



www.tridentnewspaper.com

TRIDENT

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



National Day for Truth and Reconciliation

The Survivors' Flag was raised on the morning of September 29 at CFB Halifax Base HQ, at 12 Wing Shearwater, and alongside ships of the Atlantic Fleet, ahead of the National Day for Truth and Reconciliation on September 30. Members were encouraged to wear Orange Shirts for the day, which also included cultural performances, smudging ceremonies, and other initiatives across the Formation.

MCPL DJALMA VUONG-DE RAMOS

Journée nationale de la vérité et de la réconciliation

Le drapeau des survivants a été hissé le matin du 29 septembre au QG de la BFC Halifax, à la 12e Escadre Shearwater et le long des navires de la Flotte de l'Atlantique, avant la Journée nationale de la vérité et de la réconciliation qui aura lieu le 30 septembre. Les membres ont été encouragés à porter des chemises orange pour la journée, qui comprenait également des spectacles culturels, des cérémonies de purification et d'autres initiatives dans l'ensemble de la Formation.

LE CPLC DJALMA VUONG-DE RAMOS

Harvest Health Fair returns at CFB Halifax

La foire de la santé des récoltes revient à la BFC Halifax



Another CFB Halifax event has returned after a pandemic hiatus. The PSP Halifax Health Promotion team hosted their Harvest Health Fair on October 11, held for the first time in the drill hall at Stadacona building S120. Defence team members were invited to chat with both internal and external vendors about opportunities to improve their overall health – as well as to participate in educational games and activities and breakout sessions focused on specific topics.

Un autre événement de la BFC Halifax est revenu après une interruption due à la pandémie. L'équipe de promotion de la santé des PSP d'Halifax a organisé sa foire de la santé de la récolte le 11 octobre, pour la première fois dans la salle d'exercices du bâtiment S120 de Stadacona. Les membres de l'équipe de la Défense ont été invités à discuter avec des vendeurs internes et externes des possibilités d'améliorer leur santé en général, ainsi qu'à participer à des jeux et à des activités éducatives et à des séances en petits groupes portant sur des sujets précis.

RYAN MELANSON



It wouldn't be a fall fair without a pumpkin carving contest! Here, Lt(N) Szachury and SLt Baljet show off Harry DeWolf's crest and ship motto (Vincit qui patitur or 'Whoever endures, conquers') written in Inuktitut.

Il n'y aurait pas de foire d'automne sans concours de sculpture de citrouille ! Ici, le Ltu Szachury et l'Ens 1 Baljet montrent l'écusson de Harry DeWolf et la devise du navire (Vincit qui patitur ou « Celui qui endure, conquiert ») écrite en inuktitut.

RYAN MELANSON

"As October 31st approaches, I would like to wish my constituents, young and old, a happy and safe Halloween!"

Darrell



DARRELL SAMSON

Member of Parliament • Député
Sackville–Preston–Chezzetcook



902-861-2311

Darrell.Samson@parl.gc.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





Homecoming followed by a Change of Command

After arriving back in Halifax on October 3 following a six-month Indo-Pacific deployment on Operation Projection, HMCS Montréal held a Change of Command ceremony on board on October 5, welcoming Cdr Travis Bain (left) as the ship's new Commanding Officer. Cmdre Trevor MacLean, Commander Canadian Fleet Atlantic, presided over the ceremony, and thanked outgoing CO Cdr Paul Mountford for his work leading Montréal over the past year.

S1 BRYAN UNDERWOOD

Un retour au pays suivi d'une passation de commandement

Après être revenu à Halifax le 3 octobre à la suite d'un déploiement de six mois dans l'Indo-Pacifique dans le cadre de l'opération Projection, le NCSM Montréal a tenu une cérémonie de passation de commandement à bord le 5 octobre, accueillant le Capf Travis Bain (à gauche) en tant que nouveau commandant du navire. Le Cmdre Trevor MacLean, commandant de la Flotte canadienne de l'Atlantique, a présidé la cérémonie et a remercié le commandant sortant, le Capf Paul Mountford, pour le travail qu'il a accompli à la tête du Montréal au cours de la dernière année.

LE MAT 1 BRYAN UNDERWOOD

AS A MILITARY MEMBER,
YOU KNOW HOW IMPORTANT IT IS
TO HAVE EACH OTHER'S BACKS —
BOTH ON AND OFF THE JOB.

A ATLAS INSTITUTE FOR
VETERANS AND FAMILIES

Explore peer support and how it can benefit
your well-being and find programs and services
for military and police Families:

atlasveterans.ca/peer-support





HMCS Oriole back in Halifax following Great Lakes Deployment

The Royal Canadian Navy's tall ship and oldest commissioned vessel, HMCS Oriole, sailed back into Halifax harbour on October 3 after three months at sea as part of the 2023 Great Lakes Deployment. The trip saw Oriole and her crew welcome more than 10,000 visitors to the ship over 14 different port visits along the Saint Lawrence Seaway and Great Lakes. The very next day, the ship officially welcomed its new Commanding Officer, LCdr Gregg Morris, who had already joined the crew for the final leg of the deployment. The outgoing CO, LCdr Robert Pelton, commanded Oriole for more than three years.

MONA GHIZ

HMCS Oriole's PO2 Gabriel Lau creates big flavours in small spaces

By SLt Wilson Ho,
HMCS Oriole

Making a hearty and nutritious meal at home can be difficult at times, but preparing and cooking meals at sea is a whole other challenge! Working in a galley that can only fit one person comfortably at a time, with the ship rocking back and forth due to the sea state, Petty Officer Second Class (PO2) Gabriel Lau created nourishing and filling meals three times a day to feed all the crew members aboard His Majesty's Canadian Ship (HMCS) *Oriole* while the ship was participating in the Royal Canadian Navy's annual Great Lakes Deployment over recent months.

Originally from St. Johns, Newfoundland, PO2 Lau joined the RCN in 2009 at HMCS *Cabot* as a Reserve Naval Communicator. At the time, he was a first-year university student studying Computer Engineering.

"It was my first summer off, and I wanted to do something interesting. One of the places that I applied to was at my local Recruiting Centre, and they took me in right away," said PO2 Lau. In 2015, PO2 Lau made the switch to become a Cook in the RCN.

During the Great Lakes Deployment, PO2 Lau has made over 200 meals for the crew. One of the best and most complex meals that PO2 Lau said that he has done on this deployment was poke bowls.

"Poke bowls was the hardest meal to do on Oriole because of all the flavours and components. There are multiple

complexities and techniques to a poke bowl, such as making the rice, what protein to add to it, the greenery, the garnishes, the sauces, etc. Depending on how many toppings you want, it can be a multi-step process," said PO2 Lau.

"Making these individual components in my small galley, and then combining them to create a poke bowl was a challenge, but it was rewarding to see the end product and see everyone enjoy my work."

PO2 Lau was contacted last year by HMCS *Oriole* and was asked if he would like to be the Chief Cook onboard. Unfortunately, he was on a Professional Leadership Qualification (PLQ) Course at the time and was unable to sail. However, PO2 Lau has had a consistent desire for challenges. "Things that interest me are working on different platforms (in the Navy) and in different locations. I like things that are out of the mundane, and if it is novel, I will probably say yes to it." Therefore, early this year PO2 Lau contacted the Coxswain of HMCS *Oriole* to see if the position of Chief Cook was open again. Fortunately for him, it was, and he was offered the opportunity to sail soon after.

Besides his primary duties as Chief Cook, PO2 Lau takes time to also learn and help with evolutions on the upper decks on his breaks. "When I have the opportunity to go up and work with the sails, or with evolutions such as

departures and coming alongside a jetty, I always make an effort to go and help. We only have a maximum of 21 people onboard, and complex evolutions onboard HMCS *Oriole* require every available person to help where and when they can."

After being the Chief Cook onboard HMCS *Oriole* for this year's Great Lakes Deployment, he says the best

advice he can give and the best lesson that he has learned from this experience is to pack light and to remember to take breaks.

"Mental health is important," said PO2 Lau.

"On a 102-foot long ship, there is limited personal space. It is therefore essential to take regular breaks to avoid burnout!"



Petty Officer Second Class Gabriel Lau prepares a special ramen dish for the crew of HMCS Oriole.

