



TRIDENT

www.tridentnewspaper.com

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

Promenade sur la glace

On voit le lieutenant de vaisseau Kerbiriou et le matelot de 1re classe Fish marcher sur la glace alors que le navire canadien de Sa Majesté (NCSM) Robert Hampton Gray fait halte dans la mer de Beaufort, le 4 octobre. Le navire participe à l'opération LATITUDE, qui comprend des opérations interarmées et multidomaines dans l'Arctique. L'opération mobilise également les NCSM Ottawa et Max Bernays, ainsi que l'Aviation royale canadienne et le Commandement des Forces d'opérations spéciales du Canada, avec la participation de partenaires de la Garde côtière canadienne et dans le cadre d'une coopération de longue date avec les forces armées américaines.

LE CPL MITCHELL PAQUETTE





De gauche à droite : le Mat 1 Brandon Wannamaker et le Mat 1 Christopher Wannamaker.

LA MAT 1 MCKAYLA RYCE



Le NCSM Edmonton (au centre) et le NCSM Moncton (à droite) naviguant dans les eaux danoises dans le cadre de la SNMCMG1 en octobre.

COMMANDEMENT MARITIME DE L'OTAN

Une vision double en mer

Par l'Ens 1 Taylor Rhuland

Le matelot de 1re classe (Mat 1) Christopher Wannamaker et le matelot de 1re classe (Mat 1) Brandon Wannamaker, deux frères jumeaux et cuisiniers au sein de la Marine royale canadienne (MRC), ont tous deux été déployés dans le cadre de l'opération REASSURANCE en septembre 2026.

Originaires de Mount Uniacke, en Nouvelle-Écosse, les frères se sont installés à Eastern Passage et ont fréquenté l'école secondaire Charles P. Allen. En grandissant, on confondait souvent les jumeaux l'un avec l'autre. Il n'est donc pas surprenant qu'ils aient tous deux décidé de s'engager dans les Forces armées canadiennes (FAC) à l'âge de 17 ans et qu'ils aient choisi le même métier : celui de cuisinier.

Les frères Wannamaker se sont tous

deux intéressés très tôt aux arts culinaires, ce qui a fait d'une carrière de cuisinier dans la Marine un choix tout naturel. Le talent culinaire est une affaire de famille, puisque les frères ont confié qu'un de leurs oncles avait eu l'occasion de cuisiner pour la reine Élisabeth II à deux reprises.

Bien que les jumeaux aient beaucoup en commun, leurs personnalités et leurs centres d'intérêt respectifs ont également façonné leurs expériences au sein de la MRC. Le Mat 1 Christopher Wannamaker aime cuisiner en mer et continuer à perfectionner ses compétences culinaires pendant son déploiement, tandis que le Mat 1 Brandon Wannamaker apprécie particulièrement la possibilité de voyager et de découvrir de nouveaux endroits. Le moment préféré du Mat 1 Christopher

Wannamaker au cours de ce déploiement a été sa première visite en Islande, tandis que le Mat 1 Brandon Wannamaker a particulièrement apprécié de travailler aux côtés de l'équipage.

Les deux frères servent actuellement à bord de navires différents dans le cadre de cette mission. Le Mat 1 Brandon Wannamaker sert à bord du Navire canadien de Sa Majesté (NCSM) *Moncton*, tandis que le Mat 1 Christopher Wannamaker sert à bord du NCSM *Edmonton*. Il est intéressant de noter que ce n'est pas la première fois que les jumeaux sont déployés ensemble : il s'agit de leur deuxième mission côte à côte, bien qu'ils aient servi à bord de deux navires différents à chaque fois.

Pour les jumeaux, le fait d'avoir un frère déployé en même temps ajoute une dimension particulière à une expérience déjà mémorable. Même s'ils sont séparés par les ponts et les équipages de deux navires différents, ils partagent toujours le même déploiement, la

même mission et bon nombre des mêmes expériences. Par ailleurs, tous deux sont fiers de représenter le Canada et leur province d'origine, la Nouvelle-Écosse, tout en servant à l'étranger. Bien que la présence de leur jumeau à proximité rende l'éloignement de chez eux un peu plus facile à supporter, ils affirment tous deux apprécier le soutien de leur famille restée en Nouvelle-Écosse.

