



# TRIDENT

www.tridentnewspaper.com

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



## Halifax Pride 2024

## Fierté d'Halifax 2024

*After a one-year hiatus, the annual Halifax Pride Festival returned for 2024. On July 20, Formation Halifax members enthusiastically participated in the Halifax Pride Parade, acknowledging the significant contributions of 2SLGTBQI+ communities and joyfully celebrating the incredible diversity within our Defence family.*

*Après une interruption d'un an, le festival annuel de la fierté d'Halifax est revenu en 2024. Le 20 juillet, les membres de la Formation Halifax ont participé avec enthousiasme au défilé de la fierté d'Halifax, reconnaissant les contributions importantes des groupes 2ELGBTQI+ et célébrant l'incroyable diversité au sein de notre équipe de la Défense.*

PTE BRENDAN GAMACHE / LE SDT BRENDAN GAMACHE



# “Wonderful” reunions as HMCS *Summerside* returns from Operation Caribbe

By Nathan Stone,  
Trident Staff

Dozens of friends and family bearing colourful homemade signs gave a warm welcome to the returning sailors of HMCS *Summerside* at His Majesty's Canadian (HMC) Dockyard on the morning of July 19.

They greeted loved ones returning from an 11-week deployment supporting drug interdiction efforts in the Caribbean under Operation Caribbe, where *Summerside* worked alongside the US Navy and Coast Guard to seize over 800kg of illegal narcotics. The ship has deployed for Operation Caribbe five times since 2011.

During the deployment, the ship sailed 10,927 nautical miles and made six port visits.

When *Summerside* berthed at HMC Dockyard, the first person off the ship was Corporal (Cpl) Justin Murphy, who kissed his wife Kyla Murphy to the applause of both the ship's crew and onlookers on the jetty. Cpl Murphy said this was his first deployment at sea, and also the most time he had

spent away from his spouse, who he married in October of 2023.

Cpl Murphy added that his first deployment was “fantastic” and praised his shipmates. He admitted to some initial concern regarding sea sickness, but said he adapted well and found himself enjoying the sail.

“I was born for it,” he said.

Kyla described the time away from her husband as an adjustment, saying that it was “odd and hard” to be separated for so long. Cpl Murphy said he bought gifts for Kyla in each of the ports he visited on deployment, and that the couple planned to celebrate their reunion with dinner in downtown Halifax that evening.

Also among those on the jetty celebrating the ship's return was the family of *Summerside*'s Executive Officer, Lieutenant Commander (LCdr) Alison Beaver. Her father Keith, her siblings Greg and Janice and her three nieces waved flags and signs. As the ship came alongside, the adults pointed



Cpl Justin Murphy was first off the ship after it tied up, with his wife Kyla waiting to greet him.

Le Cpl Justin Murphy a été le premier à quitter le navire après l'amarrage, avec sa femme Kyla qui l'attendait pour le saluer.

CPL CONNOR BENNETT / LE CPL CONNOR BENNETT



Family, friends and colleagues were on hand to greet HMCS *Summerside* as it returned from Op Caribbe on July 19.

La famille, les amis et les collègues étaient présents pour accueillir le NCSM *Summerside* à son retour de l'opération Caribbe le 19 juillet.

CPL CONNOR BENNETT / LE CPL CONNOR BENNETT

out where “Aunt Ali” was standing amongst the crew to the children.

Janice Beaver said that “it doesn't get easier” to see her sister off on deployments, but that her return is always a “wonderful” moment.

On plans to celebrate his sister's

arrival, Greg Beaver said the family, visiting from Ottawa, was unfamiliar with the area, and may need to turn to LCdr Beaver for suggestions.

“We'll have to see if she'll take us for lunch,” he said with a laugh.

Canadian Forces save more  
with Westland MyGroup!

Westland | MYGROUP

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

Visit [westlandmygroup.ca/CAF](https://westlandmygroup.ca/CAF)  
to get your no-obligation quote today!



TRIDENT

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

Trident is an authorized military publication distributed across Canada and throughout the world every second Monday, and is published with the permission of Rear-Admiral 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](mailto:ryan.melanson2@forces.gc.ca)  
902-721-8662

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

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

Journalist:  
Nathan Stone  
[stone.nathan@cfmws.com](mailto:stone.nathan@cfmws.com)  
902-721-8624

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

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

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

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

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





# De merveilleuses retrouvailles au retour du NCSM *Summerside* de l'opération Caribbe

Par Nathan Stone,  
L'équipe du Trident

Des dizaines d'amis et de membres de la famille portant des pancartes colorées faites à la main ont accueilli chaleureusement les marins du NCSM *Summerside* à leur retour à l'arsenal canadien de Sa Majesté (ACSM) le matin du 19 juillet.

Ils ont salué leurs proches qui revenaient d'un déploiement de 11 semaines visant à soutenir les efforts de lutte contre la drogue dans les Caraïbes dans le cadre de l'opération Caribbe, au cours de laquelle le *Summerside* a travaillé aux côtés de la marine et des garde-côtes américains pour saisir plus de 800 kg de stupéfi-

ants illégaux. Le navire a été déployé pour l'opération Caribbe à cinq reprises depuis 2011.

Au cours du déploiement, le navire a parcouru 10 927 milles nautiques et s'est rendu dans six ports.

Lorsque le *Summerside* a accosté à l'arsenal CSM, la première personne à descendre du navire a été le caporal Justin Murphy, qui a embrassé sa femme Kyla Murphy sous les applaudissements de l'équipage du navire et des spectateurs sur la jetée. Le Cpl Murphy a déclaré qu'il s'agissait de son premier déploiement en mer et qu'il n'avait jamais passé autant de

temps loin de sa conjointe, qu'il a épousée en octobre 2023.

Le Cpl Murphy a ajouté que son premier déploiement avait été « fantastique » et a fait l'éloge de l'équipage. Il a admis avoir été un peu inquiet au début à propos du mal de mer, mais il a dit qu'il s'était bien adapté et qu'il avait pris plaisir à naviguer.

« Je suis née pour ça. »

Kyla a décrit le temps passé loin de son mari comme un ajustement, disant que c'était « étrange et difficile » d'être séparée pendant si longtemps. Le Cpl Murphy a déclaré qu'il avait acheté des cadeaux pour Kyla dans chacun des ports qu'il avait visités lors de son déploiement, et que le couple avait prévu de célébrer leurs retrouvailles par un dîner dans le centre-ville d'Halifax le soir même.

