was a major campaign of the Second World War fought in the summer and fall of 1940 – the successful air defense of Great Britain prevented a German invasion and helped create the conditions that eventually led to the Allies' victory. 103 Canadians flew in the Battle of Britain, with 23 losing their lives.

Commémoration de la bataille d'Angleterre à la 12e Escadre

Les membres de la 12e Escadre Shearwater ont accueilli des dignitaires, dont le lieutenant-gouverneur de la Nouvelle-Écosse, l'honorable Arthur J. LeBlanc, ainsi que des anciens combattants, des membres de l'Association de l'ARC et d'autres personnes au salon Ashley du Sea King Club pour une cérémonie marquant le 83e anniversaire de la bataille d'Angleterre, le 17 septembre. La bataille d'Angleterre est une campagne majeure de la Seconde Guerre mondiale qui s'est déroulée au cours de l'été et de l'automne 1940. La défense aérienne réussie de la Grande-Bretagne a empêché une invasion allemande et a contribué à créer les conditions qui ont mené à la victoire des Alliés. 103 Canadiens ont participé à la bataille d'Angleterre, dont 23 ont perdu la vie.

SI / LE MAT 1 LAURANCE CLARKE



Padre's Corner: There will be weeds

By Lt(N) Clarke Dixon,
BTL Chaplain, MARLANT & JTFA

we grieve. It might be watching loved ones go through a weedy patch themselves and feeling powerless to do anything about it. Perhaps it is our health, whether physical, mental, or financial. Perhaps it is parenting. Whatever it is, don't be surprised by the weeds.

No matter how good we think we may be at navigating life, we will find ourselves in the weeds sometimes. Loved ones may be depending on us to navigate life well, so we may even find ourselves in the weeds carrying that extra burden of thinking we are letting others down.

We are here for you. As chaplains we may not be able to pluck you out of the weeds, or make them magically disappear, but we can journey with you when they seem unbearable. You may just need to talk things through. We will listen. We will listen without judgement. You may benefit from the resources available to us through the Canadian Armed Forces. We know them and can help you navigate them. You may want someone to pray for you; We can do that too, but we don't need to get religious. While each of us can share the reason for our hope as found in the faith traditions we represent, we are not here to get you into our boat. We are here to come alongside you and to help you get through the weeds. We are here for you.

There will be weeds. There will also be a chaplain to help.

She could not get back into the boat. Nor could I get her back in.

Since it is not polite to speak about someone else's weight, let's just say I was not very strong in my early twenties and leave it at that.

The winds were light, making for an almost boring sail, so we dropped the sails and went for a swim in the middle of the lake. This lake was a dreadful lake to swim in thanks to the weeds all around the perimeter. They are slimy and gross, a frustration for sailors and motorboaters alike, but especially disgusting for swimmers. So, the middle of the lake it was for a swim before resuming our sail. Except my friend could not get back into the boat. So, a lot more swimming it was for my friend, until she could swim no further. We were in the middle of the lake after all. - what to do? I did what any heroic sailor would do, I threw a line out the back of the boat and towed her in!

Now about those weeds we spoke of earlier. As I'm sure you can imagine, my friend did not appreciate having to go through those weeds one bit! Gross.

Life can be like that. Weedy. Gross. It might be difficulty in relationships, at work, or at home. It might be a loss

Chronique de l'aumônier : Il y aura des mauvaises herbes

Par le Lt Clarke Dixon,
Aumônier de bataillon, FMAR(A) et la FOIA

Elle n'a pas pu remonter dans le bateau. Je n'ai pas pu non plus la faire remonter.

Comme il n'est pas poli de parler du poids de quelqu'un d'autre, disons simplement que je n'étais pas très forte au début de ma vingtaine et restons-en là.

Le vent était faible, ce qui rendait la navigation presque ennuyeuse, alors nous avons affalé les voiles et sommes allés nous baigner au milieu du lac. Ce lac était horrible à nager à cause des mauvaises herbes tout autour du périmètre. Elles sont gluantes et dégoûtantes, une frustration pour les marins et les motocyclistes, mais particulièrement dégoûtantes pour les nageurs. C'est donc au milieu du lac que nous nous sommes baignés

avant de reprendre la mer. Sauf que mon ami n'a pas pu remonter dans le bateau. Mon amie a donc continué à nager jusqu'à ce qu'elle ne puisse plus le faire. Après tout, nous étions au milieu du lac. - Que faire ? J'ai fait ce que tout marin héroïque ferait : j'ai lancé une ligne à l'arrière du bateau et je l'ai remorquée !