Le maître de 2e classe Gabriel Lau prépare un repas spécial de nouilles ramen pour l'équipage du NCSM Oriole.

SLT / ENS 1 WILSON HO



Le M 2 Gabriel Lau du NCSM Oriole crée de grandes saveurs dans de petits espaces

Par SLt Wilson Ho,
NCSM Oriole

Il est parfois difficile de préparer un repas copieux à la maison, et préparer et cuisiner des repas en mer peut s'avérer encore plus difficile. Le maître de deuxième classe (M 2) Gabriel Lau, qui travaille dans une cuisine qui ne peut accueillir confortablement qu'une seule personne à la fois, alors que le navire oscille d'avant en arrière en raison de l'état de la mer, prépare trois fois par jour des repas nourrissants et rassasants pour tous les membres de l'équipage du navire canadien de Sa Majesté (NCSM) Oriole pendant la participation annuelle de ce dernier à la Tournée des Grands Lacs de la Marine royale canadienne.

Originaire de St. Johns, à Terre-Neuve-et-Labrador, le M 2 Lau se joint à la Marine royale canadienne (MRC) en 2009, au NCSM Cabot, en tant que spécialiste en communications navales de la Réserve. À l'époque, il est étudiant universitaire de première année en génie informatique.

« C'était mon premier été libre, et je voulais faire quelque chose que j'aimais. J'ai notamment postulé à mon Centre de recrutement local, qui m'a tout de suite recruté », explique le M 2 Lau. En 2015, le M 2 décide de devenir cuisinier dans la MRC.

Pendant la Tournée des Grands Lacs (TGL), le M 2 Lau prépare plus de 200 repas pour l'équipage. L'un des meilleurs et plus complexes repas que le M 2 Lau a dit avoir préparés au cours de ce déploiement est le bol poké.

« Le bol poké était le repas le plus difficile à réaliser sur le NCSM Oriole en raison de la multitude de saveurs et de composants qu'il contient. La préparation d'un bol poké peut être très complexe et faire appel à de nombreuses techniques. Il faut par exemple préparer le riz et choisir les protéines, la verdure, les garnitures et les sauces à ajouter au plat. Selon le nombre de garnitures souhaitées, le processus peut se dérouler en plusieurs étapes », explique le M 2 Lau.

« Fabriquer ces différents éléments dans ma petite cuisine, puis les combiner pour créer un bol poké a représenté un défi, mais ce fut grat-

ifiant de voir le résultat final et de constater que tout le monde appréciait mon travail. »

L'année dernière, le NCSM Oriole a communiqué avec le M 2 Lau pour lui demander s'il aimerait devenir leur chef cuisinier à bord. Malheureusement, il suit à l'époque un cours de qualification élémentaire en leadership (QEL) et ne peut pas prendre la mer. Cependant, le M 2 Lau souhaite constamment relever des défis.

« Ce qui m'intéresse, c'est de travailler sur différentes plateformes (dans la Marine) et à différents endroits. J'aime faire des choses qui ne sont pas banales, et lorsqu'il s'agit de quelque chose de nouveau, je vais probablement dire oui. »

Au début de l'année, le M 2 Lau communique donc avec le capitaine d'armes du NCSM Oriole pour savoir si le poste de chef cuisinier est à nouveau vacant. Heureusement pour lui, il l'est, et il se voit offrir l'occasion de prendre la mer peu de temps après. En plus de ses fonctions principales comme chef cuisinier, le M 2 prend le temps d'apprendre les manœuvres sur les ponts supérieurs et d'y participer pendant ses pauses.

« Lorsque j'ai l'occasion de monter sur le pont et de manipuler les voiles ou de participer aux manœuvres, comme les départs et l'accostage le long d'une jetée, j'essaie toujours d'apporter mon aide. Notre effectif maximal est de 21 personnes, et les manœuvres complexes à bord du NCSM Oriole exigent que chaque personne disponible apporte son aide là où elle le peut et quand elle le peut. »

Après avoir été chef cuisinier à bord du NCSM Oriole pendant la Tournée des Grands Lacs, il affirme que les meilleurs conseils qu'il peut donner et la meilleure leçon qu'il a tirée de cette expérience sont de faire des bagages légers et de ne pas oublier de faire des pauses.

« La santé mentale est importante », déclare le M 2 Lau.

« Sur un navire de 102 pi de long, l'espace personnel est limité. Il est donc indispensable de prendre des pauses régulièrement pour éviter l'épuisement! »



Le M 2 Lau affirme que les bols de poisson ont été l'un des repas les plus complexes qu'il a préparés pendant le déploiement sur les Grands Lacs en 2023.

PO2 Lau says poke bowls were one of the most complex meals he prepared during the 2023 Great Lakes Deployment.

ENS 1 / SLT WILSON HO



Le NCSM Oriole de retour à Halifax après le déploiement sur les Grands Lacs

Le NCSM Oriole, le grand voilier de la Marine royale canadienne et le plus ancien navire en service, est revenu au port d'Halifax le 3 octobre après trois mois en mer dans le cadre du déploiement 2023 sur les Grands Lacs. Au cours de ce voyage, Oriole et son équipage ont accueilli plus de 10 000 visiteurs sur le navire au cours de 14 visites portuaires le long de la Voie maritime du Saint-Laurent et des Grands Lacs. Dès le lendemain, le navire a officiellement accueilli son nouveau commandant, le capitaine de corvette Gregg Morris, qui avait déjà rejoint l'équipage pour la dernière étape du déploiement. Le commandant sortant, le capitaine de corvette Robert Pelton, a commandé l'Oriole pendant plus de trois ans.

MONA GHIZ



Annual Immunization Campaign coming soon to CFB Halifax

By CFB Halifax

Vaccines promote operational readiness by reducing the likelihood of severe illness. When you get vaccinated, you also reduce the risk of passing on the flu or COVID-19 to your colleagues, your family, and your community.

Planning is underway at Canadian Forces Health Services Centre (Atlantic) for this fall's Immunization Campaign for CAF members. The influenza and Moderna XBB 1.5 COVID-19 vaccines will both be available during a single visit at our immunization sites from 30 October to 30 November 2023. Immunization clinics will be established at Stadacona, the Dockyard, and Shearwater. Walk-in style and booked appointments will be available throughout the campaign. More details will be available in the coming weeks including specific

locations and operating hours.

Those with specific health concerns which may put them at increased risk for illness such as the immunocompromised, active pregnancy, and those with vulnerable family members may be able to access the vaccines sooner by contacting Immunizations at 902-721-8780 or immunizationnursehalifax@forces.gc.ca.

CF Health Services Centre (Atlantic)'s vaccine campaign is available to CAF members of the Regular Force, Reserve Force members on Class C service, and members on Class B service greater than 180 days. All other members of the Defence Team are strongly encouraged access the influenza and COVID-19 vaccines through provincial resources. [NS Vaccine Booking Page \(canimmunize.ca\)](#)

Campagne annuelle de vaccination bientôt à la BFC Halifax

Par la BFC Halifax

Les vaccins contribuent à la disponibilité opérationnelle en réduisant la probabilité de tomber gravement malade. Lorsque vous vous faites vacciner, vous réduisez également le risque de transmettre la grippe ou la COVID-19 à vos collègues, à votre famille et à votre communauté.

Le Centre des services de santé des Forces canadiennes (Atlantique) est en train de planifier la campagne de vaccination de cet automne pour les membres des FAC. Le vaccin antigrippal et le vaccin Moderna XBB 1.5 contre la COVID-19 pourront tous deux être administrés en une seule visite à nos points de vaccination entre le 30 octobre et le 30 novembre 2023. Des cliniques de vaccination seront aménagées à Stadacona, à l'arsenal et à Shearwater. Il sera possible de s'y rendre avec ou sans rendez-vous tout au long de la campagne. D'autres détails vous seront communiqués dans les semaines à venir, notamment concernant les lieux et les heures d'ouverture.

Les personnes ayant des problèmes de santé qui les exposent à un risque accru de maladie, comme les personnes immunodéprimées, les femmes enceintes et les membres vulnérables de la famille, peuvent avoir accès aux vaccins plus rapidement. Il suffit à cette fin de composer le 902-721-8780 ou d'écrire à l'adresse immunizationnursehalifax@forces.gc.ca.