La famille du commandante en second du *Summerside*, le capitaine de corvette Alison Beaver, était

également présente sur la jetée pour célébrer le retour du navire. Son père Keith, ses frères et sœurs Greg et Janice et ses trois nièces ont brandi des drapeaux et des pancartes. Lorsque le navire a accosté, les adultes ont indiqué aux enfants où se trouvait « Tante Ali » parmi les membres de l'équipage.

Janice Beaver a déclaré qu'il n'était « pas facile » de voir sa sœur partir en mission, mais que son retour était toujours un moment « merveilleux. »

En ce qui concerne les projets pour célébrer l'arrivée de sa sœur, Greg Beaver a déclaré que la famille, en provenance d'Ottawa, ne connaissait pas bien la région et qu'elle devrait peut-être se tourner vers la Capc Beaver pour obtenir des suggestions.

« Nous devons voir si elle nous invite à déjeuner », a-t-il déclaré en riant.



Le retour du NCSM *Summerside* à Halifax a eu lieu après 11 semaines passées en mer pour soutenir les efforts de lutte contre la drogue dans les Caraïbes.

*HMCS Summerside's return to Halifax came after 11 weeks at sea in support of drug interdiction efforts in the Caribbean.*

LE CPL CONNOR BENNETT / CPL CONNOR BENNETT



Les Amputés de guerre

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



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

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



CHOISIS UNE CARRIÈRE EN SANTÉ,  
EN ÉDUCATION OU EN AFFAIRES

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

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

ÉTUDES  
COLLÉGIALES

Université  
Sainte Anne





# HMCS *Charlottetown* and SNMG2 conclude interactions with Wasp Amphibious Ready Group

By NATO Allied Maritime Command



*HMCS Charlottetown (foreground) sails in consort with the amphibious assault ship USS Wasp (LHD-1), flagship of the Wasp Amphibious Ready Group, as the two ships conduct operational patrols in the Mediterranean Sea.*

*Le NCSM Charlottetown (au premier plan) navigue en compagnie du navire d'assaut amphibie USS Wasp (LHD-1), navire amiral du Groupe de préparation amphibie Wasp, alors que les deux navires effectuent des patrouilles opérationnelles en mer Méditerranée.*

AVR GREGORY COLE / L'AVIATEUR GREGORY COLE

His Majesty's Canadian Ship (HMCS) *Charlottetown*, Flagship of Standing NATO Maritime Group 2 (SNMG2), was escort to the Wasp Amphibious Ready Group (ARG), made up of United States Ship (USS) Wasp, USS New York, USS Oak Hill, and the 24th Marine Expeditionary Unit, as it recently sailed through the Mediterranean Sea.

For the crew of HMCS *Charlottetown*, these activities are valuable opportunities to develop and maintain readiness, develop skills and cooperate with allies.

"The collaboration between HMCS *Charlottetown*, as flagship of SNMG2, and USS WASP ARG has not only reinforced our mutual commitment to maintaining maritime security and maritime situational awareness, but also highlighted the enduring strength of our naval partnership while reassuring our allies abroad," said Lieutenant (Navy) Brady Gaudet, HMCS *Charlottetown's* operations officer.

"Our joint operations underscore the importance of fostering strong, cooperative relationships between our navies.

In an increasingly complex global security environment, the ability to work together effectively is paramount."

Throughout their time sailing together, crewmembers of both ships conducted cross-deck operations to learn more about their respective capabilities. One such cross-deck operation allowed the SNMG2 Medical Advisor, Major Dave Gosselin, to see firsthand the medical capabilities available to the crew of USS Wasp.

"A warm welcome was extended by the entire medical personnel of the clinic and particularly by Lieutenant Commander Ike, the ship's embarked expeditionary facility dog," Maj Gosselin said. "I had the opportunity to learn about the medical and surgical capabilities currently employed by USS Wasp. Additionally, I discovered new medical equipment currently held by the ship, which I will research as a future capability for the Royal Canadian Navy. I am grateful for the opportunity presented to me and exchange with serving members of our Ally."

SNMG2 is ready to conduct a wide

range of tasks assigned by NATO, including the escort of high value units, such as the Wasp ARG. These interactions allow NATO demonstrate commitment to its Allie while also exerting presence and influence in the region.

HMCS *Charlottetown*, deployed in support of Operation Reassurance, is the current flagship for SNMG2. The ship left Halifax on June 15.



**"Hope everyone is enjoying all the events and festivities throughout the riding this summer!"**

*Darrell*



**DARRELL SAMSON**

Member of Parliament • Député  
Sackville–Preston–Chezzetcook



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

**40% OFF**  
ANY REGULAR MENU PRICED  
BUILD YOUR OWN PIZZAS\*

Offer code: DND40  
\*Offer valid online, over the phone and in-store.  
For carryout and delivery. While supplies last.  
ORDER AT DOMINOS.CA



# Le NCSM *Charlottetown* et le SNMG2 concluent leurs interactions avec le Groupe de préparation amphibie Wasp

Par le Commandement maritime allié de l'OTAN

Le navire canadien de Sa Majesté (NCSM) *Charlottetown*, navire amiral du 2e groupe maritime permanent de l'OTAN (SNMG2), a escorté le groupe amphibie de préparation Wasp, composé du navire américain (USS) Wasp, de l'USS New York, de l'USS Oak Hill et de la 24e unité expéditionnaire de la marine, lors de sa traversée de la mer Méditerranée.

Pour l'équipage du NCSM *Charlottetown*, ces activités sont des occasions précieuses de développer et de maintenir l'état de préparation, d'acquérir des compétences et de coopérer avec les Alliés.

« La collaboration entre le NCSM *Charlottetown*, en tant que navire amiral de la SNMG2, et le groupe de préparation de l'USS WASP a non seulement renforcé notre engagement mutuel à maintenir la sécurité maritime et la

connaissance de la situation maritime, mais a également mis en évidence la force durable de notre partenariat naval tout en rassurant nos alliés à l'étranger », a déclaré le lieutenant de vaisseau Brady Gaudet, officier des opérations du NCSM *Charlottetown*.

« Nos opérations conjointes soulignent l'importance de favoriser des relations de coopération solides entre nos marines. Dans un contexte de sécurité mondiale de plus en plus complexe, la capacité de travailler ensemble de façon efficace est primordiale. »

Pendant toute la durée de leur collaboration, les membres d'équipage des deux navires ont mené des opérations de pont croisé afin d'en apprendre davantage sur leurs capacités respectives. L'une de ces opérations a permis au conseiller médical du SNMG2, le major Dave Gosselin, de voir de ses propres

yeux les capacités médicales dont dispose l'équipage de l'USS Wasp.

