



Vitality

**AU BORD
DE L'EAU**

*Retour sur une
Semaine de la flotte
mémorable*

**PLUS FORTS
ENSEMBLE**

*Le programme
de combat au sol
prend forme*

*Découvrez la
carte à l'intérieur !*

**La PSP en
un coup
d'œil**



As a member of the Canadian Armed Forces you're eligible to save on insurance with Westland MyGroup!



How we help you save:

Our group home and auto insurance program offers customized coverage at a fraction of the cost of competitors.

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



Scan here to get your free, no-obligation quote today!



Visit mygroup.ca/CAF for more information, or contact us at:
1-844-999-7687 | sales@westlandmygroup.ca



24

AU SOMMAIRE

24 LA MUSIQUE STADACONA FÊTE SES 85 ANS
La musique navale de la côte Est célèbre 85 ans de musique, de souvenirs et de service, réunissant anciens et membres actuels pour un concert au bord de l'eau.

30 UNE VILLE ET SA MARINE SE RETROUVENT
La Semaine internationale de la flotte d'Halifax a réuni navires, marins et grand public, mettant en lumière le lien qui unit la ville à la Marine royale canadienne.

34 BIEN PLUS QU'UNE SIMPLE COURSE
Forme physique, esprit d'équipe et hommage se mêlent alors que les participants relèvent le Défi de conditionnement physique à la mémoire de Craig Blake.

38 S'IMPOSER SUR LE TAPIS
Les lutteurs de la région de l'Atlantique montent sur le tapis pour mettre leurs compétences à l'épreuve, renforcer leur confiance, développer leur discipline et tisser des liens.



30



34



38

10 Remise en forme

Aider les membres des FAC à se remettre d'une blessure et à retrouver leur force

14 De retour au hangar

Les travaux de rénovation étant désormais terminés, le Musée de l'aviation de Shearwater est prêt à reprendre son envol

16 Une approche unifiée du bien-être

L'équipe de promotion de la santé du PSP et celle du C Svc S FC (A) s'associent pour la nouvelle Expo santé de la base

18 Le moral en mouvement

Services et programmes du PSP offerts en mer et à l'étranger

28 Le laser tag fait mouche

Une nouvelle activité de loisirs connaît un succès grandissant, et tous les âges y participent

42 Pas d'argent comptant ? Pas de problème

Des services modernes qui aident les marins à rester opérationnels

2 À propos de la PSP Halifax

2 Trident

4 Bienvenue à Vitality

5 Message de la commandante de la base

8 Événements de la PSP en 2026

40 Choses à faire à Halifax

43 Nous contacter

44 Carte des services de la PSP

À PROPOS DES PSP HALIFAX

Au Programme de soutien du personnel (PSP) Halifax, nous sommes fiers d'appuyer la communauté des Forces armées canadiennes (FAC) grâce à des programmes et à des services qui favorisent la condition physique, le bien-être et le moral. Qu'il s'agisse de programmes d'entraînement et de reconditionnement sur mesure, d'activités de loisirs, de sports ou de promotion de la santé, nous aidons les membres des FAC à rester prêts pour leurs missions. Vous nous trouverez au gymnase, sur la glace, au terrain de golf et même à bord de navires — partout où l'on a le plus besoin de nous.

PSP Halifax contribue également à rassembler les gens. Nous organisons des événements majeurs sur la base, notamment des compétitions sportives des FAC et nos Journées de la famille du MDN, et nous travaillons avec des partenaires communautaires et des entreprises commanditaires pour assurer

le succès de ces initiatives. Nous sommes fiers de gérer des mess locaux, des programmes de loisirs communautaires et des installations uniques telles que le terrain de camping de Falls Lake, le club de curling de la BFC Halifax, le club nautique de Shearwater et le club de golf Hartlen Point. L'équipe du PSP fournit également un soutien au déploiement, des services de restauration, la location d'installations et bien plus encore, le tout dans le but d'améliorer la vie des membres des FAC à la BFC Halifax.

Bon nombre de nos employés soutiennent la communauté de la défense depuis des années, tissant des liens et acquérant une compréhension des besoins particuliers de la vie militaire. Que vous soyez nouvellement affecté, en formation ou en compétition, ou que vous cherchiez simplement à vivre votre vie au mieux, le PSP Halifax est là pour vous.



Les mascottes de la FAC, **Juno**, **Sonar** et **Astra**, sont partout ! **Saurez-vous les repérer** et nommer toutes les activités auxquelles elles s'adonnent ?

Disclaimer information

This is not an official publication of the Department of National Defence.

Opinions expressed herein are those of the writers and are not to be considered as an official expression by the Department of National Defence, National Defence Headquarters or the Commander Maritime Forces Atlantic. Advertisements in the publication do not constitute an endorsement

of the advertisers, their products or their services by the Department of National Defence, National Defence Headquarters or the Commander Maritime Forces Atlantic. The information was accurate at the time of publication, however it is subject to change. Please visit <https://cfmws.ca/halifax> for the most up-to-date information.

Informations sur la clause de non-responsabilité

Le présent guide n'est pas une publication officielle du ministère de la Défense nationale.

Les opinions exprimées dans ce guide sont celles des auteurs et ne doivent pas être considérées comme l'expression officielle du ministère de la Défense nationale, du Quartier général de la Défense nationale ou de la commandante des Forces maritimes de l'Atlantique. Les publicités qui y figurent ne constituent

pas un appui du ministère de la Défense nationale, du Quartier général de la Défense nationale ou de la commandante des Forces maritimes de l'Atlantique envers les annonceurs, leurs produits ou leurs services. L'information était exacte au moment de la publication, mais elle peut être modifiée sans préavis. Veuillez consulter <https://sbmfc.ca/halifax> pour connaître les détails.



Vitality est produit en partie par l'équipe du Trident. Journal des Forces maritimes de l'Atlantique depuis 1966, le Trident est maintenant produit par les Programmes de soutien du personnel (PSP) d'Halifax, sous l'égide des Services de bien-être et de moral des Forces canadiennes (SBMFC). En tant que membre de l'Association des journaux des Forces canadiennes, le Trident couvre les opérations, les exercices, les sports, les événements communautaires et plus encore de la BFC Halifax, de la Flotte de l'Atlantique et de la 12^e Escadre Shearwater. Le journal présente des articles originaux rédigés par son personnel et des contributions de l'Équipe de la Défense. Depuis 2020, le Trident est exclusivement numérique. Vous trouverez les derniers articles et les éditions électroniques sur le site

www.tridentnewspaper.com.

Vous avez une histoire à partager ou un événement à souligner ?

Contactez

Ryan.Melanson2@forces.gc.ca

pour plus d'informations.

SUR LA COUVERTURE :

Photo de couverture de la course de la Semaine internationale de la flotte d'Halifax 2025

Le Cpl Connor Bennett



MERCI

À NOS COMMANDITAIRES

nous ne pourrions pas faire cela sans vous !



**Possibilités de publicité et de
commandite à la BFC Halifax**

Scannez pour plus d'information !



 /PSPHFXSW

 /PSPHALIFAX

On behalf of Personnel Support Programs

(PSP) Halifax, welcome to this new edition of *Vitality*. As we continue building on the renewed vision for this publication, we're highlighting some of the people and programs that support the Defence Team across Canadian Forces Base (CFB) Halifax and 12 Wing Shearwater.

Over the past year, our teams have focused on promoting sports, active living and recreation for Canadian Armed Forces members and their families while delivering services that aim to boost morale and support operational readiness.

PSP's Health Promotion team relaunched the Base Health Expo in collaboration with Canadian Forces Health Services, reconnecting members with valuable wellness resources. The Shearwater Aviation Museum also marked an important milestone with its grand reopening following major repairs and renovations, welcoming visitors back to a refreshed space celebrating our region's maritime aviation history.

PSP staff have continued contributing directly to operational readiness, joining deployments aboard Royal Canadian Navy ships and assisting personnel involved in the Canadian Armed Forces mission in Latvia. Closer to home, our PSP Fleet Support team has taken shape, providing accounting, operations, and procurement support to ships of the Atlantic Fleet.

We've also supported commemorative initiatives recognizing service and history, including the 85th anniversary of the Stadacona Band of the Royal Canadian Navy and museum-led activities marking the 35th anniversary of the end of the Gulf War.

Community connection also remains central to what we do. Earlier this year, a full week of activities at 12 Wing Shearwater brought families together for our Snow Festival, and we now look ahead to the return of DND Family Days, bringing the Dockyard to life on June 12–13 with activities for all ages.

Inside this edition of *Vitality*, you'll find features showcasing the work of PSP and Canadian Forces Morale and Welfare Services, alongside stories from across our wider Defence community here at CFB Halifax.

We hope the information encourages you to explore the many resources available to you and your family. If you have questions about our programs or services, don't hesitate to reach out. From mess membership and FORCE test bookings to a cabin stay at Falls Lake, our team is ready to help.

*Mike Almond,
Senior Manager, PSP Halifax*



Au nom des Programmes de soutien du personnel (PSP) Halifax, bienvenue dans ce nouveau numéro de *Vitality*. Alors que nous poursuivons la vision renouvelée de cette publication, nous mettons en lumière certaines personnes et certains programmes qui soutiennent l'Équipe de la Défense à la Base des Forces canadiennes (BFC) Halifax et à la 12^e Escadre Shearwater.

Au cours de la dernière année, nos équipes se sont concentrées sur la promotion du sport, d'un mode de vie actif et des loisirs

auprès des membres des Forces armées canadiennes et de leurs familles, tout en offrant des services qui renforcent le moral et soutiennent la disponibilité opérationnelle.

L'équipe de promotion de la santé des PSP a relancé l'Expo santé de la base en collaboration avec les Services de santé des Forces canadiennes et a permis aux membres de renouer avec d'importantes ressources de bien-être. Le Musée de l'aviation de Shearwater a également franchi une étape importante avec sa réouverture après d'importants travaux de réparation et de rénovation et accueille de nouveau les visiteurs dans un espace renouvelé célébrant l'histoire de l'aviation maritime de notre région.

Le personnel des PSP a continué de contribuer directement à la préparation opérationnelle en participant à des déploiements à bord de navires de la Marine royale canadienne et en soutenant le personnel engagé dans la mission des Forces armées canadiennes en Lettonie. Plus près de chez nous, notre équipe de soutien à la flotte des PSP a pris forme et fournit un appui en comptabilité, en opérations et en approvisionnement aux navires de la flotte de l'Atlantique.

Nous avons également soutenu des initiatives commémoratives rendant hommage au service et à l'histoire, notamment le 85^e anniversaire de la fanfare Stadacona de la Marine royale canadienne ainsi que des activités muséales marquant le 35^e anniversaire de la fin de la guerre du Golfe.

Les liens communautaires demeurent au cœur de nos activités. Plus tôt cette année, une semaine d'activités à la 12^e Escadre Shearwater a réuni les familles à l'occasion de notre Festival de la neige, et nous attendons maintenant avec impatience le retour des Journées de la famille du MDN, qui animeront l'arsenal CSM les 12 et 13 juin avec des activités pour tous les âges.

Dans ce numéro de *Vitality*, vous trouverez des articles présentant le travail des PSP et des Services de bien-être et moral des Forces canadiennes, ainsi que des récits provenant de notre communauté de la Défense ici à la BFC Halifax.

Nous espérons que ces informations vous encourageront à explorer les nombreuses ressources offertes à vous et à votre famille. Si vous avez des questions sur nos programmes ou services, n'hésitez pas à communiquer avec nous. De l'adhésion au mess et aux réservations pour les tests FORCE jusqu'à un séjour en chalet à Falls Lake, notre équipe est prête à vous aider.

*Mike Almond
Gestionnaire principal, PSP Halifax*

Base Commander's *Message*

Vitality comes from the Latin word *vitalis*, meaning “pertaining to life” – an appropriate name for the publication before you. The *Vitality* magazine embodies what keeps our Defence community vibrant, connected, and thriving: the sports and fitness programs, social and recreation services, family-focused activities, deployments resources as well as mental and physical health programming provided by our amazing Personnel Support Programs (PSP) Halifax team.

Canadian Forces Base (CFB) Halifax is a vast and complex ecosystem and the country's largest naval base. We support over 10,000 Canadian Armed Forces (CAF) members, Department of National Defence (DND) civilians, and Non-Public Funds employees. Our base spans a large geographic footprint, with properties located in many Halifax Regional Municipality (HRM) communities including peninsular Halifax, Dartmouth, Bedford, Shearwater, Eastern Passage, and Herring Cove as well as satellite sites scattered across Nova Scotia. CFB Halifax is home to Maritime Forces Atlantic (Royal Canadian Navy), 12 Wing Shearwater (Royal Canadian Air Force), and 5th Canadian Division/36 Canadian Brigade Group (Canadian Army) – all elements whose employees work tirelessly in support of CAF operations at home and abroad.

Defence members also contribute to local communities through involvement with charitable organizations and groups across the HRM. Outside of work, they coach sports teams, volunteer with schools and Veteran organizations, and continue to be good neighbours. And while they are supporting others, they have loved ones supporting them on the brightest days and through the hardest challenges. All this to say: our people (and their people) are at the core of everything we do and work towards. Which is why it is vital to recognize their service, leadership, and impact on the community by offering programming and services tailored to them.

From health, wellness, and recreation activities to incredible morale and welfare outreach initiatives like Morale Mail and DND Family Days, our PSP team meets the moment and offers something for everyone. And by positively impacting our Defence community, PSP is also helping to elevate our operational output, institutional success, and collective ability to protect Canadians while contributing to peace, security, and stability on the global stage. We thank the entire PSP Halifax team for their inspiring work and unwavering dedication to others.

Thank you for taking the time to explore this issue of *Vitality*. I hope you enjoy learning more about our base, its people, and how you can benefit from PSP programming and resources across the region.

Captain(N) Annick Fortin
Commander, Canadian Forces Base Halifax



Message de la commandante de la base

Le terme « Vitality » vient du mot *vitalis*, qui signifie « relatif à la vie », un nom tout à fait approprié pour la publication que vous avez sous les yeux. Le magazine *Vitality* incarne ce qui garde notre communauté de la Défense dynamique, connectée et florissante : les programmes de sport et de conditionnement physique, les services sociaux et de loisirs, les activités axées sur la famille, les ressources liées aux déploiements, ainsi que les programmes liés à la santé mentale et physique offerts par notre formidable équipe

des Programmes de soutien du personnel (PSP) d'Halifax.