Parlons maintenant des mauvaises herbes dont nous avons parlé plus tôt. Comme vous pouvez l'imaginer, mon amie n'a pas du tout apprécié d'avoir à traverser ces mauvaises herbes ! C'est dégoûtant.

La vie peut être comme ça. Les mauvaises herbes. Dégueulasse. Il peut s'agir de difficultés relationnelles, professionnelles ou familiales. Il peut s'agir d'une perte que nous pleurons.

Il peut s'agir de voir des proches traverser eux-mêmes une mauvaise passe et de se sentir impuissants à y remédier. Il peut s'agir de notre santé, qu'elle soit physique, mentale ou financière. Peut-être s'agit-il de notre rôle de parent. Quoi qu'il en soit, ne soyez pas surpris par les mauvaises herbes.

Quelle que soit notre capacité à naviguer dans la vie, nous nous retrouverons parfois dans le pétrin. Les personnes qui nous sont chères peuvent compter sur nous pour bien naviguer dans la vie, et nous pouvons donc nous retrouver dans le pétrin avec ce fardeau supplémentaire de penser que nous laissons tomber les autres.

Nous sommes là pour vous. En tant qu'aumôniers, nous ne pouvons peut-être pas vous arracher les mauvaises herbes ou les faire disparaître comme par magie, mais nous pouvons vous accompagner lorsqu'elles vous semblent insupportables. Vous avez

peut-être simplement besoin d'en parler. Nous vous écouterons. Nous vous écouterons sans jugement. Vous pouvez bénéficier des ressources mises à notre disposition par les Forces armées canadiennes. Nous les connaissons et pouvons vous aider à les utiliser. Vous souhaitez peut-être que quelqu'un prie pour vous ; nous pouvons le faire aussi, mais nous n'avons pas besoin d'être religieux. Bien que chacun d'entre nous puisse partager les raisons de son espoir telles qu'elles se trouvent dans les traditions religieuses qu'il représente, nous ne sommes pas là pour vous faire monter dans notre bateau. Nous sommes là pour vous accompagner et vous aider à vous frayer un chemin. Nous sommes là pour vous.

Il y aura des mauvaises herbes. Il y aura aussi un aumônier pour vous aider.



Smooth sailing without the weeds! Chaplain Clarke Dixon is seen sailing with friends long before joining the Navy.

Une navigation en douceur sans les mauvaises herbes ! L'aumônier Clarke Dixon navigue avec des amis bien avant de s'engager dans la marine.

**HP** health
promotion**PS** promotion
de la santé**health
HUB****COIN
santé**

Health Promotion schedule update

By the Health Promotion Team

This time of year is one for self-reflection. The summer comes to an end, and we prepare for our long Canadian winters. In the spirit of self-improvement, and career advancement, consider signing up for one of our upcoming Health Promotion courses. Seating is limited, so reserve your spot today.

Health Harvest Fair

11th October, 1000hrs – 1500hrs
S120 Drill Hall, Stadacona
For more information visit : cfmws.ca/halifax/cfb-halifax-s-health-harvest-fair

Respect in the CAF (HRMS code)

16th October 0800 – 1600hrs
Halifax

Nutrition Pilot Program

17th & 18th October (2 sessions over 2 weeks) 0800-1600 hrs

Halifax

To register for this pilot program, please contact our positional mailbox HFxhealthpromotion@forces.gc.ca

Respect in the CAF (HRMS code)

25th October 0800 – 1600hrs
Shearwater

Better Health: Top Performance

30th October 0800 – 1500 hrs
Halifax

Inter-Comm (Interpersonal Communication)

3rd November 0800 – 1530 hrs
Halifax

Respect in the CAF (HRMS code)

9th November 0800 – 1600 hrs
Shearwater

All courses are free and open to CAF members, Civilian DND employees, and CAF dependents 18 or over. Dates may be adjusted based on registration numbers. For more information, or to register, visit cfmws.ca/halifax/core-programs-online-registration, or email HFxhealthpromotion@forces.gc.ca.