« L'ensemble du personnel médical de la clinique, et en particulier le capitaine de corvette Ike, le chien de l'installation expéditionnaire embarquée du navire, m'ont réservé un accueil chaleureux », a déclaré le Maj Gosselin. « J'ai eu l'occasion de découvrir les capacités médicales et chirurgicales actuellement employées par l'USS Wasp. »

« L'ensemble du personnel médical de la clinique, et en particulier le capitaine de corvette Ike, le chien de l'installation expéditionnaire embarquée du navire, m'ont réservé un accueil chaleureux. »

De plus, j'ai découvert un nouvel équipement médical actuellement détenu par le navire, que j'étudierai en vue d'une capacité future pour

la Marine royale du Canada. Je suis reconnaissant de l'occasion qui m'a été donnée d'échanger avec des membres actifs de notre allié.

Le SNMG2 est prêt à exécuter un large éventail de tâches assignées par l'OTAN, y compris l'escorte d'unités de grande valeur, telles que le Wasp ARG. Ces interactions permettent à l'OTAN de démontrer son engagement envers son allié tout en exerçant une présence et une influence dans la région.

Le NCSM *Charlottetown*, déployé à l'appui de l'opération Reassurance, est le navire amiral actuel du SNMG2. Le navire a quitté Halifax le 15 juin.



## HMCS *Charlottetown* hosts allies in Istanbul

*HMCS Charlottetown* ended the month of July with a scheduled port visit to Istanbul, Türkiye alongside the Turkish Navy ship TCG *Gaziantep*. While in port, Standing NATO Maritime Group 2 (SNMG2) Commander and Canadian Commodore Matthew Coates met with Rear-Admiral Rafet Oktar, North Field Sea Commander of the Turkish Navy, while HMCS *Charlottetown* hosted staff from the Canadian Embassy in Türkiye and guests from several NATO countries on board. The visit to Istanbul followed recent exercises at sea that saw members of SNMG2 operating alongside the Hellenic Navy ship HS *Nikiforos*.



## Le NCSM *Charlottetown* accueille des alliés à Istanbul

Le NCSM *Charlottetown* a terminé le mois de juillet par une visite portuaire prévue à Istanbul, en Turquie, aux côtés du navire de la marine turque TCG *Gaziantep*. Pendant cette visite, le commandant du 2e Groupe maritime permanent OTAN (SNMG2), le commodore canadien Matthew Coates, a rencontré le contre-amiral Rafet Oktar, commandant du champ maritime nord de la marine turque, et le NCSM *Charlottetown* a accueilli à son bord des membres du personnel de l'ambassade du Canada en Turquie ainsi que des invités de plusieurs pays de l'OTAN. La visite à Istanbul fait suite à de récents exercices en mer au cours desquels des membres du SNMG2 ont opéré aux côtés du navire HS *Nikiforos* de la marine hellénique.



## Gen Jennie Carignan appointed as new CDS

General Jennie Carignan (left), Governor General and Commander in Chief Mary Simon (middle) and General Wayne Eyre (right) sign the certificates at the Chief of the Defence Staff (CDS) Change of Command Ceremony at the Canadian War Museum in Ottawa on July 18. Incoming CDS Gen Carignan is the recipient of the Meritorious Service Medal and the Meritorious Service Cross and has been invested as Commander of the Order of Military Merit. She brings experience as the former Commander of two different Combat Engineer Regiments, the Royal Military College Saint-Jean and the 2nd Canadian Division, and most recently served as the Canadian Armed Forces Chief of Professional Conduct and Culture.

The Chief of the Defence Staff, Canada's highest-ranking military officer is responsible for advising the government, providing strategic leadership to the CAF, and ensuring military readiness and effectiveness to defend Canada's interests at home and abroad.

CPL DENNY DUBS

## La Gén Jennie Carignan nommé nouveau CEMD

La générale Jennie Carignan (à gauche), la Gouverneure générale et Commandante en chef Mary Simon (au milieu) et le général Wayne Eyre (à droite) signent les certificats lors de la cérémonie de passation de commandement du chef d'état-major de la Défense (CEMD) au Musée canadien de la guerre, à Ottawa, le 18 juillet. La nouvelle CEMD, la Gén Carignan, a reçu la Médaille du service méritoire et la Croix du service méritoire, et a été investie du titre de commandeur de l'Ordre du mérite militaire. Elle apporte son expérience en tant qu'ancienne commandante de deux régiments de génie de combat, du Collège militaire royal de Saint-Jean et de la 2e Division canadienne, et a récemment occupé le poste de Chef – Conduite professionnelle et culture des Forces armées canadiennes.

Le chef d'état-major de la Défense, l'officier le plus haut gradé du Canada, a la responsabilité de conseiller le gouvernement, d'assurer la direction stratégique des FAC et de veiller à l'état de préparation et à l'efficacité des forces armées afin de défendre les intérêts du Canada, tant au pays qu'à l'étranger.

LE CPL DENNY DUBS



### We are here to support those who serve.

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



**Will Brien**  
Intelligence Officer  
Royal Canadian Navy



**Sarah Gray**  
Armoured Officer  
Canadian Army



**Ryan Chute**  
Infantry Officer (Retired)  
Canadian Army

For personalized legal support, contact us today at [coxandpalmerlaw.com/CAF](https://coxandpalmerlaw.com/CAF)

**COX & PALMER**  
Legal Services | Services Juridiques



# Padre's Corner: Managing the "heat" in summer

By Padre Lt(N) Graeme Carruth,  
Chaplain, BAdm

Over the last several weeks we've been treated (subjected?) to the heat of summer. For many, it has been a challenge to find ways to stay cool. Thankfully, even if we don't have air conditioning, we have lovely beaches in the province and usually a cooler breeze after sundown. But physical temperature is not the only "heat" we can feel at this time of year. Sometimes we can find ourselves "overheating" with emotion when life throws us a curve. Maybe something we can't understand happens at work, or the kids are doing 'that thing' again! Most of us can fill in the blank with something that spikes our blood pressure or gets us hot under the collar.

Before the heat of the moment becomes a burn that can ruin an otherwise good day, it might be helpful to try a bit of emotional sunscreen to help us through. We've all probably heard of a few things or maybe come up with some strategies ourselves but here are a few I like to use that have saved my buns from being overcooked.