La campagne de vaccination du Centre des services de santé des FC (Atlantique) est

destinée aux membres des FAC de la Force régulière, ainsi qu'aux membres de la Force de réserve en service de classe C ou en service de classe B pour une période de plus de 180 jours. Tous les autres membres de l'Équipe de la Défense sont fortement encouragés à se faire vacciner contre la grippe et la COVID-19 auprès des ressources provinciales. [NS Vaccine Booking Page \(canimmunize.ca\)](#)



MCPL / LE CPLC GERALD CORMIER



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 lighting retrofit and re-design project is happening

Un projet de modernisation de l'éclairage est en cours

The installation of low-energy lights such as LED lighting to replace buildings with older lighting technology

Installation d'éclairage efficace comme des ampoules et tubes DEL dans des bâtiments équipés de technologies d'éclairage moins récentes

Buildings receiving this upgrade:

Bâtiments subissant ces travaux:

BR 47 – Training Building
Bâtiment de formation
DA 26 - Main Laboratory
Laboratoire principal
SHHGR 342 - 423 MH Squadron
Escadron 423 MH
S 105 – Juno Tower Mess and Quarters
Mess et quartiers de la tour Juno

and more / et plus !



LED Lights Lumières LED

80% more efficient
than fluorescent
lights

75% more efficient
than incandescent
lights

80% plus efficace
que les tubes
fluorescents

75% plus efficace
que l'éclairage
incandescent



HMCS *Harry DeWolf* recently took a quick scenic pit stop in Nuuk, Greenland to take on supplies and let the crew stretch their legs.

NCSM *Harry DeWolf* a récemment fait une halte rapide et pittoresque à Nuuk, au Groenland, pour se ravitailler et permettre à l'équipage de se dégourdir les jambes.

PTE / LE SDT BRENDAN GAMACHE

The Arctic and Offshore Patrol Vessel: a valuable asset in protecting Canada's Northern waters

By RCN

In Canada's North, Arctic Offshore and Patrol Vessels (AOPVs) provide increasing value to the Royal Canadian Navy (RCN) and our nation. The vessels provide the opportunity for our navy to become familiar with the unique Arctic environment, reinforce relationships with local communities, and demonstrate Canada's presence in the region.

The Arctic strategic and operational environment is rapidly evolving due to climate change, technological advancements and strategic competition by nations also hoping to assert sovereignty in the region. The North is becoming increasingly accessible and human activity, at sea and ashore, is on the rise. The transformation of the Arctic environment creates both opportunities and challenges for Canada's security and prosperity.

To succeed in this changing complex security environment, the

Canadian Armed Forces (CAF) has increased its presence in the Arctic. Over the long term, the CAF will continue to employ a series of programs, working cooperatively with Indigenous communities, as well as domestic and international partners.

"The response so far has been very positive," said Lieutenant-Commander (LCdr) Jim Little, Senior Staff Officer, Operations, Readiness and Air Capabilities, New Capability Integration. "The RCN will continue to operate in the Arctic for the foreseeable future. Our sailors, aviators and soldiers have enjoyed working with our partners that regularly operate in the North."

Our navy plays a crucial role in achieving the goal of increased presence and strong relationships with Northern communities, given the importance of the maritime environment in the Canadian Arctic.

With the acquisition of our six

ice-capable *Harry DeWolf*-class AOPVs, four of which have already been delivered, we're increasing our range, endurance, and effectiveness throughout the area.

AOPVs are designed to operate in ice up to 1.5 metres thick, permitting operations from late spring to late fall. This will allow the RCN to have unescorted access to areas of the Arctic that were previously unreachable.

These operations in the North support Canada's defence policy: *Strong, Secure, Engaged*, through the conduct of search and rescue when required, assistance to other government departments, and participation in research and scientific studies.

"AOPVs are able to capture various meteorological and ocean data related to the Arctic Ocean and the overall environment," explained LCdr Little. "This will increase the CAF's knowledge of the Arctic, the challenges posed to its residents and

the overall marine environment."

With their considerable space to transport cargo and the capacity to embark a Cyclone helicopter, small vehicles, and deployable boats, AOPVs have the capacity to facilitate helicopter operations and landing craft support, provide storage and transport, and command and control capabilities.

Given the significant range of AOPVs, each ship is capable of spending extended periods of time in the North through the summer months, ensuring Canadian sovereignty by conducting patrols and surveillance of Arctic waters.

By participating in northern operations such as Op *Nanook* in support of Canadian Joint Operations Command and other government departments, AOPVs conduct visits to remote villages and hamlets to increase awareness of the RCN and CAF's presence in the North.

Each of the six AOPVs will be affiliated with the Inuit Nunangat regions of the Arctic to deepen ties. His Majesty's Canadian Ship (HMCS) *Harry DeWolf* established an affiliation with the Qikiqtani Inuit Association, *Margaret Brooke* is affiliated with Nunatsiatvut, Labrador and *Max Bernays* will formalize its affiliation with the Kitmeot region in November 2023.

Building these relationships increases the RCN's understanding of the Inuit culture, provides transparency of our northern operations with local communities, and allows the ship's crew to connect and learn from local communities.

"We have learned a lot through participation in operations such as *Nanook*, and collaboration with our partners, including the Canadian Rangers and other federal, territorial and local governments, has been exceptional," said LCdr Little.

Our navy's participation in Operation *Nanook* and the increased knowledge of Arctic operations is enabled by each ship's affiliation with their region. This offers the sailors an increased awareness and understanding of Indigenous and Inuit peoples of the Inuit Nunangat, and the chance to learn from each other.

The opportunity to sail so far North increases sailors' experience with ice operations. The Canadian Coast Guard and local communities have been especially helpful in increasing RCN expertise with such unique scenarios, says LCdr Little.

AOPVs are scheduled to deploy on an annual basis for *Nanook* but may also proceed north to conduct surveillance operations or to operate in or near the ice shelf outside of the navigable season.

We received our first AOPV, HMCS *Harry DeWolf* on July 31, 2020. It was commissioned into service in June of 2021 and completed its first operational tour – the circumnavigation of North America – between August and December 2021, which included a transit through the Northwest Passage.

Our second AOPV, HMCS *Margaret Brooke*, was delivered on July 15, 2021, and our third AOPV, HMCS *Max Bernays*, was delivered on September 2, 2022. The fourth AOPV, HMCS *William Hall*, was delivered on August 31. The final two ships are currently in various stages of production.

As the Arctic environment continues to experience significant change, every AOPV represents an innovative and important capability for the RCN.



Le *Harry Dewolf* a rencontré des aînés de la *Pairijait Tigumiaqtukkut Elder Society* à Iqaluit, au Nunavut, et a organisé une rencontre avec le public à la filiale 168 de la Légion royale canadienne.

Harry Dewolf met with Elders from the Pairijait Tigumiaqtukkut Elder Society in Iqaluit, Nunavut, and hosted an open-house style meet and greet with the public at Royal Canadian Legion Branch 168.

LE SDT / PTE BRENDAN GAMACHE

Les navires de patrouille extracôtiers et de l'Arctique : un atout précieux pour protéger les eaux septentrionales du Canada

Par MRC

Dans le Nord canadien, les navires de patrouille extracôtiers et de l'Arctique (NPEA) apportent une valeur ajoutée à la Marine royale canadienne (MRC) et au pays. Ils permettent à la Marine de mieux connaître le milieu particulier de l'Arctique, de renforcer ses relations avec les communautés locales et de mettre en évidence la présence du Canada dans la région.

Le milieu stratégique et opérationnel dans l'Arctique évolue rapidement en raison des changements climatiques, des avancées technologiques et de la concurrence stratégique des pays qui souhaitent eux aussi affirmer leur souveraineté dans la région. Le Nord est de plus en plus accessible et l'activité humaine, en mer et sur terre, augmente. Cette transformation

observée dans l'Arctique présente à la fois des possibilités et des difficultés pour la sécurité et la prospérité du Canada.

Pour réussir dans ce contexte de sécurité changeant et complexe, les Forces armées canadiennes (FAC) ont augmenté leur présence à long terme dans l'Arctique, et ce, grâce à une série de programmes et à la collaboration avec les communautés autochtones, ainsi que les partenaires à l'échelle nationale et internationale.