If your schedule is too tight, we understand. Consider booking one of our briefings for your unit's next PD day. A full list of our briefing topics is available here: <https://cfmws.ca/halifax/request-a-briefing>

Promotion de la santé mise à jour

Par l'équipe de la promotion de la santé

C'est le temps de l'année pour l'auto-réflexion. L'été vient à sa fin, et nous préparons pour un long hiver canadien. Dans cet esprit d'amélioration et l'avancement de carrière, pourquoi ne pas prendre un moment pour s'inscrire à un program de promotion de la santé? Les espaces sont limités, alors réservez votre place dès aujourd'hui!

Foire de la Santé

11 octobre, 1000hrs – 1500hrs
S120, salle d'exercices, Stadacona
Pour plus d'informations : cfmws.ca/halifax/cfb-halifax-s-health-harvest-fair

Respect dans les FAC (code HRMS)

16th octobre 0800 – 1600hrs
Halifax

Nutrition : projet de pilote

17 - 18 octobre (2 sessions sur 2 jours)
0800 – 1600hrs

Halifax

Pour s'inscrire à ce programme, svp envoyez un message à HFxhealthpromotion@forces.gc.ca

Gérer les moments de colère

20 & 27 octobre (2 sessions sur 2 semaines) 0800 – 1200hrs

Shearwater

Respect dans les FAC (code HRMS)

25 octobre 0800 – 1600hrs
Shearwater

Meilleur santé: performances optimales

30 Octobre 0800 – 1500hrs
Halifax

Inter-Comm (Communications Interpersonnelles)

3 novembre 0800 – 1530 hrs
Halifax

Respect dans les FAC (HRMS code)

9 novembre 0800 – 1600 hrs
Shearwater

Tous nos programmes sont gratuits et offerts aux membres des FAC, aux employés civils du MDN et aux personnes à charge des membres des FAC de 18 ans et plus. Les dates au-dessus peuvent changer avec avis avec le nombre de participants. Pour plus d'informations, ou pour s'inscrire, visitez <https://sbmfc.ca/halifax/core-programs-online-registration>, ou contactez HFxhealthpromotion@forces.gc.ca.

Si votre horaire est plein, nous comprenons bien! Considérez au lieu utiliser notre formulaire en ligne pour demander une présentation en-brefs pour votre prochaine journée PD! <https://sbmfc.ca/halifax/request-a-briefing>

**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





Pumpkins, and feeling the Envy

By the Health Promotion Team

Your unit is being challenged!

Should you accept this invitation, you will participate in a pumpkin carving contest on October 11 at the Harvest Health Fair, being held at Stadacona building S120. Teams of two representing your unit will have one hour to carve a provided pumpkin, versus other ships and units.

Completed carves will be judged by a panel of esteemed judges. Tools are not provided, but power tools are welcome! This contest is open to all CAF and Defence team members! Sign up your best carvers today, as space is limited.

While you're attending the Health Fair, why not also register for a special workshop hosted by Health Promotion and featuring Venus Envy? The *Confidence, Consent and Communication Workshop* is open for preregistration! Seating is limited, and bound to fill up fast, so don't delay!

<https://cfmws.ca/halifax/cfb-halifax-s-health-harvest-fair>

Les citrouilles et l'envie

Par l'équipe de promotion de la santé

Votre unité est mise au défi !

Si vous acceptez cette invitation, vous participerez à un concours de sculpture de citrouille le 11 octobre lors de la foire de la santé de la récolte, qui se tiendra au bâtiment S120 de Stadacona. Des équipes de deux personnes représentant votre unité auront une heure pour sculpter une citrouille fournie, contre d'autres navires et unités.

Les sculptures terminées seront évaluées par un panel de juges estimés. Les outils ne sont pas fournis, mais les outils électriques sont les bienvenus ! Ce concours est ouvert à tous les membres des FAC et de l'équipe de la Défense ! Inscrivez vos meilleurs sculpteurs dès aujourd'hui, car le nombre de places est limité.