En repensant à leur décision de s'engager dans les FAC, aucun des deux frères ne regrette son choix. Pour le Mat 1 Brandon Wannamaker, le métier de cuisinier est une carrière que tout le monde peut apprendre en partant de zéro. « Vous n'avez pas besoin de connaître quoi que ce soit à la cuisine. Les Forces vous forment à partir de zéro, et vous perfectionnez vos compétences au fil du temps. » Le Mat 1 Christopher Wannamaker partage cet avis, décrivant ce métier comme « très agréable à découvrir » et ajoutant : « Une fois que vous avez trouvé votre rythme, cela devient facile. »

TRIDENT
www.tridentnewspaper.com

Trident is an authorized military publication, published with the permission of Rear-Admiral Pascal Belhumeur, Commander, Joint Task Force Atlantic. The Editor reserves the right to edit, condense or reject copy, photographs or advertising to achieve the aims of a service newspaper as defined by the Canadian Forces Newspapers Policy. Deadline for advertising is 10 a.m. on the Wednesday before the week of publication. Opinions and advertisements printed in Trident are those of the individual contributor or advertiser and do not necessarily

Rédacteur :
Ryan Melanson
ryan.melanson2@forces.gc.ca
902-721-8662

Conseillère éditoriale :
Margaret MacDonald
margaret.macdonald@forces.gc.ca
902-721-0560

Conseillère éditoriale :
Ariane Guay-Jadah
ariane.guay-jadah@forces.gc.ca
902-721-8341

Journaliste :
Nathan Stone
stone.nathan@cfmws.com
902-721-8624

reflect the opinions or endorsements of the Department of National Defence, the Editor or the Publisher.

Le Trident est une publication militaire autorisée par le contre-amiral Pascal Belhumeur, commandant de la Force opérationnelle interarmées de l'Atlantique. Le rédacteur en chef se réserve le droit de modifier, de condenser ou de rejeter les articles, photographies ou annonces publicitaires jugés contraires aux objectifs d'un journal militaire selon la définition donnée à la Politique des

journaux des Forces canadiennes. L'heure de tombée des annonces publicitaires ou des articles est fixée à 10 h le mercredi précédant la semaine de publication. Les textes peuvent être soumis en français ou en anglais. Les opinions et les annonces publicitaires imprimées par le Trident sont celles des collaborateurs et agents publicitaires et non nécessairement celles de la rédaction, du MDN ou de l'éditeur.

Adresse du courrier :
Base des Forces canadiennes Halifax
Bâtiment S-90
Suite 329, P.O. Box 99000
Halifax, (N.-É.), B3K 5X5





Un coup de patte pour une bonne cause : Journée Venez travailler avec votre chien de la CCMTDN

Le mercredi 28 octobre et le mardi 24 novembre, la Base des Forces canadiennes (BFC) Halifax organise la Journée « Amener votre chien au travail » à l'appui de la Campagne de charité en milieu de travail de la Défense nationale (CCMTDN) de la région d'Halifax. Nous invitons les membres de l'Équipe de la Défense qui souhaitent participer à cette activité à prendre connaissance des règles à respecter pour s'assurer que tout le monde passe une bonne journée.

RÈGLEMENTS

Avant la Journée « Amener votre chien au travail »

- Obtenir l'approbation de votre superviseur **ceci est TRÈS important et obligatoire!
- S'assurer que les collègues sont à l'aise que vous ameniez votre chien, en particulier dans un espace de travail partagé
- Sécuriser votre bureau, au besoin, en limitant notamment l'accès aux objets dangereux et fragiles ou à l'équipement technique

- Aucun chien dans les espaces de travail dangereux.

Lors de la Journée « Amener votre chien au travail »

- Limite d'un chien par personne
- Arriver au travail préparé : apportez des sacs pour excréments de chiens, des gâteries, un bol d'eau et tout ce dont votre chien a besoin pour la journée
- Surveiller votre chien en tout temps et ramasser ses besoins
- Tenir votre chien en laisse lorsqu'il se trouve sur le site de la BFC Halifax
- Aucun comportement agressif (les chiens doivent être à l'aise en présence d'humains et d'autres animaux)

Don : 10 \$ (en argent comptant seulement) à remettre directement au [représentant de la CCMTDN de votre unité](#).