La Base des Forces canadiennes (BFC) d'Halifax forme un vaste écosystème et constitue la plus grande base navale du pays. Nous soutenons plus de 10 000 membres des Forces armées canadiennes (FAC), civils du ministère de la Défense nationale (MDN) et employés des fonds non publics. Nos installations sont situées dans plusieurs communautés de la Municipalité régionale d'Halifax (MRH), notamment sur la péninsule d'Halifax, à Dartmouth, à Bedford, à Shearwater, à Eastern Passage et à Herring Cove, ainsi que sur des emplacements satellites répartis dans l'ensemble de la Nouvelle-Écosse. La BFC Halifax abrite les Forces maritimes de l'Atlantique (Marine royale canadienne), la 12^e Escadre Shearwater (Aviation royale canadienne) et la 5^e Division du Canada/36^e Groupe-brigade du Canada (Armée canadienne), dont les employés travaillent sans relâche à l'appui des opérations des FAC, au pays et à l'étranger.

Les membres de la Défense contribuent activement à la vie des communautés locales en s'impliquant auprès d'organismes et de groupes dans l'ensemble de la MRH. En dehors du travail, ils s'engagent comme entraîneurs et bénévoles, notamment dans les écoles et auprès d'organisations de vétérans, tout en demeurant de bons voisins. Tandis qu'ils soutiennent les autres, ils peuvent compter sur le soutien indéfectible de leurs proches, tant dans les moments heureux que lors des épreuves. Nos membres (et leurs proches) sont au cœur de tout ce que nous faisons et de tout ce vers quoi nous tendons. Il est donc essentiel de reconnaître leur service, leur leadership et leur influence en leur offrant des programmes et des services adaptés à leurs besoins.

Qu'il s'agisse d'activités liées à la santé, au bien-être et aux loisirs ou d'initiatives de sensibilisation remarquables au moral et au bien-être, comme le service Courrier d'encouragement et les Journées de la famille du MDN, notre équipe des PSP sait répondre aux besoins du moment et offrir quelque chose pour tous. En ayant une incidence positive sur notre communauté de la Défense, les PSP contribuent également à améliorer notre rendement opérationnel, notre réussite institutionnelle et notre capacité collective à protéger les Canadiens, tout en contribuant à la paix, à la sécurité et à la stabilité sur la scène mondiale. Nous remercions toute l'équipe des PSP d'Halifax pour son travail inspirant et son dévouement indéfectible envers les autres.

Merci d'avoir pris le temps de découvrir ce numéro de *Vitality*. J'espère que vous aimerez en apprendre davantage sur notre base, ses membres et la manière dont vous pouvez profiter des programmes et des ressources des PSP dans toute la région.

Capitaine de vaisseau Annick Fortin
Commandante, Base des Forces canadiennes Halifax

RESOURCES FOR VETERANS AND VETERAN FAMILIES

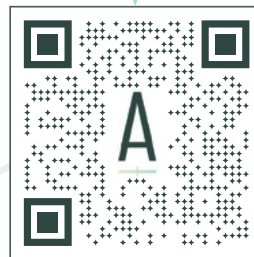


The Atlas Institute for Veterans and Families works with Veterans, Veteran Families, service providers and researchers so that those who have served Canada get the best possible mental health care and supports that fit their needs and experiences.

CHECK OUT OUR RESOURCES AND RESEARCH ON

- traumatic brain injury
 - moral injury
 - parenting with posttraumatic stress injury
- and much more.

atlasveterans.ca/resources



atlasveterans.ca



**ATLAS
INSTITUTE**

FOR VETERANS AND FAMILIES

Funded by Veterans Affairs Canada
Financé par Anciens Combattants Canada

Canada

Disclaimer: Views and opinions expressed are solely those of the Atlas Institute for Veterans and Families and may not reflect the views and opinions of the Government of Canada.

YOU ALREADY KNOW YOU LOOK GOOD IN UNIFORM.

Your dedication, discipline and leadership don't retire.

Start your next mission with a career that offers stability, growth, and purpose:
Serve your community with Commissionaires Nova Scotia.



APPLY TODAY

commissionaires.ca



COMMISSIONAIRES



**VISIT OUR
RENOVATED
CLUBHOUSE!**



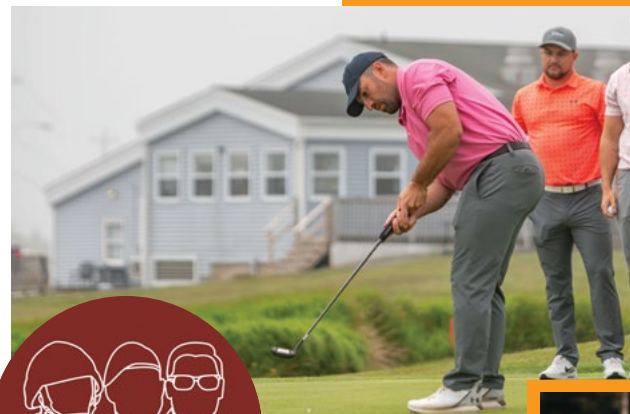
TEE UP YOUR NEXT MILITARY UNIT GOLF DAY!

To make your Military Unit bookings,
please contact Marc Jessome
info@hartlenpoint.ca

HARTLENPOINT.CA



QUE SE PASSE-T-IL ?



Printemps

Défi-vélo de la Marine
Journées de la famille du MDN

Été

Défi de conditionnement physique à la mémoire du Craig Blake
Match de reconnaissance du MDN des HFX Wanderers

Automne

Tournoi de golf du commandante de la base
Tournoi de golf du CCMTDN
Tirage-voyage de la BFC Halifax au profit du CCMTDN



RUCK MARCH
RACE



RIVALITÉS PASSIONNÉES

ENCOURAGEZ VOTRE ÉQUIPE
LOCALE OU PASSEZ À L'ACTION

La BFC Halifax et la 12^e Escadre Shearwater s'apprêtent à accueillir plusieurs championnats régionaux de l'Atlantique des Forces armées canadiennes. Ces événements rassemblent des équipes de toute la région et offrent aux membres l'occasion de représenter leur base tout en tissant des liens avec leurs collègues grâce au sport.

Ne manquez pas l'occasion de vous inscrire et de concourir pour l'or régional (et national), ou venez encourager vos équipes locales. Communiquez avec votre coordonnateur des sports du PSP pour plus d'information.

Championnat régional de l'Atlantique de golf
(organisé par la 12^e Escadre – été 2026)

Championnat régional de l'Atlantique de soccer
(organisé par la BFC Halifax – été 2026)

Championnat régional de l'Atlantique de hockey féminin
(organisé par la 12^e Escadre – hiver 2027)

Championnat régional de l'Atlantique de volleyball
(organisé par la BFC Halifax – hiver 2027)

Championnat régional de l'Atlantique de basket-ball
(organisé par la 12^e Escadre – printemps 2027)



health



Hiver

Marche de ruck
Journée no 27
Expo santé de la base

Match de reconnaissance du MDN des Mooseheads d'Halifax
Festival de la neige du MDN

RECONDITIONNEMENT

FORCE *accompagner la convalescence et le retour au service*

Une formation personnalisée et un encadrement spécialisé aident les membres des FAC blessés à franchir un dernier obstacle avant de reprendre leurs fonctions.

« **J**e me sens bien maintenant, mais j'ai toujours quelque chose qui me trotte dans la tête. »

Le matelot-chef (Matc) Chris Langille fait une pause après avoir traîné un sac de sable sur toute la longueur du gymnase du Centre de conditionnement physique et de sport de Stadacona. Il doit faire preuve de prudence lorsqu'il manipule ce sac de 20 kg, qu'il tient dans ses bras afin d'éviter de déclencher une douleur invalidante.

« La plupart des gens posent le poids sur leurs épaules, mais c'est le pire déclencheur pour moi. »

S'il ne fait pas attention, le Matc Langille risque de provoquer une migraine sévère — un problème qu'il traîne depuis plus de quatre ans, après un incident survenu en service qui l'a laissé presque inconscient.

Après un suivi approfondi avec des médecins et le personnel du PSP, il est maintenant sur le point de reprendre pleinement ses fonctions. Pour y parvenir, il

doit réussir le test FORCE (Forme opérationnelle requise dans le cadre de l'emploi des Forces armées canadiennes). Les levés et le traînage de sacs de sable qu'il pratique font partie des éléments clés de cette évaluation.

Pour le Matc Langille, reprendre ses fonctions en toute sécurité signifie réussir le test FORCE sans aggraver son état. Adapter soigneusement sa façon de soulever et de transporter des charges est essentiel pour éviter des migraines

qui pourraient retarder son rétablissement.

« Je sais que je pourrais réussir l'évaluation dès maintenant, mais je serais probablement cloué au lit pendant des jours. »

Heureusement, il bénéficie d'un encadrement pour s'y préparer. Le programme de reconditionnement FORCE des PSP aide des militaires comme lui à franchir cette étape. Il s'adresse aux membres déjà inscrits au Programme de conditionnement physique adapté des PSP

et qui visent à redevenir aptes au test FORCE dans le cadre de leur rétablissement.

Le Programme de conditionnement physique adapté des PSP accompagne les membres des FAC blessés ou malades tout au long de leur réadaptation, afin de favoriser leur retour au service actif et d'améliorer leur qualité de vie. Grâce à un entraînement personnalisé, à des spécialistes certifiés en exercice clinique et à une approche intégrée aux autres services de réadaptation, il aide les membres à retrouver leur autonomie fonctionnelle et leur aptitude opérationnelle. Il constitue également un élément clé du programme de retour au service du Groupe de transition des FAC.

Dans ce cadre, le programme de reconditionnement FORCE des PSP offre un entraînement ciblé aux membres qui se préparent à répondre aux normes des FAC. Pour en améliorer l'accessibilité, il est offert dans les trois installations de la base : le Centre de conditionnement physique et de sport de Stadacona, le Centre de conditionnement physique et de sport de la Flotte et le Centre de conditionnement physique, de sport et de loisirs de Shearwater.

Deux fois par semaine, des membres des FAC en rétablissement se réunissent pour s'entraîner aux différentes composantes du test FORCE, sous la supervision de Kieran MacGillivray, spécialiste de l'exercice physique du PSP.





Le spécialiste de l'exercice physique des PSP, Kieran MacGillivray (à gauche), dirige le programme de reconditionnement FORCE au centre de conditionnement physique et de sports de la flotte.

Les participants pratiquent chacune des épreuves : sprints de 20 mètres, levés de sacs de sable, navette avec charge intermittente et traînage de sacs de sable.

À leur arrivée, chaque participant est évalué pour cerner ses forces et ses faiblesses.

« Nous partons de l'objectif à atteindre — les composantes complètes du test — pour revenir à leur niveau actuel, explique M. MacGillivray. Nous progressons graduellement, sur des semaines ou des mois, selon les besoins. »

Chaque participant suit un plan d'entraînement adapté à sa condition et à ses défis physiques.

Ce plan est accessible dans l'application PSP, permettant aux participants de consulter facilement leur programme. Selon M. MacGillivray, cela favorise l'autonomie à mesure qu'ils se familiarisent avec les exercices.

« Je leur confie la responsabilité de leur plan, que nous avons élaboré ensemble. Mon rôle consiste ensuite surtout à ajuster les mouvements et à faire le point avec eux. »

La caporale (Cpl) Krista Warcop suit le programme de reconditionnement FORCE depuis quatre mois. Grâce à l'application PSP, elle enchaîne efficacement les exercices lors de ses séances du mardi et du vendredi, chacune ayant un programme distinct.

« Le mardi, je fais pratiquement tout le test FORCE », dit-elle.

Admise au Programme de

conditionnement physique adapté des PSP après avoir développé une tendinite sévère à la main en mars 2025, la Cpl Warcop a échoué de justesse à sa dernière évaluation FORCE — à une seconde près lors des sprints de 20 mètres. Elle s'est ensuite tournée vers le programme de reconditionnement FORCE pour un entraînement ciblé.

Après s'être entraînée avec ses pairs et sous la supervision de M. MacGillivray, elle se dit confiante pour sa prochaine tentative et constate des progrès dans toutes les épreuves.

« J'ai remarqué que je m'améliore dans les sprints et dans tout le reste. »

Pour les participants, l'objectif dépasse la réussite du test FORCE : il s'agit de réintégrer pleinement leur unité, de retrouver de bonnes sensations physiques et un sentiment de normalité.

« J'aimerais pouvoir reprendre la mer. Je fais partie de ceux qui aiment leur travail », dit le Matc Langille en riant.

Pour plus d'information sur le Programme de conditionnement physique adapté des PSP, consultez votre médecin ou communiquez avec Kerianne Willigar, gestionnaire du programme, au 902-402-4890 ou à l'adresse Kerianne.Willigar@forces.gc.ca.



LIBÉREZ VOTRE POTENTIEL FORCE

Le test FORCE (Forme opérationnelle requise dans le cadre de l'emploi des Forces armées canadiennes) est la norme qui permet aux membres des FAC de demeurer prêts pour la mission. Communément appelé test FORCE, il établit le seuil minimal de condition physique lié au principe d'universalité du service, garantissant que tous les militaires sont prêts à répondre aux exigences réelles des opérations de défense et de sécurité, peu importe leur métier.

Dans la région de Halifax, le personnel du conditionnement physique des PSP est responsable de l'administration des évaluations FORCE et accompagne également les membres dans leur préparation. Qu'il s'agisse de réserver votre test ou de gagner en confiance avant le jour de l'évaluation, le personnel peut offrir des conseils et un soutien pratique.

Les évaluations doivent être réservées à l'avance. Pour planifier votre test FORCE, communiquez avec le coordonnateur de votre unité. Vous pouvez également poser vos questions à un coordonnateur du conditionnement physique des PSP.

FLOTTE/ARSENAL

hfxpspfleetforcebookings@forces.gc.ca

SHEARWATER

W12FitnessCentre@intern.mil.ca



Unpack
savings
this posting
season.