Pendant que vous participez à la foire de la santé, pourquoi ne pas vous inscrire à un atelier spécial organisé par la promotion de la santé et mettant en vedette Venus Envy ? L'atelier sur la confiance, le consentement et la communication (en anglais) est ouvert à la préinscription ! Les places sont limitées et se rempliront rapidement, alors ne tardez pas !

<https://sbmfc.ca/halifax/cfb-halifax-s-health-harvest-fair>



Marine Career Expo kicks off in Nova Scotia

HMCS Glace Bay departed Halifax on September 25 in support of the Great Canadian Marine Career Expo, beginning on September 28 in Sydney, NS and continuing on to a number of communities along the St. Lawrence Seaway and Lake Ontario. The Royal Canadian Navy has partnered with other government organizations and a number of private marine industry employers on the event to help educate Canadians about the industry and showcase different career opportunities. Learn more here: <https://www.canada.ca/en/navy/campaigns/gcmce.html>

L'exposition sur les carrières maritimes démarre en Nouvelle-Écosse

Le NCSM Glace Bay a quitté Halifax le 25 septembre pour participer à le Grand salon des carrières Maritimes du Canada, qui débutera le 28 septembre à Sydney, en Nouvelle-Écosse, et se poursuivra dans un certain nombre de collectivités le long de la Voie maritime du Saint-Laurent et du lac Ontario. La Marine royale du Canada s'est associée à d'autres organisations gouvernementales et à un nombre d'employeurs privés de l'industrie maritime dans le cadre de l'événement afin de sensibiliser les Canadiens à l'industrie maritime et de présenter les différentes possibilités de carrière qui s'offrent à eux. Pour en savoir plus, cliquez ici : <https://www.canada.ca/fr/marine/campagnes/gsemc.html>



SPORTS & FITNESS



PO1 (Ret'd) Rocky Thorne, left, and CWO (Ret'd) Bob Thompson bring a combined 70 years of CAF experience to the team at the Fleet Fitness and Sports Centre.

Le M 1 (retraité) Rocky Thorne, à gauche, et l'Adjudc (retraité) Bob Thompson cumulent 70 ans d'expérience dans les FAC au sein de l'équipe du centre de conditionnement, physique et de sports de la flotte.

RYAN MELANSON

Veterans bring decades of CAF experience, camaraderie to Dockyard gym

By Ryan Melanson,
Trident staff

Chief Warrant Officer (Retired) Bob Thompson is no longer leading the next generation of Canadian Armed Forces personnel, but says he loves “keeping tabs” on them a few nights a week while working the front desk at the Fleet Fitness and Sports Centre inside HMC Dockyard.

“I always loved spending time with the troops and getting to know them, regardless of rank – so this feels like home,” he said.

CWO (Ret'd) Thompson released from the CAF in 2015 after a 30-year Army career, and joined the Personnel Support Programs (PSP) team at the gym in 2018 after moving back home to Nova Scotia with his wife. You'll find him working the desk weekday evenings alongside Petty Officer 1st Class (Retired) Rocky Thorne, an RCN veteran with 40 years of service himself, who's held civilian roles at base gyms since ending his Navy career in 2007.

“We had very different careers,

where Bob comes from the Army element and I was predominantly a naval cook,” Rocky says, but they've also found a lot of common threads. Both grew up in military families and have spent their entire lives connected to the CAF – they also like to share stories of Halifax in the late 60s and 70s, when Rocky was a young sailor while Bob was still growing up in the area.

Thorne's Navy years highlighted by involvement in countless regional and national CAF sporting events, but also included an astounding 3,000+ days at sea with time spent on 13 different RCN ships, from his first posting on the aircraft carrier HMCS *Bonaventure* all the way to the Kingston-class ships and HMCS *Summerside*, brand new at the time, near the end of his career.

Thompson spent a lot more time on land as an Army NCO, joining in 1985 as a Mat Tech in Gagetown before ending his career as the CAF Ethics Chief. The time in between of course included

time spent at different bases around the country and completing overseas deployments and postings around the world, including a year at the Kabul Military Training Centre in Afghanistan beginning in summer 2012 – he was awarded the Meritorious Service Medal for his leadership and influence as part of the command team leading a multinational group of more than 500 personnel.