The easiest strategy for me is probably to glue my mouth shut. Just

imagining myself with a mouthful of a thick peanut butter sandwich that prevents me from opening to say anything, especially the wrong thing, has kept me from leaping from the frying pan to the fire. Of course, if peanut butter isn't a good image for you, maybe try using toffee instead. Either way, finding a way to say nothing in the hot moment gives a chance for sober second thought to kick in – enough time to cool down and choose more helpful words.

Finding humor in stressful situations can also be helpful. I knew someone who mastered this skill. He once described being on a bus in a hurry when it hit a low bridge, damaging the roof. Amid the chaos, another passenger screamed, "Oh my God, it's going to blow up!" This absurd reaction made him burst into laughter, easing the tension. When things get heated, a good sense of humor can be like a cooling sprinkler system.

A final one, that has often helped with the kids, is the adage, "there's always at least three sides to the story: child A's, child B's and the truth."

When the kids are arguing or just trying to push my buttons, I remind myself that I'm the adult and don't need to get drawn into their game. Before reacting, I take a moment to assess the situation, no matter how annoyed I am. This might also be a good opportunity for the kids to learn coping or negotiating skills as they work out their problems on their own.

While none of these are the final answer to all problems, I've found them to be strategies that can help keep potentially hot situations from boiling over, so we can all enjoy the warmth of summer.

Have a wonderful summer – from all of us at your Halifax Chaplain team!



## Chronique de l'aumônier : Gérer la « chaleur » de l'été

Par l'aumônier le Ltv Graeme Carruth,  
Aumônier, Admin B

Au cours des dernières semaines, nous avons subi la chaleur de l'été. Pour beaucoup, il a été difficile de trouver des moyens de rester au frais. Heureusement, même si nous n'avons pas l'air conditionné, nous avons de belles plages dans la province et généralement une brise plus fraîche après le coucher du soleil. Mais la température physique n'est pas la seule « chaleur » que nous pouvons ressentir à cette période de l'année. Parfois, nous nous retrouvons en « surchauffe » d'émotions lorsque la vie nous lance un défi. Il peut arriver que quelque chose d'incompréhensible se produise au travail ou que les enfants recommencent à faire « ce truc » ! La plupart d'entre nous peuvent citer une situation qui fait monter notre tension artérielle ou qui nous met en colère.

Avant que la chaleur du moment ne devienne une brûlure qui peut gâcher une journée par ailleurs agréable, il peut être utile d'essayer un peu de crème solaire émotionnelle pour nous aider à passer le cap. Nous avons probablement tous entendu parler de certaines choses ou peut-être trouvé nous-mêmes des stratégies, mais en voici quelques-unes que j'aime utiliser et qui m'ont aidé à ne pas me laisser griser.

La stratégie la plus simple pour moi est probablement de coller ma bouche. Le simple fait de m'imaginer la bouche pleine d'un épais sandwich au beurre de cacahuète qui m'empêche d'ouvrir la bouche pour dire quoi que ce soit, et surtout la mauvaise chose, m'a empêché de passer de la poêle à frire au feu. Bien sûr, si le beurre de cacahuètes n'est pas une bonne image pour vous, essayez peut-être de le remplacer par du caramel. Quoi qu'il en soit, trouver le moyen de ne rien dire dans les moments chauds permet de réfléchir à tête reposée, de se calmer et de choisir des mots plus utiles.

Trouver de l'humour dans les situations stressantes peut également s'avérer utile. J'ai connu quelqu'un qui maîtrisait cette technique. Il m'a raconté qu'il se trouvait dans un bus pressé qui a heurté un pont bas, endommageant le toit. Au milieu du chaos, un autre passager s'est écrié : « Oh mon Dieu, ça va exploser ! » Cette réaction absurde l'a fait éclater de rire, ce qui a apaisé la tension. Lorsque les choses s'enveniment, un bon sens de l'humour peut être comme un système d'arrosage rafraîchissant.

Enfin, l'adage « il y a toujours au moins trois versions de l'histoire : celle de l'enfant A, celle de l'enfant B

et la vérité » s'est souvent avéré utile avec les enfants. Lorsque les enfants se disputent ou essaient de me pousser à bout, je me rappelle que je suis l'adulte et que je n'ai pas besoin d'entrer dans leur jeu. Avant de réagir, je prends le temps d'évaluer la situation, même si je suis très agacé. C'est peut-être aussi une bonne occasion pour les enfants d'apprendre à faire face ou à négocier en réglant leurs problèmes par eux-mêmes.

Bien qu'aucune de ces stratégies

ne soit la réponse définitive à tous les problèmes, j'ai constaté qu'elles peuvent aider à éviter que des situations potentiellement chaudes ne dégénèrent, afin que nous puissions tous profiter de la chaleur de l'été.

L'équipe de l'aumônier d'Halifax vous souhaite un bel été !



**Timothy Halman**  
**MLA Dartmouth East**

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



# 12 Wing Innovation Program “empowering” positive change

By Nathan Stone,  
Trident Staff

12 Wing Shearwater is seeking to harness the creativity of all its members to improve workflow and create positive change.

The new 12 Wing Innovation Program focuses on gathering and implementing personnel suggestions on how work at the wing can be made more efficient, streamlined, or modernized. It also welcomes ideas around new initiatives that would benefit the team and the surrounding community.

Far removed from the office suggestion boxes of years past, each idea submission to the Innovation Program kicks off a multi-step process designed to help members take their ideas from suggestion to reality.

Members can propose ideas online, which are then reviewed by the 12 Wing Innovation Team, who oversee the program. The team reviews all submitted ideas, provides feedback, and can work with members to help their ideas come to fruition. Once the proposal is fleshed out, a brief is developed to present to the relevant approving authority, often a unit Commanding Officer, who may approve the idea or ask for further refinement.

Master Corporal (MCpl) Richard Dunbar, the originator of the 12 Wing Innovation Program and now part of

the Innovation Team, said that the program is designed to benefit those in the junior ranks, who might not otherwise have the chance to share ideas with senior leaders.

He said that the program acknowledges “anyone can have a great idea” and introduces a new method for collaboration across different ranks.

“Before [the Innovation Program], there was no effective means of bottom-up communication for something to get from the lowest level to the decision-makers. And oftentimes, there would be roadblocks that impeded that progress along the way.”

Approved proposals are typically carried out by the member who came up with them. This, MCpl Dunbar added, fosters a sense of ownership, gives the members a chance to build relationships throughout the chain of command, and provides them with leadership experience.