Get up to
\$4,591*
in value.



BMO



Official bank of the
Canadian Defence
Community

* Terms and conditions apply.

Relocation made simple – tailored mortgage solutions for military families.

- Save up to **\$491*** a year in banking fees with a Performance Plan Chequing Account
- Get up to **\$4,100 cash back*** with a new BMO mortgage
- Enjoy the **flexibility** to break your mortgage without penalty when you're posted through the Canadian Armed Forces or RCMP Relocation Directive
- Get **BMO employee discounts** on a range of mortgage options

Talk to us today or visit bmo.com/cdcpostingseason



Complete Automotive
Repair & Consultation



311 Prince Albert Road
Dartmouth, NS B2Y 1N3

www.yuilleautoworks.ca

902-463-5508



element event solutions

*Your Celebration, Our Rentals -
Creating Moments that Matter Together*

902-453-0110

elementeventscanada.com



**National Association of Federal Retirees
— Together for military and RCMP
veterans and federal retirees since 1963.**

Join us!

**INSTANTLY
SAVE
25%**
on first-year
membership dues*
ASK US HOW

- We are the only organization dedicated to the protection of your federal pension and benefits.
- Gain access to resources that will help you understand your benefits and rights as a federal retiree.
- Enjoy great savings on travel insurance, home and auto insurance, cell phone plans, investment funds, and much more.

Join 170,000 federal retirees in 77 branches
across Canada — even if you're not retired.**

Contact your Halifax area team at 902-463-1431 or nافر73@outlook.com, or our national office member services team at 1-855-304-4700, ext. 300, or service@federalretirees.ca.

*Limited time offer **Qualification required

federalretirees.ca



National Association
of Federal Retirees

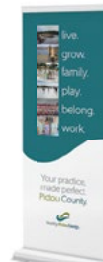
NOVA SCOTIA CENTRAL



SCAN ME

We are your sign specialists

- Construction Signage
- Wayfinding solutions
- Displays
- Wall decals and window clings
- Custom shapes



**Solutions
met.**

GET IN TOUCH

Toll Free: 1-800-236-9526
info@advocateprinting.com

NOVA SCOTIA

181 Brown's Point Rd., Pictou, NS, B0K 1H0
2882 Gottingen St., Halifax, NS, B3K 3E2
125 N. Foord St., Stellarton, NS, B0K 1S0

**we are your
Advocate**

1.800.236.9526 | advocateprinting.com

DE retour AU hangar

Le Musée de l'aviation de Shearwater prend son envol après des rénovations

Ces dernières années ont été turbulentes pour le Musée de l'aviation de Shearwater. Lorsqu'une tempête a arraché une partie de son toit, le musée a dû faire face à des défis qui auraient cloué au sol n'importe quelle organisation. Mais après un an de rénovations, les visiteurs reviennent découvrir de nouvelles expositions, de nouveaux artefacts et de nouvelles expériences.

« Nous sommes repartis de plus belle », affirme Christine Hines, conservatrice du musée. « Cela nous a redonné un nouveau souffle à bien des égards. »

Ce retour n'a pas été facile. Le bâtiment qui abrite le musée — construit en 1939 comme centre de

loisirs pour hommes de la station RCS de Dartmouth — nécessitait depuis longtemps un entretien minutieux. Au fil des ans, le vieillissement des infrastructures a exigé d'importants travaux, notamment le retrait de la peinture au plomb au plafond. Puis, en février 2020, une violente tempête a arraché une partie du toit, forçant le musée à vider son principal espace d'exposition pour protéger sa collection.

Pour une équipe composée d'une conservatrice à temps plein et d'un assistant à temps partiel, la tâche était colossale. Le personnel de la 12e Escadre Shearwater a apporté une aide précieuse, notamment en fournissant de l'équipement de soutien au sol, mais c'est surtout

l'équipe d'environ 20 bénévoles qui a rendu l'opération possible.

« Nous avons dû trouver comment démonter les aéronefs et les expositions, explique Mme Hines. L'un d'eux est un appareil rare de la Seconde Guerre mondiale, construit en bois et en toile, que nous ne pouvions pas déplacer à l'extérieur. Nos bénévoles ont vu ce qui se passait et se sont mobilisés immédiatement. Nous n'aurions pas pu y arriver sans eux. »

Relocalisée pendant plus d'un an dans une salle de conférence du Centre de conditionnement physique, de sports et de loisirs de Shearwater, l'équipe a vu son musée se transformer.

Le projet a permis de régler les problèmes critiques : installation d'un nouveau toit, retrait complet de la peinture au plomb et remise en peinture du plafond, ainsi que modernisation du système d'éclairage. Les anciens luminaires fluorescents

ont été remplacés par des lampes DEL modernes, qui produisent moins de chaleur et de rayonnement ultraviolet, contribuant ainsi à protéger les artefacts sensibles comme les textiles et les peintures.

Lorsque l'équipe est revenue dans le bâtiment en novembre 2024, elle ne s'est pas contentée de tout remettre en place. Ces mois de relocalisation lui ont permis de repenser entièrement l'aménagement du musée. À l'aide de maquettes imprimées en 3D de la collection, Mme Hines et les bénévoles ont conçu un nouveau plan d'étage plus intuitif pour les visiteurs.

« Nous avons vraiment pu repenser l'aménagement du musée, explique Mme Hines. Nos objets sont imposants, donc un parcours logique et sécuritaire est essentiel. » Le résultat est un espace à la fois familier et renouvelé, avec des zones d'exposition modernisées et une collection mieux mise en valeur.

Parmi les nouvelles installations figure un mémorial dédié à l'équipage d'un hélicoptère Cyclone de l'Aviation royale canadienne, indicatif d'appel Stalker 22, décédé dans un écrasement au large de la Grèce le 29 avril 2020, alors qu'il participait à l'opération REASSUR-



La directrice du musée, Christine Hines, a reçu une mention élogieuse du commandant d'escadre au nom de toute l'équipe de restauration lors d'une cérémonie de réouverture officielle en juillet 2025. C'est le lieutenant-colonel Matthew Dukowski, commandant d'escadre par intérim, qui lui a remis cette distinction.

ANCE avec le Navire canadien de Sa Majesté (NCSM) Fredericton.

Une autre exposition, installée peu avant les rénovations, raconte l'histoire du pilote canadien, le lieutenant Thomas Barry Troy, disparu en 1958. Il a disparu dans un épais brouillard alors qu'il volait de Shearwater vers la Floride pour rejoindre le NCSM Bonaventure.

L'appareil n'a jamais été retrouvé. À la suite d'un ouragan en 2017, un garde forestier en Floride a découvert des artefacts sur une plage, dont une sangle de parachute portant le nom du lieutenant Troy. Après avoir communiqué avec Anciens Combattants Canada, des démarches ont été entreprises pour faire don de ces objets au musée.

De nouveaux éléments interactifs ont été ajoutés pour enrichir l'expérience des visiteurs. Le musée propose désormais des casques de réalité virtuelle Meta Quest offrant une expérience à bord d'un hélicoptère

Sea King, permettant aux visiteurs de se plonger dans le cockpit de l'un des aéronefs militaires ayant servi le plus longtemps au Canada.

Selon Mme Hines, cette technologie permet d'explorer virtuellement l'intérieur d'un appareil — une expérience impossible à offrir autrement.

« Pour des raisons de sécurité, nous ne permettons pas aux visiteurs de monter à bord des aéronefs. Ces outils interactifs viennent combler ce manque. »

Mme Hines et son équipe travaillent actuellement à la création de nouveaux panneaux d'interprétation pour plusieurs aéronefs, ainsi qu'à une exposition biographique sur l'as de l'aviation de la Seconde Guerre mondiale Don Sheppard.

Ils ont également récemment reçu un hélicoptère Bell 47G, un appareil de reconnaissance et de recherche et sauvetage entré en service en 1953 et rendu célèbre par son utilisation dans la série télévisée MASH*.

Le nouvel éclairage LED du hangar principal illumine l'espace tout en améliorant la conservation des objets exposés par rapport aux ampoules fluorescentes.



Alors que le musée amorce cette nouvelle étape, Mme Hines tourne désormais ses efforts vers l'extérieur.

« Beaucoup de gens ignorent que nous sommes ici, et je me suis donné pour mission de changer cela. Cela nous rend encore plus enthousiastes de venir travailler, sachant que nous avons quelque chose de nouveau

à offrir qui saura émerveiller nos visiteurs. »

Après des années de travail et de planification, le Musée de l'aviation de Shearwater n'a pas seulement réparé son toit — il a renforcé ses bases pour l'avenir. Avec des installations modernisées et sécuritaires, ainsi qu'une foule de nouveautés, il est prêt à faire découvrir ses histoires uniques à un plus large public. 🍁



PLAISIRS D'HIVER À LA 12^E ESCADRE

Le Festival des neiges annuel des PSP rassemble les familles de l'Équipe de la Défense de la 12^e Escadre Shearwater à l'occasion de la Journée du patrimoine de la Nouvelle-Écosse, pour une journée d'activités hivernales au Centre de conditionnement physique, de sports et de loisirs de Shearwater.

Les enfants profitent de jeux gonflables, de maquillage, de collations et d'activités intérieures, tandis que les familles peuvent aussi sortir pour faire de la luge et déguster des s'mores. La journée comprend également des activités comme la baignade à la piscine de Shearwater, ainsi que du patinage libre et du hockey amical à l'aréna de Shearwater. En 2026, la célébration s'est étendue à une semaine complète d'activités, incluant du yoga, un bingo familial, une soirée peinture et une chasse au trésor au musée.



Scannez le code QR pour en savoir plus et surveillez les détails du prochain Festival des neiges en février 2027.





Une approche unifiée du bien-être

L'Expo santé de la base met en lumière la collaboration entre les Services de promotion de la santé des PSP et le Centre des Services de santé des Forces canadiennes (Atlantique)

Lorsque les organisateurs se sont installés dans le hangar d'exercices de l'École de la flotte (Atlantique) en novembre dernier, ils s'attendaient à une journée bien remplie — mais l'achalandage à l'Expo santé de la base a dépassé toutes les attentes. Répartis entre 32 kiosques, six conférenciers invités et une clinique de vaccination sans rendez-vous, les membres de l'Équipe de la Défense se sont présentés en grand nombre pour découvrir l'éventail des ressources en santé et en bien-être offertes à la Formation Halifax.

L'édition 2025, sous le thème « Naviguer dans votre parcours de santé », s'appuyait sur le succès des années précédentes, mais s'est démarquée par la forte participation du Centre des Services de santé des Forces canadiennes (Atlantique) (C Svc S FC (A)), aux côtés des Services de promotion de la santé des PSP. Ce partenariat, illustré par la diversité de l'expertise

clinique et des programmes communautaires présentés, a renforcé la portée de l'événement.

Les organisateurs ont également attribué le succès de la journée au solide appui des unités de la BFC Halifax, qui ont libéré leurs membres pour leur permettre d'y assister.

« Le soutien des chaînes de commandement à travers la base a été essentiel », souligne Megan Freeman, gestionnaire de la promotion de la santé à la BFC Halifax. « Cela a permis aux équipes de prendre le temps de visiter l'Expo, de se faire vacciner et de découvrir les nombreuses ressources offertes. La participation a été excellente. »

Pour la majore Mallory Pike, commandant adjoint et infirmière-chef au C Svc S FC (A), cette collaboration allait de soi.

« Collaborer avec les Services de promotion de la santé des PSP a été une excellente expérience, affirme-t-elle. Nos organisations partagent

un objectif commun : soutenir la santé globale, la résilience et l'état de préparation du personnel des FAC. Ce partenariat s'est donc imposé naturellement. Le C Svc S FC (A) a apporté son expertise clinique et ses connaissances en santé préventive, tandis que les PSP ont excellé en éducation à la santé et en mobilisation communautaire. Ensemble, nous avons offert au personnel de la base une vision complète et accessible du bien-être. »

Le personnel des PSP a dirigé la coordination et la sensibilisation, tandis que les services de santé ont apporté leur expertise clinique et un contact direct avec les membres, créant ainsi un événement qui visait à rapprocher sensibilisation et accès aux soins. Devant l'intérêt pour les conférences, des sièges supplémentaires ont été ajoutés sur place. Les présentations ont abordé les différentes dimensions du bien-être : mentale, sociale, émotionnelle, spirituelle et physique.

health



santé

Les kiosques ont réuni un large éventail de services des FAC et de partenaires civils — dont la Clinique de santé des femmes, la diététiste de la base et le Centre de ressources pour les familles des militaires — mettant en valeur des services spécialisés. La physiothérapeute Jennifer Cantwell, responsable du kiosque des Services de physiothérapie et de réadaptation du C Svc S FC (A), a mis l'accent sur la santé des pieds.

« Beaucoup de gens s'inquiètent pour leurs pieds en pensant avoir un problème, explique-t-elle. Je leur rappelle que tous les pieds sont de bons pieds — et que s'il y a un souci, nous avons d'excellents outils, semelles et ressources pour les aider. »

L'espace consacré à la vaccination a connu un achalandage constant, et la clinique sans rendez-vous contre la grippe et la COVID a permis aux participants, militaires comme civils, de recevoir leurs vaccins sur place. Plusieurs ont également profité de l'occasion pour discuter avec des cliniciens du dépistage préventif, des ressources en santé mentale et de leurs préoccupations générales. Ces échanges sont souvent plus faciles dans un cadre informel.

« Rencontrer les membres dans un contexte non clinique aide à briser les barrières et favorise des échanges ouverts, ajoute la majeure Pike. Cela permet de partager de l'information, de répondre aux questions et d'établir un climat de confiance. Cela nous aide aussi à mieux comprendre les besoins de l'Équipe de la Défense et à améliorer les soins offerts. »

Les commentaires du personnel clinique ont été très positifs. Plusieurs ont décrit l'expérience comme stimulante et ont apprécié l'occasion d'échanger avec les membres en dehors du cadre habituel, contribuant ainsi à faire connaître l'étendue des services offerts par le Centre.