Les membres de la BFC Halifax aimeraient voir des photos des membres de l'Équipe de la Défense locale au travail avec leurs chiots. Si vous souhaitez



Attendez-vous à voir des visiteurs à quatre pattes aux abords de la BFC Halifax les 28 octobre et 24 novembre, à l'occasion du retour de l'initiative très appréciée Journée « Amener votre chien au travail », organisée en soutien au CCMTDN.

SOU MIS

que vos photos soient partagées sur les réseaux sociaux de la BFC Halifax, vous pouvez nous les envoyer à l'adresse suivante: cfbhalifaxpublicaffairs@forces.gc.ca avant 12 h (HNA) le 28 octobre.

Veuillez noter que la prochaine Journée « Amener votre chien au travail » aura lieu le mardi 24 novembre.

Consultez la page d'accueil des FMAR(A), [la page Activités/initiatives de la CCMTDN](#), les courriels envoyés à l'échelle de la base et les comptes de médias sociaux de la BFC Halifax pour connaître les détails.



Tirage de la CCMTDN : Courez la chance de gagner la place de stationnement du Cam Belhumeur !

Le grade comporte ses privilèges, et pour le contre-amiral (Cam) Pascal Belhumeur, commandant des Forces maritimes de l'Atlantique et de la Force opérationnelle interarmées de l'Atlantique, l'un d'entre eux est une place de parking réservée juste devant le quartier général de la Formation, au D201. Le Cam Belhumeur réside sur la base et cette place n'est guère utilisée ; il a donc décidé de la mettre en tombola pour une bonne cause !

Dans le cadre de la Campagne de charité en milieu de travail de la Défense nationale (CCMTDN) 2026 de la région d'Halifax, le QG des Forces maritimes de l'Atlantique (FMAR(A)) est heureux de vous offrir la chance de gagner la place de stationnement du Cam Belhumeur du 1er novembre 2026 au 31 mars 2027 inclusivement !

La vente des billets : Mercredi, 21 octobre

Billets : 5 \$ pour 1 billet ou 10 \$ pour 3 billets; Argent comptant seulement

Heure : De 11 h 45 à 12 h 15

Lieu : Hall principal du bâtiment D201, arsenal CSM

Date du tirage : Lundi, 26 octobre

Si vous ne pouvez pas vous rendre au bâtiment D201 pendant les période de vente prévues, mais souhaitez tout de même acheter des billets, communiquez avec l'Ens 1 Joachim, du BPR de la CCMTDN au QG FMAR(A), à l'adresse james.joachim@forces.gc.ca.

Tous les revenus provenant de la vente des billets seront versés à la CCMTDN de la région d'Halifax et serviront à soutenir les importants organismes et initiatives appuyés par la campagne. Nous vous remercions de votre générosité et de votre soutien continu.

Nous espérons vous voir à la table de vente de billets et souhaitons à toutes et à tous la meilleure des chances lors du tirage!

Permis de loterie no AGD-374954-26





CANSOFCOM COMFOSCAN



**CANSOFCOM Information Briefing
Session d'information du COMFOSCAN**

OPEN TO ALL DEFENCE TEAM MEMBERS
OUVERT À TOUS LES MEMBRES DE L'ÉQUIPE DE LA DÉFENSE



Halifax

**Le 28 oct de 13h à 15h
La salle d'exercice du
bâtiment S120**

**Le 28 oct de 18h30 à 20h
La salle Oberson à la tour Juno**



Le NCSM St. John's navigue aux côtés du navire de soutien allemand FGS Berlin lors de l'exercice STRIKE WARRIOR.

MRC

Le NCSM St. John's termine sa dernière grande étape de préparation opérationnelle avant son déploiement de 2027

Par l'équipe du Trident

Le Navire canadien de Sa Majesté (NCSM) *St. John's* a terminé son instruction de disponibilité opérationnelle intermédiaire multi-navires (IMSRT), ce qui le rapproche de son déploiement en tant que navire amiral du 2e Groupe maritime permanent de l'OTAN (SNMG2) en 2027.

La frégate de la Marine royale canadienne (MRC) a terminé l'IMSRT à l'issue de l'exercice STRIKE WARRIOR 26-2, un exercice multinational qui s'est déroulé en Écosse et dans les approches de l'Atlantique Nord. L'IMSRT constitue la dernière étape de préparation opérationnelle que le navire doit franchir avant son déploiement dans le cadre de l'opération REASSURANCE l'année prochaine.