“It’s really about empowering our members and giving them a voice,” he said, adding he also sees a potential impact on retention and morale.

Since the Innovation Team was founded in October 2023, they have received more than 130 ideas, 20 of which have received approval, and 10 of those have been fully implemented.

MCpl Dunbar said that most submissions have focused on quality-of-life improvements, mental health initiatives, and organizational efficiencies.

Some newly implemented ideas use QR codes to improve communication on base. Personnel who want to nominate their co-workers for honours or awards can now quickly scan a QR code, choose an award, and send the nomination directly to the Wing Chiefs. Similarly, the Junior Member’s Advisory Council at 12 Wing now uses QR codes to help their fellow members send suggestions up the chain of command.

Other proposals include everything from plans to grow a community garden in collaboration with residents of the nearby military housing, to the potential for using



MCpl Richard Dunbar is a member of the 12 Wing Innovation Team.

Le Cplc Richard Dunbar est membre de l'équipe d'innovation de la 12e escadre.

SUBMITTED / SOUMIS

virtual and integrated reality technology for aircrew training.

Major (Maj) Stephanie Noris heads the innovation team. She said the program has been well received by members at 12 Wing and added that the structure of the program could easily be mirrored by other bases or units, regardless of the military branch.

“Anyone could adopt it. We put the framework in place, and we’re hoping that people will take it on and that this grows,” she said.

“People have liked having their voice heard and getting their ideas out there.”

12 Wing personnel can send ideas to the innovation program by emailing [12wing.ideas@forces.gc.ca](mailto:12wing.ideas@forces.gc.ca) or by scanning one of the program’s QR code posters that have been distributed to each 12 Wing squadron. On the DWAN, visit the 12 Wing Innovation Portal for more information and a rundown of ideas submitted through the program so far.





# Le programme d'innovation de la 12e escadre « favorise » le changement positif

Par Nathan Stone,  
L'équipe du Trident

La 12e Escadre Shearwater cherche à exploiter la créativité de tous ses membres pour améliorer le flux de travail et créer des changements positifs.

Le nouveau programme d'innovation de la 12e escadre vise à recueillir et à mettre en œuvre les suggestions du personnel sur la façon dont le travail à l'escadre peut être rendu plus efficace, rationalisé ou modernisé. Il accueille également les idées concernant de nouvelles initiatives qui profiteraient à l'équipe et à la communauté environnante.

Loin des boîtes à idées des années passées, chaque idée soumise au programme d'innovation déclenche un processus en plusieurs étapes conçu pour aider les membres à faire passer leurs idées du stade de la suggestion à celui de la réalité.

Ces idées sont ensuite examinées par l'équipe d'innovation de la 12e Escadre, qui supervise le programme. L'équipe examine toutes les idées soumises, fournit un retour d'information et peut travailler avec les membres pour aider leurs idées à se concrétiser. Une fois la proposition étoffée, un dossier est élaboré pour être présenté à l'autorité compétente, souvent le commandant de l'unité, qui peut approuver l'idée ou demander à ce qu'elle soit affinée.

Le caporal-chef (Cplc) Richard Dunbar, qui est à l'origine du programme d'innovation de la 12e escadre et qui fait maintenant partie de l'équipe d'innovation, a déclaré que le programme est conçu pour bénéficier aux membres subalternes, qui n'auraient peut-être pas l'occasion de partager leurs idées avec des chefs supérieurs.

Il a ajouté que le programme reconnaît que « tout le monde peut avoir une idée géniale » et introduit une nouvelle méthode de collaboration entre les différents grades.

« Avant [le programme d'innovation], il n'existait aucun moyen efficace de communication ascendante permettant de faire passer une idée du niveau le plus bas aux décideurs. Et souvent, il y avait des barrières qui empêchaient ce progrès en cours de route. »

Les propositions approuvées sont généralement mises en œuvre par le membre qui en est à l'origine. Le Cplc Dunbar ajoute que cela favorise le sentiment d'appartenance, donne aux membres l'occasion de nouer des relations tout au long de la chaîne de commandement et leur permet d'acquérir de l'expérience en matière de leadership.

« Il s'agit vraiment de responsabiliser nos membres et de leur donner une voix », a-t-il déclaré, ajoutant qu'il voyait

également un impact potentiel sur la rétention et le moral des troupes.

Depuis la création de l'équipe d'innovation en octobre 2023, celle-ci a reçu plus de 130 idées, dont 20 ont été approuvées et 10 ont été entièrement mises en œuvre.

Le Cplc Dunbar a indiqué que la plupart des propositions portaient sur l'amélioration de la qualité de vie, les initiatives en matière de santé mentale et l'efficacité organisationnelle.

Certaines idées récemment mises en œuvre utilisent les codes QR pour améliorer la communication sur la base. Les membres du personnel qui souhaitent proposer la candidature de leurs collègues pour des distinctions ou des récompenses peuvent désormais scanner rapidement un code QR, choisir une récompense et envoyer la candidature directement aux adjudants-chefs de l'escadre. De même, le conseil consultatif des membres juniors de la 12e escadre utilise désormais des codes QR pour aider les membres à envoyer des suggestions à la chaîne de commandement.

Les autres propositions vont du projet de jardin communautaire en collaboration avec les résidents des logements militaires voisins à la possibilité d'utiliser la technologie de la réalité virtuelle et intégrée pour la formation

des équipages d'aéronefs.

La major (Maj) Stephanie Noris dirige l'équipe d'innovation. Elle a déclaré que le programme a été bien accueilli par les membres de la 12e Escadre et a ajouté que la structure du programme pourrait facilement être reproduite par d'autres bases ou unités, quelle que soit la branche militaire.

« N'importe qui peut l'adopter. Nous avons mis en place le cadre, et nous espérons que les gens l'adopteront et qu'il se développera », a-t-elle déclaré.

« Les gens ont aimé faire entendre leur voix et faire connaître leurs idées. »

Le personnel de la 12e escadre peut envoyer ses idées au programme d'innovation en envoyant un courriel à 12wing.ideas@forces.gc.ca ou en scannant l'une des affiches à code QR du programme qui ont été distribuées à chaque escadron de la 12e escadre. Sur le réseau RED, visitez le portail d'innovation de la 12e escadre pour obtenir plus d'informations et un récapitulatif des idées soumises dans le cadre du programme jusqu'à présent.