« Jusqu'à présent, la réaction a été très positive », a déclaré le capitaine de corvette (Capv) Jim Little, officier supérieur d'état-major - Opérations, disponibilité opérationnelle et capacités aériennes au sein de l'équipe du directeur - Intégration des nouvelles capacités. « La MRC con-

tinuera à mener des opérations dans l'Arctique dans un avenir prévisible. Nos marins, aviateurs et soldats ont aimé travailler avec nos partenaires qui mènent régulièrement des opérations dans le Nord. »

La Marine canadienne joue un rôle crucial dans l'atteinte de l'objectif visant à renforcer sa présence dans le Nord et à établir des relations solides avec les communautés nordiques, compte tenu de l'importance du milieu maritime dans l'Arctique canadien.

Grâce à l'acquisition de nos six NPEA de la classe *Harry DeWolf* résistants aux glaces, dont quatre ont déjà été livrés, nous accroissons notre rayon d'action, notre endurance et notre efficacité dans toute la région.

Les NPEA sont conçus pour naviguer dans des glaces d'une épaisseur de 1,5 m, ce qui signifie qu'ils peuvent être utilisés de la fin du printemps à la fin de l'automne. La MRC pourra ainsi accéder sans escorte à des régions de l'Arctique jusqu'alors inaccessibles.

Ces opérations dans le Nord soutiennent la politique de défense du Canada, intitulée *Protection, Sécurité, Engagement*, puisqu'elles comprennent des missions de recherche et de sauvetage en cas de besoin, d'assistance à d'autres ministères et d'appui à des recherches et à des études scientifiques.

« Les NPEA sont en mesure de saisir diverses données météorologiques et océaniques liées à l'océan Arctique et au milieu dans son ensemble. Cela permettra aux FAC de mieux connaître l'Arctique, les défis auxquels les résidents font face et l'ensemble du milieu marin », a expliqué le Capc Little.

Grâce à la surface considérable dont ils disposent pour transporter des marchandises et à leur capacité d'embarquer un hélicoptère Cyclone, de petits véhicules et des embarcations déployables, les NPEA peuvent faciliter les opérations héliportées et le soutien des péniches de débarquement, et assurer le stockage et le transport, ainsi que les capacités de commandement et de contrôle.

Compte tenu du rayon d'action important des NPEA, chaque navire est capable de passer de longues périodes dans le Nord en été, afin d'assurer la souveraineté du Canada en menant des patrouilles et en surveillant les eaux de l'Arctique.

En participant à des opérations nordiques telles que l'Op *Nanook*, à l'appui du Commandement des opérations interarmées du Canada et d'autres ministères, les NPEA se rendent dans des villages et des hameaux éloignés afin d'accroître la sensibilisation à la présence de la MRC et des FAC dans le Nord.

Chacun des six NPEA sera affilié à une région de l'Inuit Nunangat dans l'Arctique afin d'approfondir

les liens. Le Navire canadien de Sa Majesté (NCSM) *Harry DeWolf* s'est affilié à l'Association inuite de Qikiqtani et le *Margaret Brooke*, au Nunatsiatvut (Terre-Neuve-et-Labrador). Le *Max Bernays* son affiliation à la région du Kitkmeot en novembre 2023.

En tissant ces liens, la MRC peut mieux comprendre la culture inuite, assurer la transparence de ses opérations dans le Nord auprès des communautés locales et permettre aux équipages de se rapprocher de ces dernières et de tirer des enseignements de leur expérience.

« Nous avons beaucoup appris en participant à des opérations telles que l'Op *NANOOK*, et en collaborant de façon exceptionnelle avec nos partenaires, notamment les Rangers canadiens et d'autres autorités fédérales, territoriales et locales », a déclaré le Capc Little.

Si la Marine canadienne participe à l'Op *Nanook* et si elle a une meilleure connaissance des opérations dans l'Arctique, c'est grâce à l'affiliation de chaque navire à sa région. Les marins ont ainsi une meilleure connaissance et une meilleure compréhension des peuples indigènes et inuits de l'Inuit Nunangat, et ont la possibilité d'apprendre les uns des autres.

Le fait de naviguer aussi loin dans le Nord a pour conséquence d'accroître l'expérience des marins quant aux opérations dans les glaces. La Garde côtière canadienne et les communautés locales ont beaucoup aidé la MRC à améliorer son expertise relativement à ces scénarios particuliers, de dire le Capc Little.

Les NPEA sont censés être déployés tous les ans pour participer à l'Op *NANOOK*, mais ils peuvent également se rendre dans le Nord pour effectuer des opérations de surveillance ou pour naviguer dans les glaces ou à la lisière des glaces en dehors de la saison de navigation.

Nous avons reçu notre premier NPEA, le NCSM *Harry DeWolf*, le 31 juillet 2020. Mis en service en juin 2021, il a effectué son premier déploiement opérationnel, soit la tournée de l'Amérique du Nord, entre août et décembre 2021, déploiement qui comprenait une traversée du passage du Nord-Ouest.

Notre deuxième NPEA, le NCSM *Margaret Brooke*, a été livré le 15 juillet 2021, et notre troisième NPEA, le NCSM *Max Bernays*, le 2 septembre 2022. Le quatrième NPEA, le NCSM *William Hall* devrait être livré le 31 août. Les deux derniers navires en sont actuellement à diverses étapes de production.

Le milieu arctique continuant à subir des changements importants, chaque NPEA représente une capacité innovante et importante pour la MRC.



S1 Kyle Beecker, S2 Miguel Wilson and S2 Van Long Nguyen during one of their rare down times at sea in USS San Juan.

Le Mat 1 Kyle Beecker, le Mat 2 Miguel Wilson et le Mat 2 Van Long Nguyen pendant l'un de leurs rares temps morts en mer à bord de l'USS San Juan.

US NAVY

Then y'ar a Bluenose!

By Nathalie Garcia,
Canadian Submarine Force

Few of us have visited Canada's North, even fewer will sail the Arctic Ocean. Only the more adventurous of us would attempt such a voyage and dare to disturb Neptune!

Four members of the Canadian Submarine Force recently had this opportunity when they sailed through the Northwest passage as part of a cross pollination on the United States Submarine San Juan. Lt(N) Benjamin Courchene, S1 Kyle Beecker, S2 Van Long Nguyen and S2 Miguel Wilson joined the San Juan for a month-long transit from Groton, Connecticut to Bremerton, Washington as a way to deepen their knowledge of submarine operations.

"We learned so much," said S2 Van Long Nguyen. "I'm so happy I had the opportunity to be a part of this."

Like all submariners, the crew and officers of the USS San Juan are trained to operate underwater, with all the complexities it entails. Add to this Arctic conditions and shallow water operations, and the stakes are even higher.

"Even during the most grueling and shallow portions of the trip, the San Juan's navigator, Lt Daniel Stikles' motto "Overprepared and underwhelmed" held true," said Lt(N) Courchene. "The seas were pleasantly calm below the ice, and we sailed through without an incident."

The transit was part of Operation Nanook-Tuuglik 2023, Canada's annual sovereignty exercise. This year's iteration included assets from the Royal Canadian and United States Navies as well as the Royal Canadian Air Force.

Included in the trip was an Arctic Circle crossing-of-the-line ceremony,

much like the ones sailors have undergone for centuries. It is thought to appease Neptune before approaching his realm, and has roots in ancient times. Such ceremonies are also conducted when crossing the date line, the Equator and Antarctic circle. Once completed, the 'tadpole' is

reborn as a 'shellback' and earns the title of "Bluenose."

"This was an amazing, once in a lifetime experience and I really enjoyed the camaraderie," said S2 Nguyen.

Vous voilà donc un Bluenose!

Par Nathalie Garcia,
Force de sous-marins canadiens

Peu d'entre nous avons visité le Nord du Canada, et encore moins navigueront sur l'océan Arctique. Seuls les plus aventureux de nous tenteraient un tel voyage et oseraient déranger Neptune!

Pourtant, quatre membres de la Force sous-marine canadienne ont récemment eu l'occasion de le faire en empruntant le passage du Nord-Ouest dans le cadre d'une pollinisation croisée à bord du sous-marin américain San Juan. Le Ltv Benjamin Courchene, le Mat 1 Kyle Beecker, le Mat 2 Van Long Nguyen et le Mat 2 Miguel Wilson se sont joints au San Juan pour effectuer une traversée d'un mois de Groton, au Connecticut, à Bremerton, à Washington, dans le but d'approfondir leurs connaissances des opérations sous-marines.