Au cours de l'exercice, le NCSM *St. John's* a évolué aux côtés des forces navales alliées au sein d'un groupe opérationnel maritime multinational. Il a participé à des entraînements à la lutte anti-sous-marine, à des opérations de sécurité maritime, à des activités d'intégration air-mer ainsi qu'à des exercices de commandement et de contrôle.

L'exercice a réuni du personnel et des moyens militaires du Canada, du Danemark, de la France, de l'Allemagne,

des Pays-Bas, de la Norvège, du Portugal et du Royaume-Uni afin de renforcer l'interopérabilité et de préparer les forces à mener des opérations maritimes complexes.

« L'exercice STRIKE WARRIOR a mis l'équipage de notre navire à l'épreuve dans un environnement exigeant et réaliste et a démontré ce qui peut être accompli lorsque les forces alliées travaillent comme une seule équipe. Le NCSM *St. John's* termine cet exercice plus affûté, mieux intégré et prêt à contribuer partout où le Canada et ses alliés auront besoin de lui », a déclaré le capitaine de frégate Kyle Aubrey, commandant du NCSM *St. John's*.

L'achèvement de l'IMSRT marque une étape importante dans les préparatifs du NCSM *St. John's* en vue de son déploiement en 2027 comme navire amiral du SNMG2 dans le cadre de l'opération REASSURANCE, la contribution du Canada aux mesures de réassurance et de dissuasion de l'OTAN en Europe. Le NCSM *Ville de Québec* est actuellement déployé dans le cadre de la même opération au sein du 1er Groupe maritime permanent de l'OTAN (SNMG1). Le déploiement du *St. John's* permettra de poursuivre ces engagements après le retour du *Ville de Québec*.



CAF members get exclusive home and auto insurance rates

Les membres des FAC bénéficient de tarifs d'assurance auto et habitation exclusifs

thepersonal.com/cfmws

lapersonnelle.com/sbmfc



thePersonal
Home and Auto Group Insurer
Group rates. Preferred service.





laPersonnelle
Assureur de groupe auto et habitation
Tarifs de groupe. Service unique.

The Personal refers to The Personal General Insurance Inc. in Quebec and The Personal Insurance Company in all other provinces and territories. The Personal® and related trademarks are trademarks of The Personal Insurance Company, used under licence. Certain conditions, limitations and exclusions may apply.

La Personnelle désigne La Personnelle assurances générales inc. au Québec et La Personnelle, compagnie d'assurances dans les autres provinces et territoires. La Personnelle^{MD} ainsi que les marques de commerce associées sont des marques de commerce de La Personnelle, compagnie d'assurances, utilisées sous licence. Certaines conditions, limitations et exclusions peuvent s'appliquer.



La vue depuis le NCSM Sackville, au large du parc Point Pleasant à Halifax, le 17 septembre.

CNMT

Doug Jarvis (à gauche) et ses camarades d'équipage à bord du NCSM Brantford en 1944, exhibant leur prise de morue.

SOUJIS

Des familles font leurs derniers adieux à bord du NCSM Sackville

Par Nathan Stone,
L'équipe du Trident

Les cendres de 12 personnes, dont 11 anciens membres des Forces armées canadiennes, ont été dispersées en mer dans la matinée du 17 septembre depuis le navire canadien de Sa Majesté (NCSM) Sackville, mémorial naval du Canada.

Le navire a été remorqué jusqu'à l'embouchure du port d'Halifax, face au Mémorial d'Halifax situé dans le parc Point Pleasant, en vue de la cérémonie.

Sur le pont arrière, l'aumônier du navire, Andrew Cooke, a récité une prière pour chaque inhumation, tandis que les familles lisaient leurs éloges funèbres. Les proches ont ensuite regardé la petite urne contenant les cendres de leur être cher disparaître lentement sous les vagues.

Parmi les 12 défunts figurait Charles Anthony Goode, fils du capitaine de vaisseau (à la retraite) Anthony Goode, administrateur de longue date du Fonds du Mémorial naval canadien (CNMT). Charles, passionné de surf, est décédé subitement il y a trois ans des suites d'une maladie cardiaque.

Son père a déclaré que confier les cendres de son fils à la mer était une manière de respecter son amour profond pour l'océan.

« Cela permet de tourner la page », a déclaré le capv (à la retraite) Goode à propos de la cérémonie. Il prévoit également que ses propres cendres soient dispersées en mer après son décès.