Les organisateurs regardent déjà vers l'avenir et planifient l'édition 2026. Ils souhaitent notamment élargir les cliniques de vaccination, parmi les éléments les plus populaires, et envisagent un lieu plus grand pour répondre à l'intérêt croissant. Le C Svc S FC (A) a déjà confirmé son intention de participer de nouveau, signe que ce partenariat est appelé à durer. 🍁



DES ESPACES BIEN-ÊTRE

pour faire une pause et se ressourcer

Les Services de promotion de la santé, en collaboration avec les Services d'aumônerie, ont lancé deux nouveaux « Espaces bien-être », conçus pour aider les membres de la communauté de la Défense à faire une pause et à se ressourcer, tant mentalement que physiquement, dans un environnement de travail à rythme élevé.

Reconnaissant que l'accessibilité est essentielle à la résilience, ces espaces sont situés de manière stratégique au sein du réseau de soutien existant. Celui de la chapelle de Stadacona offre un environnement neutre à proximité des Services d'aumônerie, en dehors de la chaîne de commandement. Un second espace, au 106 Windsor Park, est situé près des Services de promotion de la santé et du Centre de ressources pour les familles des militaires, créant un pôle central de bien-être.

Chaque espace propose un environnement calme et confortable où les membres peuvent accéder de façon autonome à des outils de récupération, notamment des ressources de pleine conscience, des sièges confortables et des fauteuils de massage. Le site de la chapelle mettra également à l'essai une capsule de repos, favorisant la sieste tactique et ses bienfaits reconnus sur la récupération et la performance cognitive.

V Pour plus d'informations, veuillez contactez hfxhealthpromotion@forces.gc.ca

LE MORAL en MISSION

De la Lettonie à la haute mer, le personnel de soutien au déploiement des PSP offre les mêmes services essentiels que ceux disponibles au pays

La nécessité de soutenir les membres des Forces armées canadiennes ne s'arrête pas aux portes de la base. Dans le cadre de leurs fonctions de soutien au déploiement au sein des Services de bien-être et moral des Forces canadiennes (SBMFC) et des Programmes de soutien du personnel (PSP), des employés civils sont déployés à l'étranger et à bord de navires afin d'offrir les mêmes services axés sur le moral que ceux disponibles dans les bases au pays, aidant ainsi le personnel à demeurer en santé, résilient et prêt à accomplir sa mission.

« La priorité de tout notre personnel en déploiement, peu importe le métier, est de renforcer le moral et le bien-être des troupes », explique Brian Zorgel, gestionnaire des opérations de soutien au déploiement.

Le personnel offre une vaste gamme de services, notamment des programmes de conditionnement physique, des activités sportives et récréatives, des services de vente au détail, de l'aide aux déplacements, des services administratifs financiers et même des services de coiffure. Ces services sont souvent offerts non seulement aux militaires canadiens, mais aussi aux forces alliées, créant des environnements accueillants favorisant les liens et le bien-être au-delà des frontières.

Même les services les plus simples jouent un rôle important pour aider les militaires à composer avec des conditions exigeantes et l'éloignement. « Un service comme le salon de coiffure peut être un excellent moyen de réduire le stress et de retrouver un sentiment de normalité, explique Zorgel. C'est un



À droite : Hannah Doiron, des PSP Halifax, à bord du NCSM Charlottetown dans le cadre de l'opération HORIZON en février 2026.

À gauche : Des membres du NCSM Ville de Québec participent à une séance d'entraînement physique sur le pont d'envol lors d'un déploiement dans le cadre de l'opération HORIZON à la fin de 2025.



espace confortable où les gens peuvent se détendre et échanger avec quelqu'un à l'extérieur du milieu militaire. »

Pour Shaun Vail, spécialiste de l'exercice physique du PSP à Halifax, le soutien au déploiement a été l'occasion de mettre son expertise à profit dans un contexte entièrement nouveau. Il a marqué le programme en devenant le premier spécialiste de l'exercice physique du PSP à être déployé en Lettonie dans un rôle de reconditionnement. Cette capacité, demandée par les FAC, est depuis devenue essentielle pour aider les membres à maintenir leur préparation physique tout en répondant aux exigences opérationnelles.

Alors que son travail à Halifax porte surtout sur les blessures chroniques et le retour à une condition physique complète, son rôle en déploiement mettait l'accent sur l'intervention précoce et la prévention. Il apportait un soutien supplémentaire au personnel médical déjà très sollicité des FAC.

« Si quelqu'un commence à ressentir une douleur à l'épaule en raison du travail et des nouvelles tâches en théâtre d'opérations, il n'a probablement pas besoin d'être rapatrié, mais il peut tout de même bénéficier d'un peu d'aide », explique-t-il.

Le programme continue d'évoluer pour répondre aux besoins opérationnels. Mary Driscoll, de l'équipe de promotion de la santé des PSP à Halifax, est actuellement en Lettonie, où elle met en œuvre un projet pilote visant à établir un rôle de spécialiste en promotion de la santé, élargissant ainsi l'offre de services et renforçant l'engagement envers le bien-être global des membres.

À la suite de ce déploiement, Vail a participé à une seconde mission à bord du navire de soutien MV Asterix, où il a de nouveau contribué au moral de l'équipage pendant de longues périodes en mer. En plus des séances d'entraînement structurées, il a lancé des activités créatives pour maintenir l'engagement. L'une d'elles, un jeu à l'échelle du navire intitulé « Assassin », a rapidement captivé l'équipage.

« Pendant environ 72 heures, c'était le sujet de conversation partout sur le navire, se souvient-il. C'était un jeu un peu bête, mais c'était vraiment impressionnant de voir les gens embarquer et y prendre part. » ▶



Offering unbiased financial advice and solutions exclusively for CAF members, veterans and their families.

-  Insurance Needs Assessment
-  Life, Critical Illness, & CAF LTD Insurance
-  Financial Planning
-  Savings & Investments
-  Financial Education & Counselling

Connect with your local SISIP office directly:
CFB Halifax | 902-425-6926



SISIP.com



CENTRE DE RESSOURCES POUR LES FAMILLES DES MILITAIRES D'HALIFAX ET RÉGIONS

L'impact du personnel des PSP a aussi été démontré lors d'un récent déploiement dans l'Indo-Pacifique du NCSM Ville de Québec, qui a accueilli la coordonnatrice des activités de conditionnement physique, de sport et de loisirs des PSP, Tianna Pietrowski, pendant six mois dans le cadre de l'opération HORIZON. Le capitaine de corvette Pierre-Luc Dessureault-Beaulieu, commandant en second du navire, a qualifié cette décision comme l'un des meilleurs choix en matière de personnel du déploiement.

Pietrowski a mis en place un programme complet comprenant des cours quotidiens ainsi que des activités pour tout l'équipage, comme des soirées-questionnaires, du bingo et des célébrations. Elle a aussi coordonné des compétitions sportives avec des unités alliées et appuyé des engagements internationaux, contribuant à renforcer le moral et la cohésion opérationnelle. Son travail, ajoute-t-il, « a pleinement donné vie à l'objectif de renforcer le moral ».

Bien que ces rôles offrent des occasions enrichissantes d'aider les autres, ils exigent aussi de l'adaptabilité, de longues heures de travail et des absences prolongées. Pour Vail, l'expérience a toutefois été extrêmement enrichissante, tant sur le plan professionnel que personnel.

« C'est une expérience incroyablement précieuse et gratifiante — vraiment unique, dit-il. Il faut le faire pour les bonnes raisons : vivre une expérience exceptionnelle, aider les autres, créer des liens, se dépasser et offrir un service de qualité. »

Pour les civils souhaitant soutenir les membres des FAC tout en acquérant une expérience professionnelle unique à l'étranger, ces rôles représentent une occasion concrète de contribuer au bien-être et à la préparation opérationnelle du personnel militaire. 🍁

Le Centre de ressources pour les familles des militaires d'Halifax et régions (CRFM H&R) soutient les membres des FAC et les personnes qu'ils considèrent comme leur famille à Halifax, à Shearwater et partout en Nouvelle-Écosse. Dirigé par des membres de familles militaires, il offre des programmes et des services adaptés aux réalités de la vie militaire.

Face à la hausse du coût de la vie, le CRFM H&R propose des programmes d'aide financière pour aider les familles à faire face aux imprévus. Son garde-manger communautaire, accessible à Windsor Park et à Shearwater, offre également, sans poser de questions, des denrées de base, des aliments nutritifs et des articles d'hygiène selon les besoins.

Le centre met aussi les familles en relation avec des services de counselling, d'aiguillage, de soutien à la transition ainsi que des services pour les enfants et les jeunes, incluant des conseils sur les options de garde et l'accès au Centre pour enfants de Shearwater. 🍁



Scannez le code QR pour en savoir plus sur les programmes et services offerts.





WE SERVE VETERANS

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



270WESTCONSULTING.CA 1-833-270-9378 (WEST)

How 270 West Consulting Helped a Royal Canadian Navy Veteran Find His Way Back to Hope

The roar of engines filled the air, a sound that stirred something deep within Florent Roy, a retired Royal Canadian Navy sailor. Standing at an air show beside his son, cane in hand, he felt both proud and fragile.

The man who had once served his country at sea, now finding his footing on land.

"I was hobbling along with a cane," Florent remembers. "I wasn't there looking for help; I just wanted to see the planes again."

As they made their way through the crowd, his son stopped at a small kiosk bearing the sign 270 West Consulting. One of the representatives reached out, smiled, and asked, "Is there anything we can help you with?" Florent thanked them, took a brochure, and kept walking, unaware that the simple handshake at that booth would mark the start of a life-changing journey. A few weeks later, his phone rang. "They said, 'We didn't forget about you.' And they meant it, Florent recalls.

That call became a turning point. The team at 270 West Consulting listened to his story, his service, his health, and the quiet struggles that followed retirement. They treated him with patience, dignity, and respect.

"I found out I had problems I didn't even know I had," he says quietly. "But the difference was, I wasn't facing them alone anymore."

Navigating Veterans Affairs Canada can feel like charting rough seas without a compass. For Florent, 270 West Consulting became that compass. They assembled his documentation, arranged medical assessments, and connected him to the support programs he had earned but didn't know how to access. Their efforts helped ease both the physical and emotional toll of his years in uniform. "They handled everything," he says. "They made me feel like my service still mattered."

What Florent found through 270 West Consulting wasn't just assistance, it was belonging. "For one thing," he says, "you find out you're not alone." He now shares his experience with other veterans, encouraging them to seek help and reminding them that support is out there.

"There are a lot of veterans who need help but don't know where to go," he says. "270 West is definitely another venue. They give you hope when you think you've run out of it."

For the sailor who once found his strength on the open sea, that hope has become his new anchor, steadying him through calm and storm alike.



Florent Roy | Navy Veteran



270 WEST CONSULTING

Since its founding in 2021, 270 West Consulting has provided personalized, trauma-informed support to thousands of Canadian veterans and their families.

The team guides them through complex Veterans Affairs Canada claims and connects them to essential programs from health benefits and accessibility grants to mental-health care, home assistance, and financial resources — ensuring no veteran ever walks alone.

Learn more by calling
1-902-462-0244 or visiting
www.270WestConsulting.ca





La Musique Stadacona FÊTE SES 85 ANS

Les musiciens de la Marine sur la côte Est célèbrent cet anniversaire marquant en compagnie des membres actuels et anciens, de leurs amis et de la communauté

L'été dernier, la Musique Stadacona de la Marine royale canadienne est montée sur scène à Sackville Landing pour un concert communautaire sur le front de mer d'Halifax. Spectacle familier pour les résidents comme pour les visiteurs durant la saison estivale, cette prestation de juillet marquait toutefois une occasion bien spéciale : le 85^e anniversaire de la Musique, réunissant membres actuels, anciens et sympathisants pour souligner un héritage de service à travers la musique.

Depuis plus de huit décennies, la Musique accompagne la vie navale sur la côte Est du Canada, soutenant cérémonies et célébrations tout en bâtissant une réputation d'excellence musicale reconnue à l'international. Cet anniversaire a offert l'occasion de revenir sur cette histoire, mais aussi de mettre en valeur les personnes et les traditions qui continuent de façonner l'ensemble aujourd'hui.

Les 35 musiciens de la Musique ont été

rejoints par des vétérans et d'anciens directeurs de musique pour un programme mêlant des pièces militaires et navales traditionnelles à des favoris modernes. Le public nombreux rassemblé le long de la promenade a apprécié ce mélange. Le maître de 1^{re} classe Brad Davidge a dirigé la Musique dans un arrangement de Northwest Passage de Stan Rogers, parfois décrit comme « l'autre » hymne national du Canada, tandis qu'une interprétation fougueuse du thème de La Soirée du hockey, dirigée par l'ancien commandant, le capitaine de frégate (à la retraite) George Morrison (1976–1980), a fait fredonner l'auditoire.

L'événement a également mis en valeur le patrimoine musical propre à la Musique à travers des œuvres composées ou arrangées par ses membres, notamment Seven Seas Overture, un medley créé par le regretté premier maître de 2^e classe Earl Fralick pour le 70^e anniversaire de la Marine royale canadienne. L'ancien commandant et directeur de musique, le capitaine de

corvette (à la retraite) Jim Forde (1988–1993), est remonté sur le podium pour diriger une autre œuvre de Fralick, la marche Ready Aye Ready.

Plusieurs autres anciens directeurs de musique ont également été invités à diriger, dont le capitaine de corvette (à la retraite) Peter van der Horden (1993–2001), le capitaine de frégate (à la retraite) Gaétan Bouchard (2001–2006) et le capitaine de corvette (à la retraite) Ray Murray (2006–2016), chacun représentant un chapitre de l'évolution de la Musique. Le concert était aussi tourné vers l'avenir, avec des musiciens plus jeunes mis en valeur dans des solos et tout au long du programme, illustrant la continuité entre les générations.

Les membres actuels et anciens se sont ensuite réunis au Musée maritime de l'Atlantique pour une réception organisée par l'actuel commandant, le lieutenant de vaisseau Jeff Campbell, tandis qu'une autre réception à la Maison du gouvernement a rassemblé des leaders militaires



TOUT EST MIEUX AVEC DE LA MUSIQUE !

et civiques afin de souligner les contributions de la Musique et ses liens avec la communauté.