« Nous avons tellement appris », déclare le Mat 2 Van Long Nguyen. « Je suis très heureux d'avoir eu la chance de participer à cette expédition. »

Comme tous les sous-marinières, l'équipage et les officiers de l'USS San Juan sont formés aux opérations sous-marines et en connaissent toutes les complexités. Ajoutez à cela les conditions de l'Arctique et les opérations en eaux peu profondes et les enjeux deviennent encore plus importants.

« Même pendant les portions du voyage les plus éprouvantes et en eau peu profonde, la devise

du navigateur du San Juan, le Lt Daniel Stikles "trop de préparation et aucune surprise" s'est vérifiée », déclare le Ltv Courchene. « La mer était agréablement calme sous la glace, et nous avons effectué la traversée sans incident. »

Ce passage s'inscrivait dans le cadre de l'opération Nanook-Tuuglik 2023, l'exercice annuel de souveraineté du Canada. L'édition de cette année comprenait des ressources de la Marine royale canadienne et de la marine américaine, de même que de l'Aviation royale canadienne.

Au cours du voyage a eu lieu un baptême de la ligne du cercle arctique, semblable à celui auquel assistent les marins depuis des siècles dans la Marine française et la Royal Navy. Cette cérémonie, dont les origines remontent à l'Antiquité, est censée apaiser Neptune avant de s'approcher de son royaume. De telles cérémonies sont également organisées lors du franchissement de la ligne de changement de date, de l'Équateur et du cercle antarctique. Une fois la cérémonie terminée, le « marin d'eau douce » renaît en tant que « vieux loup de mer » et mérite le titre de « Bluenose ».

« J'ai vécu une expérience extraordinaire et unique, et j'ai vraiment aimé l'esprit de camaraderie », raconte le Mat 2 Nguyen.



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



STORAGE INN
SELF STORAGE

The Storage Professionals

**DISCOUNT
FOR MILITARY
MEMBERS!**

902-446-2727

www.storageinn.ca



Dragon Boat Regatta raises \$8,000 for NDWCC

On September 27, local Defence Team members gathered at Lake Banook to participate in the 2023 National Defence Workplace Charitable Campaign (NDWCC) Dragon Boat Regatta. Seven teams of participants from 12 Wing Shearwater, Naval Fleet School Atlantic, Fleet Maintenance Facility Cape Scott, Canadian Fleet Atlantic and CFB Halifax loaded onto dragon boats and raced first in single boat heats then head-to-head races down the lake to the finish line. It was a morning of friendly competition in support of this year's campaign, with 12 Wing taking the trophy and title of the 2023 NDWCC Dragon Boat Regatta Champions!

The competition was fierce on and off the lake with teams not only battling for first place in the race, but also to be named the best dressed/themed team. Congratulations to Fleet Maintenance Facility Cape Scott for receiving this title! This year's Dragon Boat Regatta raised over \$8,000 for the NDWCC! Bravo Zulu to Base Information Services (BIS) for organizing this event, Dragon Boat East for providing their facilities, equipment, and expert paddle instructors and to all the participants and volunteers who made this day a huge success!

S1 BRYAN UNDERWOOD

La régates de bateaux-dragons permet de collecter 8 000 dollars pour la CCMTDN

Le 27 septembre, des membres de l'Équipe de la Défense locale se sont réunis au lac Banook pour participer à la régates de bateaux-dragons de la Campagne de charité en milieu de travail de la Défense nationale (CCMTDN) 2023. En tout, sept équipes de participants venant de la 12e Escadre Shearwater, de l'École navale (Atlantique), de l'Installation de maintenance de la Flotte Cape Scott, de la Flotte canadienne de l'Atlantique et de la BFC Halifax ont embarqué sur des bateaux-dragons et ont fait la course, d'abord lors d'éliminatoires à un seul bateau, puis lors de courses en tête-à-tête sur le lac jusqu'à la ligne d'arrivée. Ce fut une matinée de compétition amicale à l'appui de la campagne de cette année, et la 12e Escadre a remporté le trophée et le titre de championne de la régates de bateaux-dragons de la CCMTDN 2023!

La compétition a été féroce sur le lac et en dehors, les équipes se battant non seulement pour la première place dans la course, mais également pour être désignée comme l'équipe la mieux habillée et ayant le meilleur thème. Félicitation à l'équipe de l'Installation de maintenance de la Flotte Cape Scott qui a remporté ce titre! Cette année, la régates de bateaux-dragons a permis de récolter plus de 8 000 dollars au profit de la CCMTDN! Bravo Zulu aux Services d'information de la base (SIB) pour avoir organisé cet événement, à Dragon Boat East pour avoir fourni ses installations, son équipement et ses instructeurs experts en canotage et à tous les participants et bénévoles qui ont fait de cette journée un énorme succès!

LE MAT 1 BRYAN UNDERWOOD





CANADA'S NAVAL MEMORIAL  MÉMORIAL NAVAL CANADIEN
HMCS / NCSM SACKVILLE

**CAPTAIN SIGNAL FROM HMCS SACKVILLE:
THE SHIP NEEDS MORE SUPPORTERS!
MEMBERSHIPS ARE AVAILABLE**

DONATIONS ARE ALWAYS WELCOME AND APPRECIATED
(INDIVIDUAL, UNIT OR CORPORATE)

CHARITABLE ORG: BN11883 4720 RR0001



Photo credit: DND/CAF



MCpl Marie LeBlanc

La Cplc Marie LeBlanc.

SUBMITTED / SOUMIS

NDWCC Face of Base: MCpl Marie LeBlanc

By CFB Halifax

Meet our first 2023 National Defence Team Workplace Charitable Campaign (NDWCC) Face of Base: Master Corporal (MCpl) Marie LeBlanc, a dedicated member of Military Police Unit (MPU) Halifax.

Born in Moncton, New Brunswick, and raised here in Halifax, MCpl LeBlanc's journey in service to our nation began in 2012 when she joined the reserves with 3 Military Police Regiment before transitioning to the Regular Force in 2016. Today, MCpl LeBlanc serves at MPU Halifax as a Victim Services Specialist within police operations. This role involves reaching out to victims following incidents, providing essential support, conducting regular check-ins, offering updates, and extending a helping hand during challenging moments. It's a rewarding and emotionally taxing role, but MCpl LeBlanc finds immense fulfillment in knowing that she can positively impact the lives of those in need.

Beyond her military duties, MCpl LeBlanc is deeply committed to charitable giving and community involvement. She firmly believes that giving back to our community creates a brighter future, setting a powerful example for her son and reinforcing the importance of collective efforts to strengthen our community bonds.

Her passion for giving back to the community led her to become

involved with the Halifax Region NDWCC this year, volunteering as the Official Point of Contact (OPI) for MPU Halifax. She's excited about this opportunity to contribute to the campaign and encourages fellow Defence Team members to support the NDWCC as well, emphasizing that volunteering and contributing to charitable campaigns are meaningful ways to make a positive difference to those in need.

MCpl LeBlanc knows it's important for individuals who wear uniforms, especially those in sensitive professions like policing, to be visible in the community, and actively engaging in charitable initiatives. This not only helps break down negative stigmas associated with their roles but also strengthens the bonds between the military and the communities they serve.

Her involvement in various community initiatives includes supporting Feed Nova Scotia food drives, volunteering in Christmas parades, representing the Military Police when needed, and contributing to Camp Courage, a program empowering young women to explore careers in first response services.

Thank you, MCpl LeBlanc, for your dedication to service, commitment to our community, and inspiring contributions to the NDWCC!

Gens de la BFC Halifax du CCMTDN: La Cplc Marie LeBlanc

Par la BFC Halifax

Rencontrez notre premier profil des Gens de la BFC Halifax de la Campagne de charité en milieu de travail de la Défense nationale (CCMTDN) 2023 – la caporale-chef (Cplc) Marie LeBlanc, une membre dévouée de l'Unité de la Police militaire (UPM) Halifax.