« Je ne vois pas de meilleure façon de rendre hommage à ma vie », a-t-il déclaré.

Le capitaine de frégate (à la retraite) Garry Reddy, commandant du NCSM Sackville, a indiqué que le navire organisait des cérémonies d'inhumation en mer depuis 1985. Si certaines ont encore lieu à bord de navires en service de la Marine royale canadienne, c'est le Sackville qui en assure la majorité.

Le capf (à la retraite) Reddy a expliqué que les préparatifs commencent environ deux mois avant chaque cérémonie. Aucune cérémonie d'inhumation en mer n'a eu lieu pendant la pandémie de COVID-19, ce qui a entraîné un ar-

rière de familles attendant de pouvoir faire leurs adieux à leurs proches. En conséquence, deux cérémonies sont actuellement organisées chaque année.

De nombreuses familles ont également apporté leur touche personnelle à la cérémonie. Julia Eisen et sa famille étaient présentes pour accompagner leur père, le maître Milton Sammas, dans sa dernière demeure. Avant l'inhumation, la famille a partagé un petit verre de whisky de seigle et en a versé un peu sur le cercueil afin d'offrir à leur père une dernière gorgée de sa boisson préférée.

Eisen a déclaré que cette cérémonie représentait un « dernier adieu » à son père.

Kerry Jarvis et son épouse, Melitta Smole, étaient à bord pour accompagner le père de Kerry, Doug Jarvis, lors de ses obsèques. Pendant la Seconde Guerre mondiale, Doug a servi en tant que matelot de 1re classe et opérateur radio à bord d'une corvette de classe Flower, le NCSM Brantford, qui appartenait à la même classe que le Sackville. Jarvis et l'équipage du Brantford patrouillaient le littoral atlantique du Canada, de Terre-Neuve à la baie de Fundy.

Il avait 94 ans lorsqu'il est décédé le 20 octobre 2019.

En août 2005, Kerry a accompagné son père à Halifax pour visiter le Sackville.

À leur arrivée, Doug a été accueilli à bord du Sackville au son du sifflet de maître d'équipage. Il a passé la matinée à examiner chaque recoin du navire, racontant des anecdotes sur son expéri-

ence de radiotélégraphiste et se remémorant ses camarades de bord.

« Je n'étais qu'une ombre », a déclaré Kerry.

Avant ce voyage, Doug parlait rarement de son service pendant la guerre, mais il a raconté une anecdote ce jour-là. À la fin de la guerre, il se trouvait à St. John's, à Terre-Neuve, où il attendait toujours sa solde et ses papiers de démobilisation. Lorsque les provisions à bord du Brantford se sont épuisées, la police militaire l'a fait descendre du navire et l'a mis en prison.

Le lendemain, un capitaine de passage a pris son cas en main et a réglé la question de ses papiers et de sa solde, ce qui a permis à Doug de prendre un ferry pour la Nouvelle-Écosse, puis un train pour rentrer chez lui à Toronto.

Kerry conserve encore le télégramme que son père lui avait envoyé pour lui annoncer son retour.

Kerry a opté pour une cérémonie d'inhumation en mer après s'être entretenu avec un marin à la retraite qui l'a mis en relation avec Reddy. Une lettre envoyée en mai a été traitée rapidement par le bureau de l'aumônier, et une date de cérémonie a été proposée.

Il a déclaré que son père « n'aurait jamais imaginé » que ses cendres prendraient la mer à bord de la dernière corvette de classe Flower encore en service. Le lien entre Doug, Kerry et le Sackville a fait de cette expérience « un moment vraiment exceptionnel ».



Le service de Promotion de la santé et les Svcs S FC organisent à nouveau l'Expo Santé dans la salle d'exercice du bâtiment S120, le 27 octobre.