Les origines de la Musique Stadacona remontent aux débuts de la Seconde Guerre mondiale, lorsque la création d'une fanfare navale permanente en 1939 a marqué un tournant pour la musique navale au Canada. L'ensemble s'est rapidement établi au NCSM Stadacona à Halifax, et son succès a mené à la formation d'autres musiques navales à travers le pays.

Bien que de nombreux musiciens soient retournés à la vie civile après la guerre, un noyau dévoué est resté en place, préservant une tradition musicale qui s'est poursuivie à travers la restructuration d'après-guerre et l'unification des Forces armées canadiennes. Dans les années 1950, la Musique Stadacona a fait preuve d'une grande flexibilité en formant plusieurs ensembles pour les porte-avions de la Marine royale canadienne, tout en maintenant un ensemble principal à terre. Elle a ensuite contribué à des ►

Le PSP Halifax remercie sincèrement la Musique Stadacona de la Marine royale canadienne pour son soutien constant tout au long de l'année.

Qu'il s'agisse d'interpréter des morceaux populaires lors des Journées de la famille du MDN ou d'animer nos activités itinérantes dans le cadre de la Campagne de charité en milieu de travail de la Défense nationale (CCMTDN), ses musiciens offrent toujours une ambiance mémorable. Plus récemment, les premiers maîtres Brad Davidge et Larry Bjornson ont offert une prestation spéciale lors de la pause-café sur la santé mentale de PSP Halifax en janvier 2026, soulignant le rôle important que peut jouer la musique dans le bien-être.

Leur collaboration continue et leur professionnalisme contribuent à renforcer les liens avec la communauté et à enrichir la vie sur la base grâce à la musique.





Falls Lake

Cottages and Campground



YOUR PERFECT LAKESIDE ESCAPE
Call now to book your getaway!



Whether you are hosting a **corporate retreat**, **gathering friends** in our cozy cottages, or making memories by the campfire with **family** - we have the perfect spot for your group.

CALL 1-877-325-LAKE (5253)



CFMWS.CA/FALLSLAKE

FALLS LAKE COTTAGES AND CAMPGROUND, 796 PIONEER DRIVE, VAUGHAN, NS B0N 2T0

Le capitaine de frégate (à la retraite) George Morrison procède à la première découpe du gâteau du 85e anniversaire de la Musique Stadacona, confectionné par Heather Scott des services d'alimentation de la BFC Halifax. Merci à l'équipe des services d'alimentation pour son soutien à cet événement spécial.

initiatives nationales comme les célébrations du centenaire du Canada et le développement du Tattoo international de la Nouvelle-Écosse, où elle demeure un acteur central aujourd'hui.

Basée à Halifax, la Musique offre un soutien musical complet pour les cérémonies tout en représentant la Marine de la côte Est au pays comme à l'étranger. Ses musiciens se produisent dans diverses formations — fanfare de parade, harmonie de concert ou petits ensembles — ce qui lui permet d'appuyer les grandes cérémonies militaires, les événements communautaires et les activités éducatives partout dans les provinces de l'Atlantique.

Pour les musiciens qui en font partie, le rôle de la Musique dépasse la simple performance et reflète le professionnalisme et les valeurs du service militaire. Le premier maître de 2e classe Christian Navratil, bassoniste, y voit un prolongement de l'institution qu'il représente.

« Je joue en partie parce que j'aime mettre en valeur le professionnalisme des militaires », explique-t-il. « Nous sommes un ensemble professionnel et nous représentons le même niveau de professionnalisme que celui que l'on retrouve dans tous les métiers des Forces armées canadiennes. »

Le matelot-chef Tony Taylor, maître de cérémonie du concert anniversaire, souligne pour sa part que l'identité de la Musique est façonnée autant par les expériences vécues que par son histoire officielle.

« L'histoire officielle de la Musique Stadacona n'est qu'une partie de l'histoire », affirme-t-il. « Ceux qui en ont fait partie savent que, comme toute unité militaire, sa véritable histoire se trouve chez ceux qui l'ont vécue. Ce sont des histoires de camaraderie, de moments musicaux partagés et de service rendu au pays à travers la musique. »

L'héritage de la Musique s'exprime peut-être le plus clairement dans la continuité de son service. Depuis 1940, ses musiciens offrent des adieux musicaux sur la jetée aux navires quittant le port d'Halifax — que ce soit au début de la Seconde Guerre mondiale, lors des déploiements vers le Moyen-Orient pendant la guerre du Golfe ou encore aujourd'hui, lorsque les navires canadiens prennent la mer pour des opérations et des exercices.

Au fil des décennies, la musique de la Musique Stadacona a été le dernier son du pays pour les marins quittant le port, et le premier à les accueillir à leur retour. 🍁





LE LASER TAG *fait mouche !*

The gymnasium lights are out. Red and blue LEDs flash from headbands and laser tag guns as two teams move cautiously through the space. Players duck and weave behind pop-up obstacles, firing shots while techno music pulses through the room. A deep robotic voice cuts through the noise to announce each player elimination.

L'activité s'inscrit dans le cadre d'une séance de laser tag organisée par le personnel de la caserne de pompiers de la 12^e Escadre Shearwater comme exercice de cohésion d'équipe. Le matériel peut être loué auprès du service

des loisirs communautaires de PSP Halifax, au Centre de conditionnement physique, de sport et de loisirs de Shearwater.

Pour ceux qui connaissent les gilets lumineux traditionnels, l'équipement de laser tag de PSP Halifax semble minimaliste, ressemblant davantage à du matériel militaire qu'aux équipements encombrants et à l'ambiance de science-fiction généralement associés aux fêtes d'anniversaire pour enfants. Il se compose simplement d'un bandeau et d'un pistolet pour chaque joueur, mais la petite surface de la cible est un choix de conception délibéré.

« Il faut viser un peu plus précisément pour toucher un adversaire, c'est pourquoi les militaires le préfèrent », explique Paisley, préposé au gymnase qui aide à organiser les activités de laser tag de PSP Halifax. « Il faut s'assurer de viser le bandeau ou l'avant du pistolet pour marquer un point. »

Paisley et sa collègue Drozdowski, également préposée au gymnase, contribuent à la gestion du programme : elles installent et animent les parties et veillent au bon fonctionnement du matériel.

PSP Halifax a investi dans un système complet de Battle Company, un fabricant haut de gamme

de matériel de laser tag. Pendant la partie, l'équipement de chaque joueur envoie des informations à un logiciel qui enregistre les éliminations, le temps passé éliminé et des statistiques plus détaillées, comme l'emplacement des impacts.

Les joueurs peuvent choisir divers paramètres avant le début de la partie, notamment la durée des manches et le nombre maximal de fois où ils peuvent être touchés avant d'être éliminés. À la fin de chaque manche, les participants peuvent consulter leurs performances, voir quelle équipe a remporté la victoire et recevoir des distinctions telles que meilleur joueur de la partie ou tireur le plus précis.

Bien que le programme ait été initialement développé à l'intention des militaires, Paisley indique que le laser tag s'est également avéré populaire auprès de l'ensemble de la communauté de la BFC Halifax et de la 12e Escadre.

« Nous avons organisé des parties pour des militaires, des civils et des familles du MDN. Nous le mettons en place lors de grands événements familiaux et de fêtes de Noël du personnel. Tout le monde est le bienvenu. »

En plus de ces événements internes et activités spéciales, PSP Halifax loue le matériel et l'espace du gymnase par blocs de 75 minutes au centre de Shearwater. Les membres des Forces armées canadiennes bénéficient d'une réduction de 15 % sur les réservations.

Drozdowski explique que les fêtes d'enfants sont particulièrement mémorables pour l'équipe.

« Ils prennent ça très au sérieux. Ils courent et plongent au sol. C'est très amusant de voir à

quel point les enfants peuvent être compétitifs. »

L'année 2025 a été la plus chargée à ce jour pour le programme de laser tag de PSP Halifax, Paisley soulignant que l'équipe gère régulièrement plusieurs réservations en une seule journée.

Le programme permet actuellement d'accueillir jusqu'à 24 joueurs à la fois, ce qui permet à de grands groupes de participer à des activités de cohésion d'équipe, des fêtes et des événements spéciaux. La demande continuant de croître, l'équipe explore des moyens d'élargir encore l'expérience et d'introduire de nouveaux modes de jeu à l'avenir.

« Nous cherchons à accueillir des groupes bien plus importants », ajoute Drozdowski.

Les personnes souhaitant réserver une séance trouveront plus de détails ci-dessous. 🍁



RÉSERVATIONS POUR LE LASER TAG À SHEARWATER

Le laser tag est proposé par le service des loisirs communautaires de PSP Halifax au Centre de conditionnement physique, de sport et de loisirs de Shearwater. Les réservations pour les fêtes comprennent une expérience de laser tag d'une heure et quart pouvant accueillir jusqu'à 24 joueurs. Aucune expérience n'est requise.

Coût

225 \$ plus taxes applicables

Réduction pour les militaires

15 % de rabais pour les membres des Forces armées canadiennes

Disponibilité

les dimanches, de 13 h à 14 h 15

Pour plus d'information ou pour vous inscrire, envoyez un courriel à shearwaterpsprecreation@gmail.com ou appelez le 902-720-1071.



Trouvez votre communauté avec

LA LIGUE SOCIALE DES FAC

Vous cherchez à tisser des liens avec vos collègues en dehors du lieu de travail ou du mess? La Ligue sociale des FAC à la BFC Halifax offre aux membres des FAC une façon conviviale de se rassembler autour d'activités qui favorisent le bien-être, la santé mentale et un mode de vie actif.

Dirigée par le service des loisirs communautaires de PSP, la Ligue sociale organise tout au long de l'année un large éventail d'activités sociales et

sportives, offrant quelque chose pour presque tous les intérêts. Les activités précédentes ont inclus des aventures en plein air comme des randonnées en groupe, des séances de surf pour débutants et des sorties de ski, ainsi que des activités plus détendues comme des visites hantées, des soirées de lancer de hache et même un tournoi de Mario Kart.

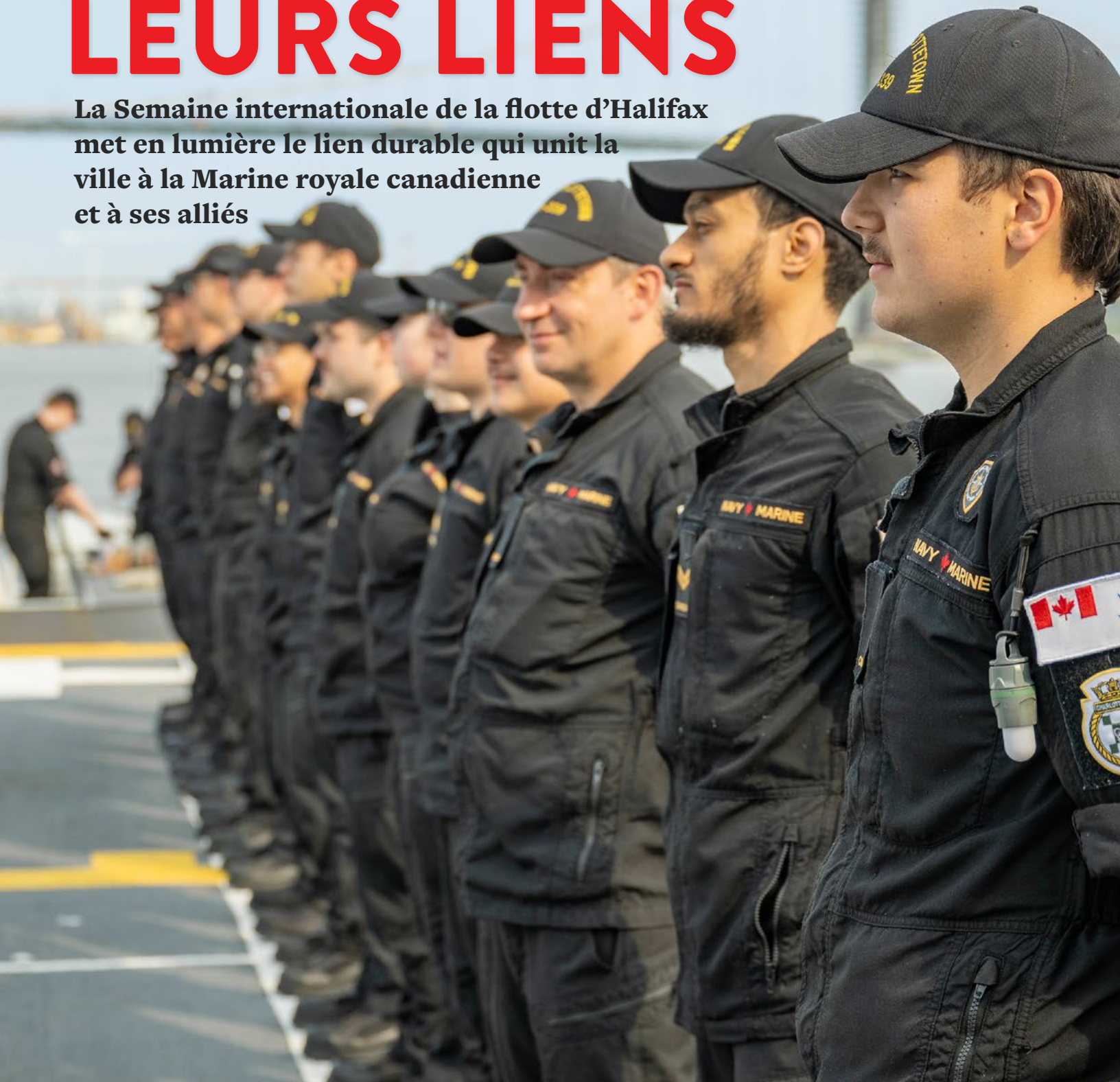
Bien que de nombreuses activités s'adressent aux militaires du rang subalterne, la participation

est ouverte à tout le personnel militaire et civil, et les participants peuvent souvent être accompagnés d'amis ou de membres de leur famille. Grâce au soutien de commanditaires, de nombreuses activités sont offertes gratuitement ou à coût réduit pour les membres des FAC. Surveillez les activités à venir dans la mise à jour hebdomadaire de PSP ou écrivez à halifaxrecreation@cfmws.com pour en savoir plus.