La Cplc LeBlanc naît à Moncton, au Nouveau-Brunswick, et grandit ici à Halifax. Sa carrière au service du pays commence en 2012 alors qu'elle se joint à la Réserve au sein du 3e Régiment de la Police militaire, avant de passer à la Force régulière en 2016. Aujourd'hui, la Cplc LeBlanc sert à l'UPM Halifax en tant que spécialiste des services aux victimes au sein des Opérations policières. Ce rôle consiste à venir en aide aux victimes à la suite d'incidents, à leur fournir un soutien essentiel, à effectuer des vérifications régulières auprès d'elles, à assurer un suivi et à leur donner un coup de main dans les moments difficiles. C'est un rôle gratifiant et exigeant sur le plan émotif, mais la Cplc LeBlanc éprouve une immense satisfaction à l'idée de savoir qu'elle peut faire une différence dans la vie des personnes dans le besoin.

Au-delà de ses fonctions militaires, la Cplc LeBlanc est fortement engagée en faveur des dons de bienfaisance et de la participation communautaire. Elle croit fermement que le fait de redonner à notre communauté aide à créer un avenir meilleur, ce qui constitue un excellent exemple pour son fils et renforce l'importance des efforts collectifs visant à consolider les liens au sein de la communauté.

Son désir de redonner à la communauté

l'a amenée à prendre part à la CCMTDN de la région d'Halifax cette année, en se portant volontaire pour être le point de contact officiel (BPR) de l'UPM Halifax. Elle est heureuse d'avoir l'occasion de pouvoir apporter sa contribution à la campagne et encourage ses collègues de l'Équipe de la Défense à appuyer également la CCMTDN, soulignant que le bénévolat et la participation à des campagnes de bienfaisance sont des façons significatives d'apporter des changements positifs pour les personnes dans le besoin.

La Cplc LeBlanc sait qu'il est important pour les personnes qui portent l'uniforme, en particulier celles qui exercent des professions de nature délicate, comme les services policiers, d'être visibles dans la communauté et de participer activement aux initiatives caritatives. Cela permet non seulement d'éliminer les préjugés associés à leur rôle, mais également de renforcer les liens entre les militaires et les communautés qu'ils servent.

Sa participation à diverses initiatives communautaires comprend son appui aux collectes d'aliments de Feed Nova Scotia, sa participation bénévole aux défilés de Noël, sa représentation de la police militaire, au besoin, et sa contribution au Camp courage, un programme qui permet aux jeunes femmes d'explorer des carrières dans les services de première intervention.

Merci, Cplc LeBlanc, pour votre volonté de servir, votre engagement envers notre communauté et vos contributions inspirantes à la CCMTDN!

CFB Halifax Advertising & Sponsorship Opportunities Available

Please contact
Peter.McNeil@forces.gc.ca
 (902) 401-0052



CFMWS.CA/HALIFAX

/PSPHALIFAX



Padre's Corner: Hanging in there when I feel like letting go

By Lt(N) Padre Graeme Carruth,
MFRC Chaplain

I recall an experience I had just after finishing basic training. I was an 18-year-old AB (S2 in today's Navy) and the unit was doing late winter war games in Borden. As we approached the end of the exercise, I was among the exhausted many. That's when it occurred to me that, were I to be 'shot' then I'd be 'dead' and could spend the rest of the exercise hanging with the other 'casualties' out of the cold and elements – with actual coffee!

A very tempting prospect.

How often in life we can find ourselves feeling like we just want to pack it in. Maybe our relationship isn't what we imagined, or maybe it feels stale. Maybe the career course or the posting, the promotion or the deployment we were expecting passed us over – again. Maybe that 'lovely person' we have to work with did not get posted out this year, etc. You know the reasons, because some version of them from time to time hits us all. And when this happens, the urge to 'pull the pin' can feel overwhelming. After all, we think, 'what could be worse than what I'm going through now?'

And let's be honest, sometimes that's really true. Sometimes we really are better off making a change. But far more often 'letting go' ends up meaning 'losing out'. At least that's what I discovered on that long ago Winter Ex.

While I didn't quite do that First World War thing where I wilfully let the enemy shoot me to get sent home, I certainly lost my will to carry on. And sure enough, in a moment of inattention, someone picked me off.

For me, the war was over, and I went to the "dead-tent." Given the things I had to look forward to I should have been happy. I was out of the elements and there was actual coffee.

The trouble was none of my friends were there! They were all still in the field enjoying the camaraderie of shared purpose. And though I had

company in the tent, it was kind of like being dead. No one had anything to do, and of course no one was allowed to leave, so the mood was as somber as a graveyard. And worse still? The coffee was cold!

In no time, all the things that had looked so inviting while I was slogging in the field fell far short of my expectations. I soon found myself wishing I'd been more alert and not been shot. Things became more depressing when at the end of the Ex my friends, the majority of whom had survived, were all bubbling with 'war stories' of things that had happened after I'd been removed from the game. And just to salt the wound... they all got fresh hot coffee!! I suddenly felt like an outsider with my own gang.

I guess what they say about the grass always appearing greener on the other side of the fence is true – you might get there and discover it's just as yellow and patchy as the lawn you just left.

I suppose what I discovered is that even when the going is tough, it's often worth slogging on. Let's face it: No matter what we do, there will always be boring, aggravating, disappointing or even upsetting times. But what I discovered is that there really are also rewards that come with hanging in there through those times.

It's been many years since I was that 18-year-old new sailor. But when I've remembered to apply what that experience tried to teach me, I have tasted the victory of hanging on through the temptation to let go, and enjoyed other experiences and fellowships that I didn't even see coming.

There are times when it is wise to cut our losses and move on. But often the greater gains come from having the courage and fortitude to hang in there with our current relationships, employment, and activities, and working to make what we already have into the best it can be.

Chronique de l'aumônier : S'accrocher quand j'ai envie de lâcher prise

Par l'aumônier le Ltv Graeme Carruth,
Aumônier du CRFM

Je me souviens d'une expérience que j'ai vécue juste après avoir terminé ma formation de base. J'étais un matelot de 18 ans et l'unité effectuait des jeux de guerre à Borden à la fin de l'hiver. Alors que nous approchions de la fin de l'exercice, j'étais parmi les nombreux épuisés. C'est alors qu'il m'est venu à l'esprit que si j'étais « abattu », je serais « mort » et je pourrais passer le reste de l'exercice à traîner avec les autres « blessés » dans le froid et à l'abri des éléments - avec du vrai café !

Une perspective très tentante.

Combien de fois, dans la vie, avons-nous l'impression de vouloir tout laisser tomber. Peut-être que notre relation n'est pas ce que nous avions imaginé, ou peut-être qu'elle est périmée. Peut-être que la formation professionnelle, l'affectation, la promotion ou le déploiement que nous attendions nous a échappé - une fois de plus. Peut-être que la « personne charmante » avec laquelle nous devons travailler n'a pas été affectée cette année, etc. Vous connaissez les raisons, parce qu'une version ou une autre de ces raisons nous touche tous de temps en temps. Et lorsque cela se produit, l'envie de « tirer la sonnette d'alarme » peut être irrésistible. Après tout, nous nous disons : « Qu'est-ce qui pourrait être pire que ce que je vis en ce moment ?

Et soyons honnêtes, c'est parfois vrai. Parfois, il vaut mieux changer de situation. Mais bien plus souvent, « lâcher prise » finit par signifier « perdre. » C'est du moins ce que j'ai découvert

Bien que je n'aie pas fait le coup de la Première Guerre mondiale où j'ai volontairement laissé l'ennemi me tirer dessus pour être renvoyé chez moi, j'ai certainement perdu ma volonté de continuer. Et bien sûr, dans un moment d'inattention, quelqu'un m'a tué.

Pour moi, la guerre était finie et j'ai rejoint la « tente des morts. » Compte tenu de ce qui m'attendait, j'aurais dû être heureux. J'étais à l'abri des intempéries et il y avait du café.

Le problème, c'est qu'aucun de mes amis n'était là ! Ils étaient tous encore sur le terrain, profitant de la camaraderie d'un objectif commun. Et même si j'avais de la compagnie dans la

tente, c'était un peu comme si j'étais mort. Personne n'avait rien à faire, et bien sûr personne n'était autorisé à partir, si bien que l'ambiance était aussi sombre qu'un cimetière. Et pire encore ? Le café était froid !