LE CPL MITCHELL PAQUETTE

Les membres des Forces armées canadiennes porteront le coquelicot du jour du Souvenir dès le 24 octobre

Par MDN

À compter de cette année, les membres des Forces armées canadiennes (FAC) porteront le coquelicot sur tous les uniformes du 24 octobre au 11 novembre, conformément aux modifications apportées à la Campagne nationale du coquelicot de la Légion royale canadienne. Auparavant, les membres des FAC commençaient à porter le coquelicot à compter du dernier vendredi d'oc-

tobre. Les Instructions sur la tenue des Forces canadiennes seront actualisées de sorte à refléter le changement. La date de début du 24 octobre instaurera une période nationale uniforme consacrée aux activités de commémoration à l'appui des vétérans et de leurs familles. Le port du coquelicot demeure un symbole visible du souvenir, lequel témoigne du respect que les FAC éprou-

vent envers les Canadiennes et Canadiens tombés au champ d'honneur, les vétérans et toutes les personnes qui ont servi. Les FAC reconnaissent et chérissent le rôle de premier plan que joue depuis longtemps la Légion royale canadienne dans la perpétuation des traditions canadiennes du souvenir. Grâce à la Campagne nationale du coquelicot et au soutien qu'elle offre aux vétérans, aux

militaires en service, ainsi qu'à leurs familles, la Légion joue un rôle important dans la commémoration partout au Canada. On encourage les militaires à consulter les lignes directrices détaillées et les illustrations concernant le port du coquelicot sur un uniforme des FAC dans le site [Instructions sur la tenue | Section 7 Attributs](#).



Les partenaires du Groupe des cinq se réunissent à Halifax dans le cadre du Groupe de travail sur la guerre maritime

Du 21 au 25 septembre, près de 90 représentants militaires, scientifiques de la défense et experts en développement des capacités de guerre provenant de l'Australie, du Canada, de la Nouvelle-Zélande, du Royaume-Uni et des États-Unis se sont réunis à Halifax dans le cadre du Groupe de travail annuel sur la guerre maritime. Organisé par le Canada, ce forum du Groupe des cinq offre aux marines partenaires l'occasion d'échanger les leçons retenues, de discuter de tactiques et de capacités, et de renforcer l'interopérabilité dans les domaines de la guerre de surface, aérienne, sous-marine, de l'information et des mines, ainsi que des systèmes sans équipage. Ces discussions contribuent à améliorer la façon dont les marines du Groupe des cinq travaillent ensemble et favorisent une meilleure coordination et une meilleure disponibilité opérationnelle dans le domaine maritime.

LE CPL LARRY STIVER



Une « danse en cercle » marque la Journée nationale de la vérité et de la réconciliation à bord du *Harry DeWolf*

Une « danse en cercle » a été organisée à bord du navire canadien de Sa Majesté *Harry DeWolf* le 28 septembre, en prévision de la Journée nationale de la vérité et de la réconciliation et de la Journée du chandail orange, le 30 septembre. La danse en cercle est une cérémonie traditionnelle et un rassemblement social dans les cultures autochtones, symbolisant la guérison, les liens communautaires et la célébration de la vie par le chant et le mouvement. Debbie Eisan, aînée, capitaine de vaisseau honoraire et première maître de 2e classe (retraîtée), a partagé ses enseignements avec les participants et expliqué la signification de cette danse. La Base des Forces canadiennes Halifax a remercié toutes les personnes ayant contribué à l'activité, notamment les invités du Mi'kmaq Native Friendship Centre et les membres du Groupe consultatif des autochtones de la Défense de l'Atlantique.

LE CPL ANTONIO GARCIA ALVAREZ

22^E ÉDITION

MOOSEHEADS

SOIRÉE D'APPRECIATION DU MDN



SAMEDI 14 NOVEMBRE
À 19 H AU SCOTIABANK CENTRE

BILLETS	RÉGULIER	MDN
TRIBUNES BASSES	30 \$	25 \$
TRIBUNES HAUTES	26 \$	12 \$

Pour plus d'information, veuillez composer le (902) 721-7805

OBTENEZ VOS BILLETS POUR LES TRIBUNES HAUTES SANS FRAIS DANS LES POINTS DE VENTE SUIVANTS

Du lundi au vendredi | de 9 h à 15 h

Bureau du parrainage d'entreprise, BFC Halifax, édifice S90, salle 1300

902-721-7805

Centre de conditionnement physique et de sports de Stadacona

902-721-0133

SCANNEZ CE CODE POUR ACHETER DES BILLETS EN LIGNE !

Le lien ne peut pas être consulté sur des réseaux sécurisés



Centre de conditionnement physique, de sports et de loisirs Shearwater

902-720-1071





SPORT & CONDITIONNEMENT PHYSIQUE



L'adjudant-chef Jim Hastey (au centre) aux côtés du commandant adjoint du 36e Groupe-brigade du Canada, le Lcol Thomas Murphy, et du sergent-major, l'Adjuc Russel Anstey.