Une ville et sa Marine **RENOUENT LEURS LIENS**

La Semaine internationale de la flotte d'Halifax met en lumière le lien durable qui unit la ville à la Marine royale canadienne et à ses alliés



L'histoire et la vie quotidienne d'Halifax sont depuis longtemps influencées par ses liens avec la Marine royale canadienne. La Semaine internationale de la flotte d'Halifax s'appuie sur cette relation pour offrir aux marins, aux alliés et à la communauté l'occasion de se réunir sur le front de mer et de célébrer le rôle que les forces maritimes continuent de jouer dans la vie de la ville.

Organisée pour la première fois en 2023, la Semaine internationale de la flotte d'Halifax s'est inspirée du succès d'événements similaires à Vancouver, qui ont suscité un vif intérêt auprès du public et attiré de nombreuses foules ces dernières années. Dès le départ, l'objectif était de créer un moyen accueillant et accessible pour les Canadiens d'entrer en contact avec leur Marine et ses partenaires internationaux, tout en mettant en valeur le rôle d'Halifax en tant que pôle de défense et maritime. Avec son retour en 2025, la Semaine internationale de la flotte d'Halifax s'est imposée comme un événement phare biennal, reflétant à la fois le patrimoine naval d'Halifax et la croissance remarquable qui a redessiné le profil international de la ville au cours de la dernière décennie.

La Semaine de la flotte s'anime au front de mer

La Semaine internationale de la flotte d'Halifax est placée sous le signe des liens. Pendant plusieurs jours, le front de mer devient un lieu de rassemblement pour les marins comme pour les civils, avec des visites de navires, des événements culturels et l'occasion de rencontrer les personnes qui œuvrent dans les opérations maritimes du Canada.

Le commodore Jacob French, commandant de la Flotte canadienne de l'Atlantique, a souligné que l'engagement communautaire est au cœur de l'objectif de la Semaine internationale de la flotte d'Halifax. « Les événements mettent l'accent sur le lien avec la communauté », a-t-il déclaré, notant que certains alliés internationaux avaient également pu participer après avoir rempli leurs engagements opérationnels. Du personnel du Canada, du Danemark, des États-Unis et du Royaume-Uni a pris part à un exercice international au large de la Nouvelle-Écosse avant les activités de la Semaine internationale de la flotte d'Halifax, reflétant les partenariats solides qui sous-tendent les opérations navales modernes.



L'inauguration officielle et le coup de cloche donné depuis le NCSM Athabaskan (DDG 282) ont marqué le coup d'envoi de la Semaine internationale de la flotte d'Halifax en juin 2025. De gauche à droite : le vice-amiral Angus Topshee, le premier ministre de la Nouvelle-Écosse Tim Houston et le maire d'Halifax Andy Fillmore.

Les visites publiques des navires se sont une nouvelle fois révélées être un moment fort. Selon Paul MacKinnon, président du comité communautaire de la Semaine internationale de la flotte d'Halifax, elles restent l'un des éléments les plus attendus du programme. « Les visites des navires sont toujours le clou du spectacle », a-t-il déclaré. « Les gens ont l'occasion de monter à bord, de rencontrer les marins, puis peut-être même de les croiser plus tard en ville. »

Le Cmdre French a souligné que les navires ouverts au public venaient de rentrer de déploiements exigeants, offrant ainsi aux visiteurs une occasion rare d'entendre des témoignages de première main sur les opérations en cours. Le navire de Sa Majesté (HMCS)

Charlottetown, tout juste revenu de l'opération REASSURANCE en Méditerranée, et le HMCS Margaret Brooke, après un déploiement en Amérique du Sud et en Antarctique dans le cadre de l'opération PROJECTION, figuraient parmi les navires amarrés au centre-ville. « C'est l'occasion pour nos gens d'aller à la rencontre du public et de faire connaître le travail qu'ils accomplissent », a-t-il déclaré.

CUTLASS FURY et la coopération internationale

Le calendrier de la Semaine internationale de la flotte d'Halifax est étroitement lié à l'exercice CUTLASS FURY, un exercice naval ▶

Des centaines de coureurs ont participé à la course internationale de la flotte d'Halifax dans les rues du nord de la ville, tandis que ceux qui préfèrent le vélo ont pris part au Défi-vélo de la Marine.

multinational organisé tous les deux ans par la Marine royale canadienne au large des côtes de la Nouvelle-Écosse. En 2023 comme en 2025, cet exercice a ouvert la voie à la Semaine internationale de la flotte d'Halifax en amenant des navires et du personnel alliés dans la région.

Axé sur la lutte anti-sous-marine et l'intégration air-mer, CUTLASS FURY vise à renforcer l'interopérabilité entre les alliés de l'OTAN tout en consolidant le rôle du Canada en tant que partenaire de défense de confiance. L'exercice rend également la Semaine internationale de

la flotte d'Halifax plus significative pour les marins en visite, leur permettant d'étendre leur présence opérationnelle à Halifax à des activités d'engagement communautaire, d'échanges culturels et de compétition amicale à terre.

Pour les habitants d'Halifax, le lien entre l'exercice et la Semaine internationale de la flotte d'Halifax peut offrir un contexte supplémentaire, reliant les navires amarrés au front de mer à des missions concrètes et à des efforts de sécurité collective se déroulant juste au-delà de l'horizon.



Tisser des liens grâce au sport

Le rôle joué par PSP, qui a su mettre à profit le sport et les loisirs pour rassembler les gens, a été un élément clé du succès de la Semaine internationale de la flotte d'Halifax. En 2025, PSP a contribué à l'organisation de plusieurs activités dans le cadre de la Semaine internationale de la flotte d'Halifax, notamment la course internationale de la flotte d'Halifax et le Défi-vélo de la Marine.

La course internationale de la flotte d'Halifax, organisée à Stadacona, dans le nord de Halifax, a accueilli des centaines de participants pour des parcours de 5 km et 10 km, avec à la clé des médailles personnalisées. Le Cmdre French était accompagné du vice-amiral Angus Topshee, commandant de la MRC, et de la capitaine de vaisseau Annick Fortin, commandante de la BFC Halifax, qui ont pris part à l'événement avant de se rendre à d'autres activités le long du front de mer. Le Défi-vélo de la Marine, une tradition annuelle bien établie, a également coïncidé avec la Semaine internationale de la flotte d'Halifax en 2025, attirant les cyclistes sur des sentiers locaux pittoresques et marquant l'occasion avec des pièces commémoratives et des t-shirts de l'événement.

PSP Halifax a également soutenu des événements sportifs destinés aux équipages des navires en visite, tant pendant la Semaine internationale de la flotte d'Halifax que plus tôt lors de l'exercice CUTLASS FURY, renforçant ainsi la camaraderie, le bien-être et la rivalité amicale entre les marins canadiens et alliés.

Perspectives d'avenir

La Semaine internationale de la flotte d'Halifax étant désormais un événement biennal bien établi, l'attention se tourne déjà vers sa prochaine édition en 2027. Selon les organisateurs, cet événement incarne l'essence même de la Marine et de la ville qui l'accueille.

« Nous apprécions toujours la reconnaissance et l'accueil que nous réserve Halifax », a souligné le Cmdre French. « C'est l'une des meilleures villes où vivre en tant que marin, tant au niveau national qu'international. C'est une ville qui a toujours eu la Marine à cœur et qui a toujours pris soin de nous. »

Halifax continuera sans aucun doute à accueillir des marins du monde entier dans les années à venir, et la Semaine internationale de la flotte d'Halifax rappelle que la relation entre la ville et sa Marine demeure aussi forte et significative que jamais. 🍁



LE DÉFI-VÉLO DE LA MARINE PREND DE L'AMPLEUR

Bien que le Défi-vélo de la Marine ait coïncidé avec la Semaine internationale de la flotte d'Halifax en 2025, l'événement s'est forgé une solide identité propre depuis sa création en 2016. Ce qui a commencé comme un moyen d'encourager la forme physique et les liens au sein de la communauté navale est devenu une initiative nationale qui rassemble les cyclistes, à la fois en personne et virtuellement, d'un océan à l'autre, d'un bout à l'autre du pays. Dans la région d'Halifax, le parcours commence à la 12^e Escadre Shearwater et se raccorde aux sentiers pittoresques de Salt Marsh et d'Atlantic View.

Le Défi-vélo de la Marine encourage les participants de tous les niveaux à bouger tout en soutenant des causes importantes pour la communauté des Forces armées canadiennes. Les fonds recueillis dans le cadre de l'événement appuient la Caisse de bienfaisance de la Marine royale canadienne, le programme Appuyons nos troupes et le programme Sans limites, prolongeant ainsi l'impact bien au-delà du parcours. 🍁



Pour en savoir plus ou pour commencer à vous préparer en vue de l'édition 2026

PLUS QU'UNE COURSE

Défi de conditionnement physique à la mémoire du M 2 Craig Blake



Plutôt qu'une course strictement compétitive, le mini-triathlon met l'accent sur le travail d'équipe, la camaraderie et le dépassement personnel.



Each September, as summer begins to give way to fall at 12 Wing Shearwater, members of the Defence team gather on the sand and surrounding trails at MacDonald Beach for one of the base's most enduring traditions. The PO2 Craig Blake Memorial Fitness Challenge has become a fixture on the calendar, blending physical challenge with remembrance and camaraderie in a way that continues to resonate across different generations of service members, colleagues, friends and family who take part each year. In 2025, the annual event marked a significant milestone, coming 15 years after the death of Petty Officer 2nd Class Douglas "Craig" Blake.

Le M 2 Blake a été tué en Afghanistan le 3 mai 2010, deux semaines après le début de son premier déploiement dans le pays en tant

qu'opérateur en neutralisation des explosifs et munitions. Après avoir neutralisé un engin explosif improvisé, il retournait au camp lorsqu'un autre engin a explosé à proximité de lui dans le district de Panjwai, au sud-ouest de Kandahar. À 37 ans, Blake est devenu le premier membre de la Marine royale canadienne à perdre la vie dans ce conflit, laissant derrière lui son épouse et ses deux enfants.

Né à Simcoe, en Ontario, le M 2 Blake s'est enrôlé dans la Marine à l'âge de 18 ans et a bâti une carrière marquée par le professionnalisme, un leadership discret et un profond dévouement envers son métier. Plongeur-démineur à l'Unité de plongée de la flotte (Atlantique), il était largement respecté non seulement pour ses compétences techniques, mais aussi pour son calme et sa réflexion au sein de l'équipe.

« Craig était tout simplement le meilleur d'entre nous », a déclaré un collègue plongeur-démineur, le premier maître de 2e classe Scott Danells. « Il était réservé et bienveillant, et l'une des personnes les plus intelligentes et réfléchies avec qui l'on pouvait espérer servir. Son engagement envers la condition physique faisait partie intégrante de sa personne et motivait tous ceux qui l'entouraient. Il incarnait tout ce qu'un plongeur-démineur doit être. »

Cet engagement envers la condition physique dépassait largement le cadre du travail. Blake était un cycliste et triathlète passionné qui se poussait constamment tout en encourageant les autres. Il se rendait au travail à vélo toute l'année, entretenait son équipement avec soin et abordait l'entraînement avec la même discipline et le même enthousiasme que ses opérations. Ces qualités ont contribué à façonner l'événement commémoratif tenu aujourd'hui en son honneur.

Organisé pour la première fois en 2011, le Défi de conditionnement physique à la mémoire du M 2 Craig Blake a été créé par ses collègues plongeurs afin de lui rendre hommage à travers une activité qu'il aimait profondément. Ce mini-triathlon comprend une nage en eau libre de 300 mètres, un parcours de vélo de montagne de 6,5 kilomètres et une course d'environ deux kilomètres sur la plage et en terrain boisé. Les participants peuvent concourir individuellement ou en équipe de trois, un format qui favorise l'accessibilité tout en mettant l'accent sur l'esprit d'équipe et la camaraderie plutôt que sur la compétition.

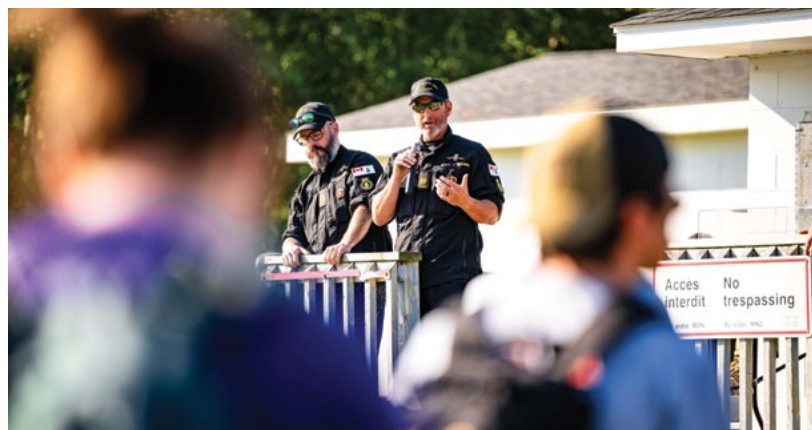
Les membres de l'Unité de plongée de la flotte (Atlantique) continuent de jouer un rôle central chaque année, en prenant part à l'épreuve, en assurant la sécurité de la nage et en accueillant des participants de toute la Formation Halifax.

Après l'épreuve, les participants sont invités à se rendre à l'UPF(A) pour une réception, où ils peuvent se rassembler de manière informelle et, pour certains, découvrir l'histoire et la culture de l'unité.

Ces rencontres d'après-course sont devenues une composante importante de la journée. Pour plusieurs, elles offrent l'occasion d'échanger des souvenirs de Craig, particulièrement pour ceux qui ont servi ou travaillé à ses côtés.

Même pour les plongeurs qui ne l'ont pas connu personnellement, son influence demeure bien présente. Le commandant en second, le lieutenant de vaisseau Frank MacLeod, souligne que cet héritage est perceptible dès l'arrivée des nouveaux membres.

« Dès notre arrivée à l'unité, on comprend rapidement qui était Craig et l'impact durable ►



Le Défi de conditionnement physique à la mémoire du M 2 Craig Blake se tient généralement en septembre à la plage MacDonald, à Shearwater. Plus de 100 participants ont pris part à l'édition 2025, certains en individuel et d'autres en équipes de trois.