En un rien de temps, toutes les choses qui m'avaient semblé si attrayantes pendant que je travaillais dans les champs n'ont pas répondu à mes attentes. Je me suis vite retrouvé à regretter de ne pas avoir été plus vigilant. Les choses sont devenues encore plus déprimantes lorsqu'à la fin de l'exercice, mes amis, dont la majorité avait survécu, bouillonnaient tous d'histoires de guerre sur ce qui s'était passé après que j'ai été retiré du jeu. Et pour ne rien arranger... ils ont tous reçu du café chaud ! Je me suis soudain senti comme un outsider au sein de mon propre gang.

Je suppose que ce que l'on dit à propos de l'herbe qui semble toujours plus verte de l'autre côté de la clôture est vrai - vous pouvez y arriver et découvrir qu'elle est tout aussi jaune et inégale que la pelouse que vous venez de quitter.

Je suppose que ce que j'ai découvert, c'est que même lorsque les choses sont difficiles, cela vaut souvent la peine de persévérer. Ne nous voilons pas la face : Quoi que nous fassions, il y aura toujours des moments ennuyeux, aggravants, décevants ou même bouleversants. Mais ce que j'ai découvert, c'est qu'il y a aussi des récompenses à s'accrocher dans ces moments-là.

De nombreuses années se sont écoulées depuis que j'étais ce nouveau marin de 18 ans. Mais lorsque je me suis souvenu d'appliquer ce que cette expérience avait essayé de m'enseigner, j'ai goûté à la victoire de s'accrocher malgré la tentation de lâcher prise, et j'ai profité d'autres expériences et d'autres fraternités que je n'avais même pas vues venir.

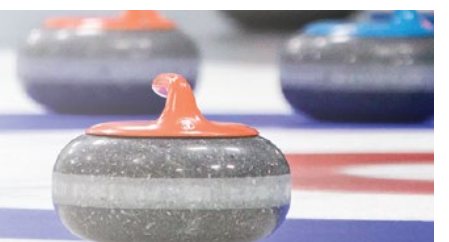
Il y a des moments où il est sage d'arrêter les frais et de passer à autre chose. Mais c'est souvent en ayant le courage et la force d'âme de s'accrocher à nos relations, à notre emploi et à nos activités actuels, et en s'efforçant de faire de ce que nous avons déjà ce qu'il y a de mieux, que nous obtiendrons les meilleurs résultats.



Timothy Halman
MLA, Dartmouth East
timhalmanmla@gmail.com
(902) 469-7353
73 Tacoma Drive, Suite 204



CFB HALIFAX
CURLING CLUB
cfbhalifaxcurling.com





Trinity unveils new smudging area ahead of National Day for Truth and Reconciliation

By Ryan Melanson,
Trident Staff

Since joining the Royal Canadian Navy (RCN) in 2019, Sailor 1st Class Grace Assiginack says she's actively sought ways to incorporate her Indigenous culture into her military career. After careful planning and work alongside the command team at Trinity Maritime Operational Support and Intelligence Center (MOSIC), the latest result of that effort was unveiled on September 28.

Following a short PD session led by S1 Assiginack, Trinity's new designated smudging area was officially opened just outside the unit's home at Stadacona building S-89. The unit is also now keeping a smudge kit available to be used at any time by its members.

"I wanted to do something that could bring my culture into the unit and make it available to others," S1 Assiginack said, after leading the first smudging ceremony with colleagues in the new space. The opening session touched on the significance of the smudging ceremony and sacred medicines involved, along with a discussion about the history of Residential Schools in Canada, the Indian Act, and the Truth and Reconciliation Commission.

"Today we just hope that this gives people some extra background information, and some context when they see Indigenous cultural traditions happening in their communities or if they have the chance to participate."

Trinity's first Indigenous Liaison Officer, S1 Assiginack is Blackfoot, and while she comes from

a family with a history of military service, she says her cultural background wasn't a big part of her life growing up, due to members of her extended family attending Residential Schools and other factors. As an adolescent, living near a number of Reserves in Ontario, she found opportunities to reconnect with that heritage, in turn encouraging her father and others to do the same.

For advice on how to introduce a smudging area to the unit in an appropriate way, S1 Assiginack and Trinity leadership met with Honourary Captain (Navy) Debbie Eisan, and after working through a few regulation-related roadblocks, the team was able to secure the prominent area outside the unit's main entrance and make the project a reality.

LCdr Dusty Allen, Trinity's Executive Officer, said the Command Team is very pleased with the initiative so far, and gave full credit to his Indigenous Liaison Officer for seeing it through to fruition. The ability to open the new area just before the third annual National Day for Truth and Reconciliation also added significance, he said.

"We can't thank the team and S1 Assiginack enough; this is a very important event for us, and it doesn't end here today," he said, noting that further educational events are planned for the future.

S1 Assiginack added her hope that fellow Trinity members feel comfortable continuing some of these discussions with her, and also that colleagues make use of the smudging area if they desire. She stressed

that members need not be Indigenous to find comfort in the ceremony.

"The smudge kit is available for everyone and anyone."



S1 Grace Assiginack, Trinity's Indigenous Liaison Officer, led the first ceremony at the unit's new designated Smudge Area, which was officially opened on September 28.

La Mat 1 Grace Assiginack, officier de liaison autochtone de Trinity, a dirigé la première cérémonie dans la nouvelle zone de purification de l'unité, qui a été officiellement inaugurée le 28 septembre.

MONA GHIZ

Trinity inaugure un nouvel espace de purification à l'occasion de la Journée nationale pour la vérité et la réconciliation

Par Ryan Melanson,
L'équipe du Trident

Depuis qu'elle s'est engagée dans la Marine royale canadienne (MRC) en 2019, la matelot de 1re classe Grace Assiginack dit avoir cherché activement des moyens d'intégrer sa culture autochtone dans sa carrière militaire. Après une planification minutieuse et un travail aux côtés de l'équipe de commandement du Centre de renseignement et de soutien opérationnel maritime de Trinity, le dernier résultat de ces efforts a été dévoilé le 28 septembre.

À la suite d'une courte séance de développement personnel dirigée par la Mat 1 Assiginack, la nouvelle zone de purification de Trinity a été officiellement inaugurée juste à l'extérieur du bâtiment S-89 de Stadacona, où se trouve l'unité. L'unité dispose désormais d'un kit de purification que ses membres peuvent utiliser à tout moment.

« Je voulais faire quelque chose qui puisse apporter ma culture à l'unité et la mettre à la disposition des autres », a déclaré la Mat 1 Assiginack, après avoir dirigé la première cérémonie de purification avec ses collègues dans le nouvel espace. La séance d'ouverture a abordé la signification de la cérémonie de purification et des remèdes sacrés utilisés, ainsi qu'une discussion sur l'histoire des pensionnats au Canada, la loi sur les Indiens et la Commis-

sion de vérité et de réconciliation.

« Aujourd'hui, nous espérons simplement que cela donnera aux gens des informations supplémentaires et un contexte lorsqu'ils verront des traditions culturelles indigènes se dérouler dans leurs communautés ou s'ils ont l'occasion d'y participer. »

La Mat 1 Assiginack, le premier agent de liaison autochtone de Trinity, est pied-noir et, bien qu'elle vienne d'une famille ayant des antécédents de service militaire, elle explique que ses origines culturelles n'ont pas joué un rôle important dans son enfance, notamment parce que des membres de sa famille élargie ont été scolarisés dans des pensionnats indiens. À l'adolescence, alors qu'elle vivait près d'un certain nombre de réserves en Ontario, elle a trouvé des occasions de renouer avec son héritage, aidant ainsi son père et d'autres à faire de même.

Pour obtenir des conseils sur la façon d'introduire une zone de purification dans l'unité de manière appropriée, les dirigeants du Mat 1 Assiginack et de Trinity ont rencontré le Capitaine de vaisseau honoraire Debbie Eisan. Après avoir surmonté quelques obstacles liés à la réglementation, l'équipe a pu obtenir une zone bien en vue à l'extérieur de l'entrée

principale de l'unité et faire du projet une réalité.