6 MONTH  
10,000KM  
WARRANTY

GREEN LIGHT  
VEHICLE  
INSPECTION

ROADSIDE  
ASSISTANCE

\$500  
GRAD  
REBATE

7 DAY/1,500KM  
EXCHANGE  
OPTION

DETAILING  
COUPONS

TOP NOTCH  
SERVICE

V.I.P  
DISCOUNTS

MORE REASONS  
TO GO WITH






**HALIFAX**  
(902) 450-5775

**DARTMOUTH**  
(902) 466-5775

**SOUTH SHORE**  
(902)-530-1020

**OREGAN'S**  
DRIVING HIGHER STANDARDS®



# Formation marks Halifax Pride Festival / La formation marque le festival de la Fierté d'Halifax



On the morning of July 18, members of the Atlantic Defence Team Pride Advisory Organization and local Defence Team members joined together at Base Headquarters (Stadacona S90) and the 12 Wing Shearwater main gate for flag raising ceremonies marking the start of the Halifax Pride Festival. The Intersex-Inclusive Pride flag was raised at these locations and aboard Royal Canadian Navy ships alongside HMC Dockyard, and remained for the duration of the festival, from July 18 to 28.

Le matin du 18 juillet, des membres de l'Organisation consultative de la fierté de l'Équipe de la Défense de l'Atlantique et des membres de l'Équipe de la Défense locale se sont réunis au Quartier général de la base (Stadacona, Bâtiment S90) et à l'entrée principale de la 12<sup>e</sup> Escadre pour des cérémonies de lever des couleurs marquant le début du festival de la Fierté d'Halifax. Le drapeau de la Fierté inclusif-intersexe a été hissé à ces endroits ainsi qu'à bord des navires de la Marine royale canadienne amarrés à l'arsenal CSM, et il est resté en place pendant toute la durée du festival, du 18 au 28 juillet.

PTE / LE SDT BRENDAN GAMACHE



Defence Team representation in the Halifax Pride Parade on July 20 included the Stadacona Band of the Royal Canadian Navy.

La Musique Stadacona de la Marine royale canadienne faisait partie de la représentation de l'Équipe de la Défense au défilé de la Fierté d'Halifax le 20 juillet.

PTE / LE SDT BRENDAN GAMACHE



The Intersex-Inclusive Pride Flag was raised aboard HMCS William Hall on July 18.

Le drapeau de la Fierté inclusif-intersexe hissé à bord du NCSM William Hall le 20 juillet.

MONA GHIZ



Bravo Zulu to all the units, families and Defence Team members who marched in this year's parade – including the Royal Canadian Navy's mascot SONAR.

Bravo Zulu à toutes les unités, familles et membres de l'Équipe de la Défense qui ont participé au défilé de cette année - y compris la mascotte SONAR de la Marine royale canadienne

PTE / LE SDT BRENDAN GAMACHE

**CFB Halifax Advertising & Sponsorship Opportunities Available**

Please contact

**Peter.McNeil@forces.gc.ca | (902) 401-0052**



CFMWS.CA/HALIFAX

f /PSPHFXSW

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

**Gordon Stirrett**  
WEALTH MANAGEMENT



# New Base Commander highlights CFB Halifax's community ties

By Nathan Stone,  
Trident Staff

Military and civilian leaders gathered for a sunny ceremony outside the Naval Museum of Halifax to welcome the new commanding officer of Canadian Forces Base (CFB) Halifax and pay tribute to her predecessor.

Captain(N) (Capt(N)) Annick Fortin took command of CFB Halifax from outgoing Base Commander Capt(N) Andy Mackenzie in a Change of Command ceremony on July 24.

In an incoming address, Capt(N) Fortin said that CFB Halifax is unique for its central location in the city and solid ties within the community.

"I'm committed to maintaining these strong relationships," she stressed.

Halifax's Mayor Mike Savage, MLA Barb Adams and MP Andy Fillmore, each representing their respective levels of government at the ceremony, were on hand. Halifax's first responders also marked the occasion, with attendees from Halifax Regional Police and Halifax Regional Fire and Emergency Services in attendance.

Prior to her appointment as Base Commander, Capt(N) Fortin had served as the commanding officer of His Majesty's Canadian Ship (HMCS) *Winnipeg* since 2022 while also completing the Canadian Forces College's National Security Programme in 2024. She said she recognizes the work done on the base "doesn't remain on shore," and CFB Halifax has a vital role to play in keeping the fleet ready to meet demanding sailing schedules.

"This is a critical role in supporting operational readiness at home and abroad."

She added that she would rely on the competence and professionalism of the personnel on base and that, in return, they could count on her to be there to support them.

"You are backbone of my operation, so please know that I am here to support and lead you as we navigate the challenges," she said.

Capt(N) Fortin also had kind words for outgoing Base Commander Capt(N) Mackenzie.

"I want to express my gratitude for your exceptional leadership and dedication, your

unwavering commitment to excellence, and to setting a high standard. Your impact on the base and its personnel is profound."

Capt(N) Mackenzie expressed his own thanks to an extensive list of individuals and groups as he prepared to step away, including military units and personnel across base, the Halifax Chamber of Commerce and other community groups, attending government officials and his friends and family.

A former submariner and Commanding Officer of HMCS *Windsor*, Capt(N) Mackenzie let his roots show throughout his Change of Command. A large model of a Victoria-class submarine was on prominent display for the event, and Capt(N) Mackenzie joked that he would have preferred to have worn his submarine overalls for the day.

The outgoing Base Commander added that a key priority during his appointment had been to make CFB Halifax "feel more like a submarine," noting that a submarine crew must rely on excellent teamwork, unity of purpose, and total confidence in their teammates no matter the situation.

Rear-Admiral (RAdm) Josée Kurtz, Commander of Maritime Forces Atlantic and Joint Task Force Atlantic, presided over the ceremony. She referred to Capt(N) Fortin as a "sister" when welcoming the incoming Base Commander, referencing the time the two officers served together aboard HMCS *Vancouver* earlier in their careers.

"I'm delighted to be working with you again in our new respective responsibilities," she said.

She added that the new Base Commander was inheriting a solid organization and said Capt(N) Fortin will have an opportunity to build on the positive work that has taken place in recent years.

"Capt(N) Mackenzie's success is your foundation."

At the end of the ceremony, the Stadacona Band gave a final nod to Capt(N) Mackenzie as he left with his family, striking up a jaunty version of The Beatles' *Yellow Submarine*.