“It was a varied career, and I had the opportunity to work at every level – tactical, operational, strategic and institutional, right up to my last job as the Ethics Chief,” Thompson said.

Since retirement, in addition to the PSP role, Bob has also been an outspoken advocate for further recognition for those who fought and died in Afghanistan, specifically pushing the dates of the Afghanistan war to be added to the front of the Halifax Cenotaph and other memorials.

Both men say they enjoy working

with PSP as one way to stay connected to the CAF community, and any night at the desk is sure to bring conversations with members coming in for a workout, whether they find CAF connections through relatives or colleagues, or just shoot the breeze about CAF life and changes over the years.

“I call it our demilitarization,” Thorne says. “It's a gradual departure from our military family, from this thing that has been a part of us all our lives.”

Thompson echoed those comments, and said the gym has provided an addendum to a great career.

“I loved every second of it. Even when things were bad, at least you were with your people and you knew they had your back,” he said.

“Coming to work with Rocky is just like that.”



Les vétérans apportent des décennies d'expérience de la CAF et de camaraderie au gymnase de l'arsenal

Par Ryan Melanson,
L'équipe du Trident

L'Adjudant-chef (à la retraite) Bob Thompson ne dirige plus la prochaine génération de personnel des Forces armées canadiennes, mais il affirme qu'il aime « garder un œil » sur eux quelques soirs par semaine en travaillant à la réception du Centre de conditionnement physique et de sports de la Flotte, à l'intérieur de l'arsenal CSM.

« J'ai toujours aimé passer du temps avec les troupes et apprendre à les connaître, quel que soit leur grade, alors je me sens comme chez moi », a-t-il déclaré.

L'Adjuc (ret) Thompson a quitté les FAC en 2015 après une carrière de 30 ans dans l'armée, et a rejoint l'équipe des Programmes de soutien du personnel (PSP) au gymnase en 2018 après être revenu s'installer en Nouvelle-Écosse avec sa femme. Vous le trouverez à la réception les soirs de semaine aux côtés du maître de 1re classe (à la retraite) Rocky Thorne, un vétéran de la MRC qui a lui-même 40 ans de service et qui a occupé des fonctions civiles, entraîné et organisé divers sports dans les gymnases de la base depuis la fin de sa carrière dans la Marine en 2007.

« Nous avons eu des carrières très différentes, puisque Bob vient de l'armée et que j'étais surtout cuisinier dans la marine », explique Rocky, mais ils se sont aussi trouvés de nombreux points communs. Ils ont tous deux grandi dans des familles de militaires

et ont passé toute leur vie au sein des FAC. Ils aiment également raconter des anecdotes sur Halifax à la fin des années 60 et dans les années 70, lorsque Rocky était un jeune marin et que Bob grandissait encore dans la région.

La carrière de Thorne a été marquée par sa participation à d'innombrables événements sportifs régionaux et nationaux des FAC, mais elle a aussi compté plus de 3 000 jours en mer, passés sur 13 navires différents de la MRC, depuis sa première affectation sur le porte-avions NCSM *Bonaventure* jusqu'aux navires de la classe Kingston et au NCSM *Summerside*, tout nouveau à l'époque, vers la fin de sa carrière.

Thompson a passé beaucoup plus de temps sur terre en tant que sous-officier de l'armée, s'engageant en 1985 comme technicien des matériaux à Gagetown avant de terminer sa carrière en tant que chef de l'éthique de la CAF. Entre-temps, il a bien sûr passé du temps dans différentes bases du pays et effectué des déploiements à l'étranger et des affectations dans le monde entier, notamment une année au Centre d'entraînement militaire de Kaboul, en Afghanistan, à partir de l'été 2012 - il a reçu la médaille du service méritoire pour son leadership et son influence en tant que membre de l'équipe de commandement à la tête d'un groupe multinational de plus de 500 membres du personnel.

« J'ai eu l'occasion de travailler à tous les niveaux - tactique, opérationnel, stratégique et institutionnel - jusqu'à mon dernier poste en tant que chef de l'éthique », a déclaré M. Thompson.