Le capitaine de corvette Dusty Allen, commandant en second de Trinity, a déclaré que l'équipe de commandement était très satisfaite de l'initiative jusqu'à présent et qu'elle attribuait tout le mérite à son officier de liaison autochtone pour l'avoir menée à bien. La possibilité d'ouvrir la nouvelle zone juste avant la troisième journée nationale annuelle pour la vérité et la réconciliation a également ajouté de l'importance, a-t-il déclaré.

« Nous ne remercierons jamais assez l'équipe et la Mat 1 Assiginack ; il s'agit d'un événement très important pour nous, et il ne s'arrête pas là aujourd'hui », a-t-il déclaré, notant que d'autres événements éducatifs sont prévus à l'avenir.

La Mat 1 Assiginack a ajouté qu'elle espérait que les membres de Trinity se sentiraient à l'aise pour poursuivre certaines de ces discussions avec elle, et que leurs collègues utiliseraient l'espace de purification s'ils le souhaitaient. Elle a souligné que les membres n'ont pas besoin d'être indigènes pour trouver du réconfort dans la cérémonie.

« Le kit de purification est disponible pour tout le monde. »



SPORTS & FITNESS



Participants in the 2023 Coast Guard Hero Classic Slo-Pitch tournament.

Participants au tournoi 2023 tournoi annuel de balle lente « Hero Classic »

KATIE MARTIN

Running the basepaths together: 2nd Annual Hero Classic Slo-Pitch Tournament

By S1 Natassia Lei

It is a well-held aphorism that a rising tide raises all ships. This proved true on the morning of September 23rd at the Canadian Coast Guard College in Sydney, Nova Scotia. As slow tide rolled into Sydney Harbour and the morning dew glistened on the freshly-mowed grass, three teams assembled on the ballfield. Representing the Royal Canadian Navy (RCN), the Canadian Army (CA), and the Canadian Coast Guard (CCG) respectively, the players were a mix of skill levels, experiences, and abilities, yet all possessed an innate desire to build new friendships through sports. This was the aim of the 2nd Annual Coast Guard Hero Classic Slo-Pitch Tournament, and the event struck its target dead on.

The morning began with an intensive skills clinic run by Mr. Sheldon Burke and Mr. Tim Fowler, veterans of the CAF and active members in the Cape Breton softball community. From the basics of catching and throwing to the intricacies of running the base path and tracking fly balls, the players ameliorated their core skills. By then, the dew had given way to the midday sun beating down. It was time for the games.

The tournament officially started with two events. First was a rousing tune of “O Canada” by the Band of the Coast Guard College. Second, the umpire looked around the field, saw all the ballplayers were ready, pointed at the pitcher, and uttered the words: “Play ball!” It is with great pleasure that I report the RCN won the first game against the CCG, for it was to be the team’s only win that day. After a heartfelt loss to the CA, the RCN did not advance to the championship game. In the end, it turned out to be a victory for the hometown team, as the CCG defeated the CA to bring home the trophy.

Regardless of the outcome, the important takeaway from the tournament was the bonds of friendship and trust. By opening opportunities through sports, deeper relationships between intergovernmental agencies were formed. The RCN team would like to extend our thanks to Canadian Coast Guard College for their hospitality at the campus and to Personnel Support Programs for organizing the tournament. We will see you again next year!



The RCN team took a victory over the Coast Guard in their opening game before picking up a loss against the Army squad.

L'équipe de la MRC a remporté une victoire sur la Garde côtière lors de son premier match avant de s'incliner face à l'équipe de l'Armée de terre.

KATIE MARTIN



Courir ensemble sur les chemins de base : 2e tournoi annuel de balle lente « Hero Classic »

By S1 Natassia Lei

Un aphorisme bien connu dit qu'une marée montante soulève tous les navires. Cela s'est avéré vrai le matin du 23 septembre au Collège de la Garde côtière canadienne à Sydney, en Nouvelle-Écosse. Alors que la marée descendait lentement dans le port de Sydney et que la rosée du matin scintillait sur le gazon fraîchement tondu, trois équipes se sont rassemblées sur le terrain de balle. Représentant respectivement la Marine royale canadienne (MRC), l'Armée canadienne (AC) et la Garde côtière canadienne (GCC), les joueurs présentaient un mélange de niveaux de compétence, d'expériences et d'aptitudes, mais possédaient tous le désir inné de nouer de nouvelles amitiés par le biais du sport. Tel était l'objectif du deuxième tournoi annuel de balle lente « Hero Classic » de la Garde côtière, et l'événement a atteint sa cible en plein dans le mille.

La matinée a commencé par un stage intensif de formation dirigé par Sheldon Burke et Tim Fowler, vétérans de la FAC et membres actifs de la communauté de softball du Cap-Breton. Les joueurs ont amélioré leurs compétences de base, qu'il s'agisse des rudiments de l'attrapé et du lancer ou des subtilités de la course sur la base et du suivi des balles volantes. À ce moment-là, la rosée a cédé la place au soleil de midi qui tape fort. L'heure des jeux a sonné.

Le tournoi a officiellement débuté par deux événements. Tout d'abord, la fanfare du Collège des gardes-côtes a entonné l'hymne national. Ensuite, l'arbitre a fait le tour du terrain, a vu que tous les joueurs étaient prêts, a pointé du doigt le lanceur et a prononcé les mots suivants : « Jouez la balle ! » C'est avec grand plaisir que j'annonce que la MRC a remporté le premier match contre la GCC, car ce fut la seule victoire de l'équipe ce jour-là. Après une défaite cuisante contre le AC, la MRC n'a pas accédé au match de championnat. En fin de compte, c'est l'équipe locale qui a remporté la victoire, puisque la GCC a battu l'AC pour ramener le trophée à la maison.

Quelle que soit l'issue du tournoi, ce sont les liens d'amitié et de confiance qui en sont ressortis. En créant des opportunités par le biais du sport, des relations plus profondes se sont nouées entre les agences intergouvernementales. L'équipe de la MRC tient à remercier le Collège de la Garde côtière canadienne pour son hospitalité sur le campus et les Programmes de soutien du personnel pour l'organisation du tournoi. Nous nous reverrons l'année prochaine !



Le tournoi « Hero Classic » en est à sa deuxième année d'existence et il est prévu qu'il se poursuive sous la forme d'un événement annuel.

The Hero Classic tournament is in its second year, and there are plans for it to continue as an annual event.

KATIE MARTIN



Shearwater PSP team recognized for outsized contributions

The Personnel Support Programs (PSP) staff at 12 Wing Shearwater have had an extremely busy 2023 so far, hosting tournaments at all levels of Canadian Armed Forces competition, consistently offering new and well-received recreation programs, and keeping the Wing gym and programs running at the standard expected by CAF members. The work was highlighted by the team's hosting of the 2023 CAF National Basketball Championship in May, with big crowds and live play-by-play commentary that raised the bar for CAF sports.

Members of the PSP team were recognized on September 6 with 12 Wing Commander's Commendations, presented by 12 Wing Commanding Officer Col David Holmes and Acting Wing CWO Jason Dunfield. "The Shearwater PSP team is a cohesive unit that has displayed exceptional partnership and significant achievements," the commendation reads.

CPL ALEXANDRE ARSENAULT

L'équipe des PSP de Shearwater reconnue pour ses contributions exceptionnelles

Le personnel des Programmes de soutien du personnel (PSP) de la 12e Escadre Shearwater a eu une année 2023 extrêmement occupée jusqu'à présent, accueillant des tournois à tous les niveaux de compétition des Forces armées canadiennes, offrant constamment de nouveaux programmes de loisirs bien accueillis et maintenant le gymnase de l'escadre au niveau attendu par les membres des FAC. Le travail a été mis en évidence par l'accueil par l'équipe du Championnat national de basket-ball de la FAC 2023 en mai, avec de grandes foules et des commentaires en direct qui ont relevé la barre pour les sports de la FAC.

Le 6 septembre, les membres de l'équipe des PSP ont reçu la Mention élogieuse du commandant de la 12e Escadre, présentée par le Col David Holmes, commandant de la 12e Escadre, et l'Adjuc par intérim de l'Escadre, Jason Dunfield. « L'équipe des PSP de Shearwater est une unité cohésive qui a fait preuve d'un partenariat exceptionnel et de réalisations significatives », peut-on lire dans la citation.

LE CPL ALEXANDRE ARSENAULT