NOVA SCOTIA

PROUD TO DEFEND

**CANADA'S CAPITAL
OF DEFENCE**

Behind every mission and milestone are the Nova Scotians who serve - and the families and communities who stand with them. Thank you for your service.

PROUDTODEFEND.CA



Nova Scotia is proud to support Seamless Canada in their efforts to make the posting process easier for CAF families. Find out more here.



qu'il continue d'avoir, a-t-il expliqué. Il est reconnu comme un homme qui était d'abord un mari et un père, mais qui avait aussi un profond attachement pour sa famille ici à l'unité, et qui accomplissait toujours son travail avec le plus grand professionnalisme. »

L'importance du défi a été particulièrement évidente pendant la pandémie de COVID-19, lorsque les restrictions de santé publique ont bouleversé la vie sur la base. Plutôt que de laisser la tradition s'éteindre, l'unité s'est adaptée en réduisant l'ampleur de l'événement et en le tenant à son quartier général à Shearwater. Même sous cette forme réduite, il était essentiel de maintenir cette commémoration.

Le personnel des PSP Halifax est fier d'appuyer l'événement chaque année, plusieurs choisissant également d'y participer. Wally Buckoski, figure bien connue à Shearwater et technicien des magasins de sport au Centre de conditionnement physique, de sports et de loisirs de Shearwater, agit comme maître de cérémonie et se souvient bien du M 2 Blake.

« C'est toujours très spécial de voir autant de gens se rassembler pour honorer Craig de façon aussi appropriée », a-t-il affirmé. Il se rappelle de lui comme d'une présence positive et familière sur la base, fier de sa condition physique et de son équipement — allant même jusqu'à faire briller son vélo avec du Pledge au citron avant ses sorties.

« C'était quelqu'un de formidable et une présence très positive dans notre gymnase et sur la base. Il aimait la condition physique et le cyclisme, et il était toujours prêt à discuter ou à aider les autres. Sa perte a été immense pour notre communauté. »

Buckoski ajoute que l'animation de cet événement revêt une signification particulière pour lui.

« Celui-ci me touche toujours profondément. C'est exactement le genre d'activité qu'il aimait, et il serait sur la plage avec nous s'il était encore là. »

Le coordonnateur des programmes de conditionnement physique et de sports des PSP, Kevin Miller, souligne lui aussi l'importance de l'événement.

« C'est un événement important pour nous. Il représente beaucoup pour l'Unité de plongée de la flotte, qui se présente toujours en grand nombre pour donner l'exemple. Nous sommes simplement heureux de pouvoir contribuer à sa réalisation. »

Au-delà du défi, le nom et l'héritage du M 2 Blake demeurent bien présents dans la région d'Halifax. Un traversier du port d'Halifax porte son nom, tout comme le parc commémoratif Craig Blake à Dartmouth, rappelant chaque jour son service et son sacrifice à l'ensemble de la communauté.

Le Défi de conditionnement physique à la mémoire du M 2 Craig Blake sera de retour en septembre 2026, poursuivant sa double vocation d'épreuve physique et de moment de commémoration collective. Chaque année, de nouveaux participants découvrent l'histoire de Craig Blake, tandis que d'autres reviennent avec leurs souvenirs d'un ami, d'un collègue ou d'un mentor, assurant ainsi la pérennité de son héritage, sur le parcours et bien au-delà. 🍁

Trouver son terrain

Le combat au sol des FAC prend forme dans la région de l'Atlantique

Brazilian jiu-jitsu mats in the Halifax area are busy places, where CAF members at CFB Halifax and 12 Wing Shearwater are steadily building a grappling community focused on training, fitness, and practical skill development. What has developed in recent years is one of the most complete CAF grappling scenes in Atlantic Canada, supported by regular sessions, experienced leadership, and a consistent mix of new and returning participants.

Bien que reconnue officiellement par PSP comme « combat au sol », la discipline pratiquée par la majorité des membres dans la région est le jiu-jitsu brésilien (BJJ), un art qui privilégie l'effet de levier, la technique et la résolution de problèmes plutôt que la taille ou la force brute. Si sa popularité a fortement augmenté dans les milieux civils avec l'essor des arts martiaux mixtes et d'autres sports de combat, sa croissance au sein des FAC a suivi un parcours plus discret, façonné par le leadership local et une communauté diversifiée.

Cette diversité est bien visible dans les deux principaux pôles de combat au sol des FAC dans la région d'Halifax : le club de jiu-jitsu brésilien de la 12e Escadre Shearwater, bien établi, et le club HERO, plus récent, basé à Stadacona. Bien qu'ancrés respectivement dans des environnements de la Force aérienne et de la Marine, aucun des deux clubs n'est défini par un seul élément. Des membres de toute la communauté des FAC, y compris de l'Armée, de la Marine, de la Force aérienne et

des employés civils de l'Équipe de la Défense, s'y entraînent côte à côte, laissant le grade, le métier et l'affectation à la porte une fois sur les tapis.

On observe aussi un chevauchement régulier entre les deux clubs, les membres s'entraînant à l'un ou à l'autre selon leur horaire. Au-delà du milieu militaire, les liens avec la Halifax Brazilian Jiu-Jitsu Society, dirigée par des civils, ont renforcé l'écosystème local du combat au sol, exposant les membres des FAC à différents styles et environnements d'entraînement, tout en consolidant le langage commun de la discipline.

Le major James Locke, officier des transmissions de l'Armée au sein de la 5e Division du Canada et ceinture noire de jiu-jitsu brésilien, observe l'évolution du combat au sol des FAC depuis plus d'une décennie. Ayant commencé à s'entraîner en 2009, il a vu le sport traverser des périodes plus difficiles avant de regagner de l'élan, notamment après son adoption officielle comme sport des FAC.

« Depuis l'adoption du combat au sol par PSP comme sport des FAC, on observe davantage de succès au niveau régional partout au pays », explique le Maj Locke, notant que les camps de développement régionaux et les compétitions locales à Halifax, Edmonton, Petawawa et Val-

cartier ont contribué à soutenir cette croissance. Bien que l'idée d'un événement national phare demeure à l'état de projet, l'expansion progressive à l'échelle locale a permis d'établir des bases solides et durables.

Selon le Maj Locke, ce qui distingue le combat au sol en milieu militaire, c'est la rapidité avec laquelle les hiérarchies traditionnelles disparaissent dès le début de l'entraînement.

« Le grade n'a pas d'importance et les tapis ne mentent pas; nous sommes tous là pour progresser ensemble et assurer la sécurité de chacun », dit-il. « On suppose souvent que les pratiquants les plus aguerris proviennent des armes de combat, mais ici à Halifax, nos entraîneurs principaux viennent de la Marine (le matelot de 1re classe Atlas Del Mar du club HERO) et de la Force aérienne (le caporal-chef Eric Nevitt du club de la 12e Escadre), tandis que je suis officier des transmissions dans l'Armée. »

Cet effet d'égalisation est rapidement ressenti par les nouveaux membres, comme la matelote de 3e classe Ashnoor Kaur, qui a rejoint le club HERO peu après avoir terminé sa formation de base en juin 2025. Toute nouvelle au sein de la MRC comme opératrice des opérations navales, elle cherchait un moyen de rester active et de



dépenser son énergie lorsqu'un supérieur lui a suggéré d'essayer le combat au sol.

Elle est arrivée sans expérience préalable en jiu-jitsu brésilien, avec une certaine hésitation.

« J'avais quelques inquiétudes, car il n'y a pas beaucoup de personnes de mon gabarit », explique la Mat 3 Kaur. « Mais Atlas m'a dit que ce n'était pas une question de taille ou de force, mais de technique. »

Ces paroles se sont révélées justes. Bien qu'elle ait parfois l'occasion de s'entraîner avec des partenaires de taille similaire, la Mat 3 Kaur explique qu'elle a appris à trouver son rythme lors des séances libres, même face à des partenaires nettement plus imposants.

« J'ai appris que je pouvais maîtriser des gens plus gros que moi », dit-elle en riant.

Même si elle minimise ses progrès, elle a fait des avancées importantes en quelques mois et a gagné en confiance, notamment en autodéfense.

« Pour l'instant, je me concentre surtout sur la défense plutôt que sur l'attaque, mais ça me convient. Je continue à m'entraîner et je me suis beaucoup améliorée pour me protéger. »

Son expérience reflète une réalité plus large au sein de ces clubs de combat au sol, où les membres arrivent avec des parcours, des morphologies et des motivations très variés, mais sont unis par un désir d'apprendre et par la camaraderie qui se développe naturellement à travers les défis partagés sur les tapis.

Pour le matelot-chef David Fitzpatrick, le combat au sol a offert un moyen de retrouver la forme et une routine après un déploiement à l'étranger en 2018. Fort d'une expérience en football, en hockey et en lutte, il recherchait un nouveau défi et s'est tourné vers le jiu-jitsu brésilien.

Ce qui l'a attiré, dit-il, c'est la logique particulière de ce sport.

« C'est le seul art de combat au sol où la personne sur le dos peut être en position offensive », explique le Matc Fitzpatrick. « Vous pouvez être au-dessus de moi, mais j'ai quand même accès à toutes mes options. »

Cette capacité à être efficace en position défavorable trouve un écho particulier en contexte militaire. Alors que les clubs civils mettent souvent l'accent sur la compétition, le club HERO permet d'intégrer à la fois une approche sportive et une dimension d'autodéfense, en partie influencée par le parcours de son fondateur.

Le matelot de 1re classe Atlas Del Mar, fondateur du club HERO à la fin de 2024 et récemment promu ceinture noire de jiu-jitsu brésilien, apporte une combinaison unique d'expériences.

Ayant commencé en 2008 avec des ambitions en arts martiaux mixtes, il a compétitionné en Europe, en Asie et dans les Amériques avant d'orienter sa carrière vers le service militaire.

Aujourd'hui, comme timonier et membre qualifié d'équipes d'abordage, il aborde le jiu-jitsu sous l'angle de la survie plutôt que de la seule compétition. Sa philosophie a façonné la culture du club HERO, mettant l'accent sur l'adaptabilité, la responsabilité personnelle et le soutien mutuel.

Il décrit souvent le jiu-jitsu comme un « superpouvoir », un concept qu'il partage régulièrement avec ses élèves. Plutôt que de promouvoir un style unique, il encourage chacun à développer ce qui lui convient le mieux, qu'il s'agisse de vitesse, de souplesse, d'endurance ou de ténacité.

« En même temps, cela demande d'affronter ses faiblesses avec honnêteté, car la progression passe par ce qu'on ne maîtrise pas encore », ajoute-t-il.

Cet état d'esprit se reflète aussi dans l'accessibilité du club. En plus des séances régulières, des entraînements réservés aux femmes ont été organisés afin d'offrir un environnement plus accueillant pour celles qui souhaitent découvrir la discipline. Très fréquentées, ces séances ont permis à plusieurs participantes de poursuivre ensuite avec les cours réguliers.

La croissance du club a également été marquée récemment par une première cérémonie de promotion de ceintures et de grades. Pour le Mat 1 Del Mar, qui est devenu récemment admissible à promouvoir officiellement ses élèves, cet événement représentait à la fois une reconnaissance et une continuité.

« Les progrès en jiu-jitsu se construisent avec le temps », a-t-il souligné. « Cette journée vise à reconnaître ceux qui se présentent, qui s'investissent et qui continuent d'avancer. »

L'importance de la constance résonne particulièrement en milieu militaire, où les déploiements, les cours et les exigences opérationnelles peuvent interrompre les routines. Le Mat 1 Del Mar reconnaît cette réalité, soulignant que la force du club repose sur sa communauté et sa capacité à perdurer malgré les absences.

Le Maj Locke voit d'ailleurs cette résilience comme l'une des grandes forces du combat au sol au sein des FAC.

« Je dirais aux nouveaux membres que tout le monde doit commencer quelque part », affirme-t-il. « Certains attendent d'être en meilleure forme ou d'en savoir un peu plus avant d'essayer. Ce n'est pas nécessaire. Vous allez progresser et vous mettre en forme directement sur les tapis. » 🍁



HERO Grappling Club – CFB Halifax (Stadacona)

Lieu : Bâtiment S-120 (salle d'entraînement au combat rapproché)

Atlas.DelMar@forces.gc.ca

Club de jiu-jitsu brésilien de la 12^e Escadre Shearwater

Lieu : Centre de conditionnement physique, des sports et des loisirs de Shearwater

Eric.Nevitt@forces.gc.ca

Les membres de tous les éléments, grades et professions sont les bienvenus dans les deux clubs.



VOTRE ÉTÉ À HALIFAX COMMENCE ICI

L'un des avantages d'être affecté à la BFC Halifax est simple : vous vous retrouvez dans l'un des plus beaux coins du pays. Entre le littoral atlantique, les sites historiques et un front de mer qui s'anime chaque été, la région et la province ne manquent pas d'occasions de sortir, d'explorer ou de se détendre. Voici quelques idées pour vous lancer.

Des plages qui valent le détour

Plage Crystal Crescent : À seulement 30 minutes d'Halifax, cette plage prisée des résidents offre du sable blanc, des vagues ondulantes et de superbes panoramas. Parfaite pour une journée de détente ou une promenade en bord de mer.

Plage Lawrencetown : Réputée pour le surf, elle propose une brise océanique constante et parmi les meilleures vagues de la province. Envie d'essayer? Des leçons et des locations de planches facilitent l'initiation — ou profitez simplement du spectacle depuis la rive.

Plage Rainbow Haven : Plus près de Dartmouth et très appréciée des familles, elle offre une longue étendue de sable, des zones de baignade surveillées en été et un accès par passerelle au-dessus des dunes.





Parcourez les sentiers

Si vous préférez troquer le sable pour vos chaussures de marche, les sentiers et espaces naturels de la Nouvelle-Écosse offrent des options pour tous les rythmes, des boucles forestières aux falaises côtières spectaculaires.

Cap Split : L'une des randonnées les plus emblématiques de la province. L'effort modéré est récompensé par des vues saisissantes sur la baie de Fundy.

Anse Polly : Juste au-delà du célèbre phare, ce site propose une expérience côtière plus tranquille, avec ses formations de granit, ses panoramas océaniques et ses paysages atlantiques à l'état brut.