Captain(N) Annick Fortin, left, assumed command of Canadian Forces Base (CFB) Halifax from Capt(N) Andy MacKenzie, right, during a Change of Command ceremony held outside the Naval Museum of Halifax. Rear-Admiral Josée Kurtz, Commander of Maritime Forces Atlantic and Joint Task Force Atlantic, presided over the ceremony.

La Capitaine de vaisseau Annick Fortin, à gauche, a pris le commandement de la Base des Forces canadiennes (BFC) Halifax en remplacement du Capv Andy MacKenzie, à droite, lors d'une cérémonie de passation de commandement qui s'est déroulée à l'extérieur du Musée naval d'Halifax. La Contre-amiral Josée Kurtz, commandante des Forces maritimes de l'Atlantique et de la Force opérationnelle interarmées de l'Atlantique, a présidé la cérémonie.

PTE / LE SDT BRENDAN GAMACHE



As Base Commander, Capt(N) Fortin will lead a skilled team of approximately 1,400 Defence Team members who provide administrative, logistics, information technology, and executive services support as well as port operations and emergency services to MARLANT, local lodger units, and the 10,000 Canadian Armed Forces members and civilian Department of National Defence employees who live and work in the Halifax region. She will also become the regional Defence Visible Minorities Advisory Group Champion.

En tant que commandante de la BFC Halifax, la Capv Fortin dirigera une équipe qualifiée d'environ 1 400 membres de l'Équipe de la Défense qui fournissent un soutien administratif, logistique et informatique, ainsi que des services de soutien à la direction, et qui assurent les services d'opérations portuaires et d'urgence destinés aux FMAR(A), aux unités hébergées locales et aux 10 000 membres des Forces armées canadiennes et employés civils du ministère de la Défense nationale qui vivent et travaillent dans la région d'Halifax. Elle deviendra également la championne régionale du Groupe consultatif des minorités visibles de la Défense.

PTE / LE SDT BRENDAN GAMACHE



# La nouvelle commandante de la base souligne les liens communautaires de la BFC Halifax

Par Nathan Stone,  
L'équipe du Trident

Des dignitaires militaires et civils se sont réunis lors d'une cérémonie ensoleillée à l'extérieur du Musée naval d'Halifax pour accueillir la nouvelle commandante de la Base des Forces canadiennes (BFC) Halifax et rendre hommage à son prédécesseur.

La capitaine de vaisseau (Capv) Annick Fortin a pris le commandement de la BFC Halifax en remplacement du commandant sortant de la base, le Capv Andy Mackenzie, lors d'une cérémonie de passation de commandement qui s'est déroulée le 24 juillet.

Dans son discours d'ouverture, la Capv Fortin a déclaré que la BFC Halifax est unique en raison de son emplacement central dans la ville et des liens solides qu'elle entretient avec la communauté.

« Je m'engage à maintenir ces relations solides », a-t-elle souligné. »

Le maire de Halifax, Mike Savage, la députée provinciale Barb Adams et le député fédéral Andy Fillmore, qui représentaient chacun leur palier de gouvernement respectif à la cérémonie, étaient présents. Les premiers intervenants de Halifax ont également marqué l'occasion, avec des représentants de la police régionale de Halifax et des services régionaux d'incendie et d'urgence de Halifax.

Avant sa nomination au poste de commandante de la base, la Capv Fortin occupait le poste de commandant du Navire canadien de Sa Majesté (NCSM) *Winnipeg* depuis 2022 et avait terminé le programme de sécurité nationale du Collège des Forces canadiennes en 2024. Elle reconnaît que le travail effectué sur la base « ne reste pas à terre » et que la BFC Halifax a un rôle essentiel à jouer pour que la flotte soit prête à respecter les calendriers de navigation exigeants.

« Il s'agit d'un rôle essentiel pour soutenir l'état de préparation opérationnelle au pays et à l'étranger. »

Elle a ajouté qu'elle comptait sur la compétence et le professionnalisme du personnel de la base et qu'en retour, ils pouvaient compter sur elle pour les soutenir.

« Vous êtes l'épine dorsale de mon opération, alors sachez que je suis là pour vous soutenir et vous diriger pendant que nous relevons les défis », a-t-elle déclaré.

La Capv Fortin a également eu des mots aimables pour le commandant sortant de la base, le Capv Mackenzie.

« Je tiens à vous exprimer ma gratitude pour votre leadership et votre dévouement exceptionnels, votre engagement inébranlable à l'égard de l'excellence et votre volonté d'établir des normes élevées. Votre impact sur la base et son personnel est profond. »

Le Capv Mackenzie a lui-même remercié une longue liste de personnes et de groupes alors qu'il se préparait à quitter ses

fonctions, notamment les unités militaires et le personnel de l'ensemble de la base, la Chambre de commerce d'Halifax et d'autres groupes communautaires, les représentants du gouvernement présents, ainsi que ses amis et sa famille.

Ancien sous-marinier et commandant du NCSM *Windsor*, le Capv Mackenzie a laissé transparaître ses racines tout au long de sa passation de commandement. Une grande maquette d'un sous-marin de classe Victoria était exposée pour l'événement, et le Capv Mackenzie a plaisanté en disant qu'il aurait préféré porter sa salopette de sous-marin pour la journée.

Le commandant sortant de la base a ajouté que l'une des priorités de son mandat avait été de faire en sorte que la BFC Halifax « ressemble davantage à un sous-marin », soulignant qu'un équipage de sous-marin doit compter sur un excellent travail d'équipe, une unité d'action et une confiance totale en ses coéquipiers, quelle que soit la situation.

La contre-amirale Josée Kurtz, commandante des Forces maritimes de l'Atlantique et de la Force opérationnelle interarmées de l'Atlantique, a présidé la cérémonie. Elle a qualifié la Capv Fortin de « sœur » lorsqu'elle a accueilli le nouveau commandant de la base, faisant référence au temps où les deux officiers ont servi ensemble à bord du NCSM *Vancouver*, plus tôt dans leur carrière.

« Je suis ravie de travailler à nouveau avec vous dans le cadre de nos nouvelles responsabilités respectives », a-t-elle déclaré.

Elle a ajouté que le nouveau commandant de la base héritait d'une organisation solide et que la Capv Fortin aurait l'occasion de s'appuyer sur le travail positif accompli au cours des dernières années.

« Le succès du Capv Mackenzie est votre fondation. »

À la fin de la cérémonie, la Musique Stadacona a fait un dernier clin d'œil au Capv Mackenzie alors qu'il quittait les lieux avec sa famille, en jouant une version enjouée de *Yellow Submarine* des Beatles.