Depuis qu'il est à la retraite, en plus de son rôle au sein des PSP, Bob s'est également fait l'avocat d'une plus grande reconnaissance pour ceux qui ont combattu et sont morts en Afghanistan, en insistant notamment pour que les dates de la guerre d'Afghanistan soient ajoutées sur le front du cénotaphe de Halifax et sur d'autres monuments commémoratifs.

Les deux hommes disent qu'ils aiment travailler avec les PSP pour rester en contact avec la communauté des FAC, et n'importe quel soir au bureau est sûr d'apporter des conversations avec les membres qui viennent s'entraîner, qu'ils trouvent des liens avec les FAC par l'entremise de parents ou de collègues, ou qu'ils parlent simplement de la vie des FAC et des changements au fil des ans.

« C'est ce que j'appelle notre démilitarisation », explique M. Thorne. « C'est un départ progressif de notre famille militaire, de cette chose qui a fait partie de nous toute notre vie.

Thompson se fait l'écho de ces commentaires et affirme que le gymnase a été le complément d'une grande carrière.

« J'ai adoré chaque seconde. Même



Le M 1 (retraité) Rocky Thorne, à gauche, a été libéré des FAC en 2007 et a commencé à travailler avec les PSP d'Halifax la même année. L'Adjuc (retraité) Bob Thompson a été libéré en 2015 et travaille aux côtés de Rocky au Centre de conditionnement physique et de sports de la flotte depuis 2018.

PO1 (Ret'd) Rocky Thorne, left, released from the CAF in 2007 and began working with PSP Halifax the same year. CWO (Ret'd) Bob Thompson released in 2015 and has been working alongside Rocky at the Fleet Fitness and Sports Centre since 2018.

RYAN MELANSON

quand les choses allaient mal, au moins vous étiez avec vos amis et vous saviez qu'ils vous soutenaient », a-t-il déclaré.

« Venir travailler avec Rocky, c'est exactement comme ça. »



CISM Lifesaving team picks up medals in Halifax

The Canadian Armed Forces CISM Lifesaving Team returned from the Canadian Surf Lifesaving Championships and training camp held in Halifax at Martinique/Rainbow Beach at the end of August with no shortage of success! Capt Mercedes LeBlance and Lt(N) Emily Chambers each took home silver medals, while OCdt Hanna Mountford won a bronze. Members of the CISM team were also named to the Canadian National Team. Congratulations to our CISM athletes!

L'équipe de sauvetage du CISM remporte des médailles à Halifax

L'équipe de sauvetage du CISM des Forces armées canadiennes est revenue des Championnats canadiens de sauvetage sur plage océanique et du camp d'entraînement qui ont eu lieu à Halifax, à la plage Martinique/Rainbow, à la fin du mois d'août, avec beaucoup de succès ! La Capt Mercedes LeBlance et le Ltv Emily Chambers ont chacune remporté une médaille d'argent, tandis que l'Aspm Hanna Mountford a gagné une médaille de bronze. Des membres de l'équipe du CISM ont également été nommés au sein de l'équipe nationale canadienne. Félicitations à nos athlètes du CISM !

SUBMITTED / SOUMIS



Volleyball day at 12 Wing Shearwater

It was all about volleyball on September 15 at 12 Wing Shearwater, with units from across the wing gathering at the Fitness and Sports Centre for some friendly competition. 12 Wing Operations Support Squadron Commanding Officer, LCol Paul Malone, kicked things off with an opening serve, and a wing-wide tournament took place through the morning, with Fleet Diving Unit (Atlantic) coming out on top. Thanks to all who participated and made this a great event!

Journée de volley-ball à la 12e Escadre Shearwater

Le 15 septembre, le volley-ball était à l'honneur à la 12e Escadre Shearwater. Des unités de toute l'escadre se sont réunies au centre de conditionnement physique et de sports pour une compétition amicale. Le commandant du 12e Escadron de soutien aux opérations, le Lcol Paul Malone, a donné le coup d'envoi avec un service d'ouverture cérémoniel, et un tournoi à l'échelle de l'escadre s'est déroulé tout au long de la matinée, avec l'unité de plongée de la flotte (Atlantique) qui a remporté la victoire. Merci à tous ceux qui ont participé à ce grand événement !

CPL / LE CPL ALEXANDRE ARSENAULT