Parc Shubie : À la recherche d'une option plus près de chez vous? Les sentiers boisés et les chemins longeant le canal sont parfaits pour une sortie détendue en famille.

Plongez dans l'histoire

Grâce au Laissez-passer Un Canada fort de Parcs Canada, l'entrée au lieu historique national de la Citadelle-d'Halifax est gratuite du 19 juin au 7 septembre 2026.

Dominant le centre-ville, la **Citadelle** offre une vue imprenable sur le port, des interprètes en costume d'époque, des démonstrations historiques et l'occasion d'explorer le passé militaire d'Halifax. Si vous n'y êtes jamais allé, c'est le moment idéal.



À VOS AGENDAS

JOURNÉES DE LA FAMILLE DU MDN

Certains des meilleurs souvenirs d'été se créent ici même, à la BFC Halifax.

Les Journées de la famille du MDN auront lieu **les 12 et 13 juin** à l'Arsenal canadien de Sa Majesté. L'événement est ouvert à tous les membres de l'Équipe de la Défense et à leurs familles.

Jeux, manèges, bonne nourriture, démonstrations militaires captivantes et bien plus encore sont au programme.

Chaque participant reçoit également un billet pour **les tirages quotidiens**, avec des prix comme des vélos, des cartes-cadeaux et des forfaits voyage et hôtel. Les tirages ont lieu à 14 h chaque jour — assurez-vous de rester jusqu'à la fin!

L'animation du front de mer est de retour

La voile internationale promet de faire vibrer Halifax avec le retour de **SailGP les 20 et 21 juin 2026**. Avec des catamarans atteignant des vitesses allant jusqu'à 100 km/h, le spectacle se déroule dans un décor spectaculaire entre le centre-ville d'Halifax et Dartmouth.

Et le meilleur dans tout ça? Une grande partie de l'action est accessible **gratuitement**. Parmi les meilleurs points d'observation : **Alderney Landing**, **King's Wharf** et **les parcs riverains** des deux côtés du port. Des options payantes sont aussi offertes pour une expérience rapprochée, mais il suffit d'être près de l'eau pour être au cœur de l'événement.



Envie d'en découvrir davantage?

Il y a toujours quelque chose de nouveau à explorer, que vous soyez arrivé récemment ou installé ici depuis des années. Le guide estival de la Nouvelle-Écosse, à l'adresse novascotia.com/get-inspired/summer, constitue un excellent point de départ.

PAS D'ARGENT LIQUIDE ?

Pas de problème

L'équipe de soutien de la flotte offre des services des BNP modernes en mer



Les marins servant à bord de la plupart des navires de la Marine royale canadienne peuvent désormais payer une boisson ou une collation à bord, comme ils le feraient dans un dépanneur à terre.

Il ne s'agit que d'un des changements apportés dans le cadre d'un accord de niveau de service signé en janvier 2024 entre la MRC et les Services de bien-être et moral des Forces canadiennes (SBMFC), visant à fournir un soutien en comptabilité des biens non publics (BNP) et en opérations à la flotte.

La profession de steward n'étant plus présente à bord des navires, une nouvelle approche était nécessaire pour gérer les services de mess et de cantine en mer. De la bière aux boissons gazeuses, en passant par les croustilles et les chandails à capuchon, les navires avaient besoin d'un système moderne pour acheter, vendre et assurer une gestion rigoureuse des stocks à bord.

Pour répondre à ce besoin, deux nouveaux rôles ont été créés à bord : un gestionnaire de la comptabilité des BNP et un gestionnaire d'entrepôt des BNP. Ensemble, ils cernent les besoins de l'équipage, commandent et reçoivent les stocks, supervisent les ventes et, aux côtés de l'officier logistique du navire, conseillent les comités de bord et de mess.

Pour appuyer ces rôles, les SBMFC ont mis sur pied des équipes dédiées au soutien de la

flotte des BNP sur les deux côtes. Composées de sections de comptabilité et d'opérations, ces équipes offrent des services de soutien traditionnels, mais de manière nouvelle et innovante, assurant un appui constant, que les navires soient à quai ou déployés à l'étranger.

Les services de comptabilité sont désormais gérés à l'aide des systèmes financiers centralisés des SBMFC, ce qui permet de produire des relevés à terre et de les transmettre mensuellement, comme c'est le cas pour les autres mess des Forces armées canadiennes. Une technologie moderne de point de vente a également été introduite à bord, permettant de simplifier les achats, d'améliorer la visibilité et d'offrir des transactions sans numéraire.

Pour le personnel des navires, ces changements simplifient les opérations quotidiennes. Au lieu de s'approvisionner eux-mêmes, les navires soumettent leurs commandes à l'équipe de soutien de la flotte, qui gère les achats du début à la fin au port d'attache, garantissant ainsi le meilleur prix, pour le bon produit, au bon moment.

L'objectif est d'offrir le meilleur rapport qualité-prix à l'ensemble de l'arsenal d'Halifax, tout en maintenant le confort sur lequel les équipages comptent lorsqu'ils servent loin des côtes canadiennes. Même quelque chose d'aussi simple que des croustilles au ketchup peut offrir un rappel bienvenu du chez-soi après un long quart en mer.

Les équipes de soutien de la flotte offrent également une formation sans frais aux officiers logisticiens et aux techniciens en gestion du matériel qui se préparent à occuper des fonctions liées aux BNP à bord des navires. Et peu importe l'heure ou le fuseau horaire, les navires ayant des questions peuvent communiquer avec des membres expérimentés des SBMFC, toujours prêts à aider.

À ce jour, neuf des dix-neuf unités de la flotte de l'Atlantique ont été entièrement intégrées et sont soutenues par les SBMFC. Bien qu'il reste encore du travail à accomplir, cette initiative a déjà des retombées positives pour les programmes de la flotte. Un examen récent des achats du NCSM Ville de Québec avant son déploiement dans l'Indo-Pacifique a permis de relever environ 4 000 \$ en économies grâce aux nouvelles méthodes d'approvisionnement. Ces économies ont créé des possibilités supplémentaires pour les programmes de bien-être et de maintien du moral de l'équipage, ce qui constitue l'objectif de tout programme des BNP.

Qu'il s'agisse de soutenir un autre banyan sur la plage d'acier ou un barbecue détendu sur un rivage lointain, le soutien de la flotte est prêt à offrir un service et un appui exceptionnels aux navires et à leurs équipages. Servir ceux qui servent, c'est ce que nous faisons. 🍷

Nous contacter

Installations des PSP

Club de curling de la BFC Halifax

902-455-1444 cfbhfxcurling@eastlink.ca

Chalets et terrains de camping à Falls Lake

1-877-325-5253 bookings@fallslake.ca

Club de golf de la Pointe Hartlen

902-465-6354 info@hartlenpoint.ca

Musée naval d'Halifax

902-721-8250 navalmuseumofhalifax@forces.gc.ca

Musée de l'aviation de Shearwater

902-720-1083 info@shearwateraviationmuseum.ns.ca

Club de yacht de Shearwater

902-469-8590 https://swyc.ca/

Centre de conditionnement physique et de sport de la Flotte

902-427-3524

Centre de conditionnement physique et de sport Stadacona

(902) 721-0133

Centre de conditionnement physique et de loisirs de Shearwater

902-720-1071

Aréna Shearwater

(902)720-1078 Jamie.Mercer@forces.gc.ca

Mess des officiers d'Halifax (Parc de l'Artilerie royale et Carré des officiers)

902-721-8626 Monika.Ackland@forces.gc.ca

Mess des chefs et des officiers mariners d'Halifax

902-721-8632 Michelle.Johnston2@forces.gc.ca

Fleet Club Atlantic Mess des jeunes gradés

902-721-8350 Robert.Benoit@forces.gc.ca

Mess Intégré de Shearwater

902-720-1934 Michelle.Baumhour@forces.gc.ca

Services de PSP

Assistance à la flotte : Services comptables des BNP

NPFEastCoastFleet@cfmws.com

Assistance à la flotte : Exploitation et approvisionnement des BNP

Hfxpspfleetsupport@cfmws.com

Services de traiteurs Juno

902-721-1047 Bradley.Bowden@forces.gc.ca

Services corporatifs

902-721-7805

Promotion de la santé

902-722-4956

Journal Trident

902-721-8662 Melanson.Ryan@cfmws.com



SHEARWATER
YACHT CLUB



JOIN THE CREW

Did you know we have a military yacht club in Shearwater? At Shearwater Yacht Club, you don't need to own a boat to be a member.

Join as a sailing, racing, crewing or social member and be a part of a welcoming waterfront community!


- 📍 Access to club racing & events
- 📍 Crewing/Social memberships available
- 📍 4 x 420's for qualified members
- 📍 Year-round social events & celebrations

FOR MORE INFORMATION, PLEASE CONTACT:
syclub@ns.aliantzinc.ca

swyc.ca

fundy  TACTICAL



5.11 

201 BROWNLOW AVE. UNIT 17, DARTMOUTH, NOVA SCOTIA B3B 1W2
(902) 492-1481

FUNDYTACTICAL.COM

OÙ ÇA SE TROUVE ?

Centres de conditionnement physique

- 1 Centre de conditionnement physique et de loisirs de Shearwater
- 2 Centre de conditionnement physique et de sport Stadacona
- 3 Centre de conditionnement physique et de sport de la flotte
- 4 Centre de reconditionnement PSP

Loisirs actifs

- 5 Club de golf des Forces de Hartlen Point
- 6 Club nautique de Shearwater
- 7 Aréna de Shearwater
- 8 Club de curling de la BFC Halifax
- 9 Plage MacDonald
- 10 Gîtes et terrain de camping de Falls Lake

Mess et logements

- 11 Mess de la 12^e Escadre
- 12 Mess des officiers mariners
- 13 Mess des matelots du Club de la flotte de l'Atlantique
- 14 Mess des officiers de Halifax / Parc RA
- 15 Mess des officiers de Halifax
- 16 Tour Juno
- 17 Tour Tribute
- 18 Bloc Warrior

Services de soutien

- 19 Promotion de la santé
- 20 Soutien de la flotte
- 21 Quartier général des PSP

Musées

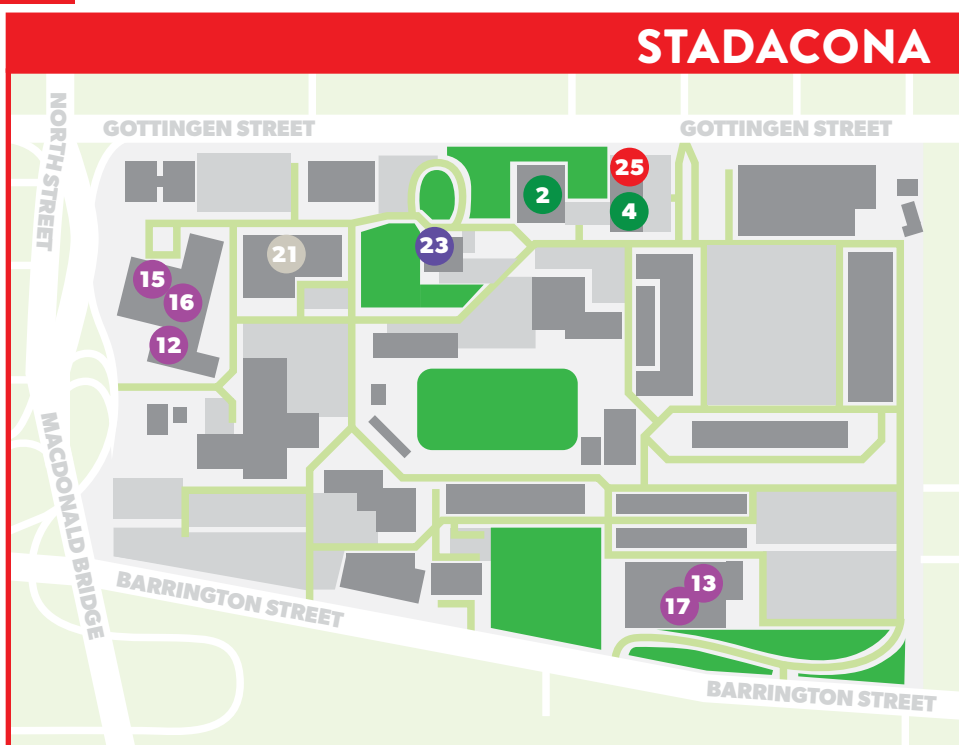
- 22 Musée de l'aviation de Shearwater
- 23 Musée naval d'Halifax

Canex

- 24 Halifax Windsor Park Retail
- 25 Halifax ExpressMart
- 26 Shearwater ExpressMart

CRFM

- 27 CRFM Halifax
- 28 CRFM Shearwater



SORS DEHORS !



10

Gîtes et terrain de camping de Falls Lake

Notre complexe au bord du lac est ouvert toute l'année et se trouve à quelques minutes de route de Windsor ou de Chester. Falls Lake est l'endroit idéal pour une escapade entre amis, une réunion de famille, un week-end de détente ou même l'organisation d'un mariage. Le site comprend 25 chalets et une yourte, un pavillon principal, une plage, un service de location de bateaux et un terrain de camping ouvert en saison.



5

Club de golf des Forces de Hartlen Point

Situé sur une propriété des Forces armées à l'entrée nord du port d'Halifax, à Eastern Passage, notre club de golf pittoresque se trouve à quelques minutes de l'entrée principale de la 12^e Escadre Shearwater. N'hésitez pas à nous contacter pour obtenir des renseignements sur l'adhésion ou pour organiser une journée de golf pour votre unité.



10 Fall's Lake

Halifax

ARSENAL CSM



SHEARWATER





RESTEZ EN FORME RESTEZ CONNECTÉ RESTEZ PRÊT **AVEC PSP HALIFAX**

NOUS SOUTENONS CEUX QUI SERVENT

Aider les membres des FAC et leurs familles à rester forts, en bonne santé et connectés. Scannez pour découvrir ce que PSP Halifax peut vous offrir.



[SBMFC.CA/HALIFAX](https://sbmfc.ca/halifax)

 /PSPHFXSW

 /PSPHALIFAX