Les personnes présentes et les participants se sont réunis pour la cérémonie de passation de commandement de la BFC Halifax le 24 juillet.

Attendees and participants gathered for the CFB Halifax Change of Command ceremony on July 24.

LE SDT / PVT BRENDAN GAMACHE



## BAdm team welcomes new Commanding Officer

The Base Administration (BAdm) branch at CFB Halifax also welcomed new leadership recently, with Commander (Cdr) Tim Berryhill, right, assuming command from Cdr Cynthia Foley, left, during a ceremony at Juno Tower on July 17. Cdr Berryhill brings more than 30 years of CAF experience to the role – he began his Royal Canadian Navy career as a cook in 1990 and rose through the ranks to become a senior logistics officer, most recently serving as Directing Staff for Joint Staff Operations Programme and Joint Command and Staff Programme 2023/2024 classes.

Cdr Foley bid an emotional goodbye to her team of friends and colleagues after two years leading the branch. She thanked them for their support in working through the COVID-19 pandemic, local fires and floods, base infrastructure issues, and other challenges. She also pointed to recent positive developments, like the opening of the Stadacona Fitness and Sports Centre, and a new five-year lifecycle plan for base accommodation buildings.

NEIL CLARKSON

## L'équipe de l'Admin B accueille un nouveau commandant

La branche de l'administration de la base (Admin B) de la BFC Halifax a également accueilli de nouveaux dirigeants récemment. Le 17 juillet, le Capitaine de frégate (Capf) Tim Berryhill, à droite, a pris le commandement du Capf Cynthia Foley, à gauche, au cours d'une cérémonie à la tour Juno. Le Capf Berryhill possède plus de 30 ans d'expérience dans les FAC. Il a commencé sa carrière dans la Marine royale du Canada comme cuisinier en 1990 et a gravi les échelons jusqu'à devenir un officier supérieur de la logistique, ayant récemment occupé le poste d'état-major directeur pour le Programme d'opérations de l'état-major interarmées et le Programme de commandement et d'état-major interarmées pour les classes 2023/2024.

La Capf Foley a fait ses adieux avec émotion à son équipe d'amis et de collègues après deux années passées à la tête de la branche. Elle les a remerciés pour leur soutien lors de la pandémie COVID-19, des incendies et inondations locaux, des problèmes d'infrastructure de la base et d'autres défis. Elle a également souligné les récents développements positifs, tels que l'ouverture du centre sportif et de conditionnement physique de Stadacona, et un nouveau plan quinquennal de cycle de vie pour les bâtiments d'hébergement de la base.

NEIL CLARKSON



## WE SERVE VETERANS

Guiding them and their families to access the support and services available through government and community agencies.



[270WESTCONSULTING.CA](http://270WESTCONSULTING.CA)

1-833-270-9378 (WEST)



# SPORTS & FITNESS



## Halifax women, Greenwood men win slo-pitch gold

The CFB Halifax Mariners women's team won gold on home turf on July 26 after taking down the squad from Gagetown in the gold-medal game at the CAF Atlantic Region Slo-Pitch Championship. This year's tournament was held in Dartmouth from July 22-26, with a three-field team on the women's side, including the combined Formation Halifax team, Gagetown and Greenwood. On the men's side, Halifax and Shearwater fielded separate teams for a four-team tournament, with Greenwood taking the gold-medal win over Halifax in the final.

MCPL JACLYN BUELL

## Les femmes de Halifax et les hommes de Greenwood remportent l'or en balle lente

L'équipe féminine des Mariners de la BFC Halifax a remporté l'or sur son propre terrain le 26 juillet en battant l'équipe de Gagetown dans le match de la médaille d'or du Championnat de balle lente de la région de l'Atlantique de la FAC. Cette année, le tournoi s'est déroulé à Dartmouth du 22 au 26 juillet, avec une équipe à trois terrains du côté féminin, comprenant l'équipe combinée de la Formation Halifax, de Gagetown et de Greenwood. Chez les hommes, Halifax et Shearwater ont présenté des équipes distinctes pour un tournoi à quatre équipes, Greenwood remportant la médaille d'or contre Halifax en finale.

LA CPLC JACLYN BUELL





## CFB Halifax Base Logistics supports Special Olympics

*On July 12, the CFB Halifax Base Logistics Command Team (Commander Gabriel, Lieutenant-Commander Arnold and Chief Petty Officer 1st Class Lewis) attended Special Olympics Nova Scotia's 2024 Provincial Summer Games opening ceremony at Acadia University in Wolfville. Over the weekend-long event they presented medals for various Track and Field activities, volunteered as Track and Field marshals (a lot of athletes beat their personal records!), and volunteered as timers for the swim events.*

*Congratulations to all athletes who participated and to those who planned and supported this wonderful event!*

SUBMITTED



## La logistique de la BFC Halifax soutient les Jeux olympiques spéciaux

*Le 12 juillet, l'équipe du commandement du Service de la logistique de la base (Le capitaine de frégate Gabriel, le capitaine de corvette Arnold et la première maîtresse de 1re classe Lewis) a assisté à la cérémonie d'ouverture des Jeux olympiques spéciaux des Jeux d'été provinciaux de 2024 de la Nouvelle-Écosse à l'Université Acadia à Wolfville. Au cours de cet événement qui a duré toute la fin de semaine, les membres de l'équipe ont remis des médailles pour diverses activités d'athlétisme, se sont portés volontaires comme commissaires de terrain pour les épreuves d'athlétisme (beaucoup d'athlètes ont battu leur record personnel!) et comme chronomètres pour les épreuves de natation.*

*Toutes nos félicitations aux athlètes qui ont participé à ce magnifique événement, ainsi qu'à ceux qui se sont occupés de l'organisation et du soutien !*

SOUJIS

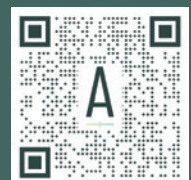
# WONDERING WHAT TO DO IF YOU OR SOMEONE YOU CARE ABOUT MAY BE THINKING OF SUICIDE?



A new series of suicide prevention resources — created for and by Veterans and Veteran Family members — is now available to help you yourself and your loved ones, in whichever way works best for you.

Get these tools at: [atlasveterans.ca/suicide-prevention](https://atlasveterans.ca/suicide-prevention)

**A** ATLAS INSTITUTE FOR VETERANS AND FAMILIES



 centre for suicide prevention