RYAN MELANSON

L'Adj Hastey couronne un engagement de toute une carrière en faveur du conditionnement physique

Par l'équipe du Trident

« Ils me taquinent en disant : “Oh, vous avez 65 ans !” Je leur réponds : “Oui, mais c'est à vous de me suivre” », explique l'adjudant (Adj) Jim Hastey.

Pour l'Adj Hastey, le fait de pouvoir suivre le rythme de collègues ayant moins de la moitié de son âge était le fruit d'un engagement envers le conditionnement physique qui s'est étendu sur plusieurs décennies. Lorsqu'il a pris sa retraite le 8 octobre, à peine un jour avant son 66e anniversaire, il a laissé derrière lui un palmarès impressionnant dans le cadre du Certificat d'excellence en aptitude physique des FC, tout en illustrant l'importance de maintenir un mode de vie actif tout au long d'une carrière militaire de 47 ans.

Le programme des Programmes de soutien du personnel (PSP) permet aux membres des FAC de suivre leur activité aérobie, de se fixer des objectifs de conditionnement physique à long terme et d'obtenir une reconnaissance pour leurs efforts. Les participants consignent le temps consacré à différentes activités

ou les distances parcourues, notamment en course à pied, à la marche, à vélo, à l'aviron et à la natation.

L'Adj Hastey a commencé à participer au programme alors qu'il était en poste en Allemagne en 1989. Depuis, il a suivi son activité aérobie au fil de ses affectations, faisant de l'exercice régulier une partie intégrante de son quotidien.

Chaque activité rapporte des unités selon les critères du programme. Par exemple, courir un kilomètre rapporte une unité. Les participants obtiennent un sceau toutes les 2 000 unités d'activité aérobie accumulées. Après avoir obtenu six sceaux, ils complètent un parchemin et commencent à progresser vers le niveau suivant.

Au moment de prendre sa retraite, l'Adj Hastey avait obtenu le deuxième sceau de son sixième parchemin, ce qui représentait 74 000 points d'activité physique. Cet exploit équivaut à parcourir une distance d'environ 1 750 marathons.

Bien que la course à pied ait constitué l'essentiel de son activité au début de sa

carrière, l'Adj Hastey a fini par diversifier ses entraînements.

« J'essaie de m'entraîner au moins quatre ou cinq fois par semaine... du vélo, de la marche, un peu de natation, un peu de navigation de plaisance, ce genre de choses », a-t-il déclaré.

Cette régularité l'a aidé à maintenir son conditionnement physique jusqu'à la soixantaine et à continuer de s'entraîner aux côtés de réservistes beaucoup plus jeunes au sein du 36e Bataillon des services. Il a également encouragé ses collègues à accorder la priorité à leur propre activité physique, en s'appuyant sur son expérience du programme pour les inciter à se dépasser.

La pratique régulière d'activités aérobiques peut également aider les membres à se préparer aux épreuves de course de l'évaluation annuelle Conditionnement physique pour les exigences opérationnelles des Forces armées canadiennes (FORCE), notamment les courses-navettes de 20 mètres et les courses-navettes intermittentes avec

charge.

« Je n'ai jamais échoué à un test de conditionnement physique », a ajouté l'Adj Hastey.

Son engagement de plusieurs décennies envers le conditionnement physique a été souligné lors d'une cérémonie de départ à la retraite organisée à Windsor Park le 8 octobre. L'Adj Hastey s'est vu remettre un certificat reconnaissant sa contribution importante au programme des PSP, parmi plusieurs hommages rendus par ses collègues actuels et anciens.

« Cela souligne non seulement le dévouement de Jim envers le conditionnement physique, mais aussi l'exemple qu'il a donné à des générations de soldats », a déclaré l'adjudante-chef (Adjum) Victoria Robbins, sergente-major de compagnie du 36e Bataillon des services, qui a animé la cérémonie. L'Adj Hastey avait auparavant occupé ce poste, avant de devenir adjudant des approvisionnements.

Dans son allocution, l'Adj Hastey a surtout parlé des collègues avec lesquels il avait travaillé tout au long de sa carrière et de la fierté qu'il éprouvait à les voir progresser. Il leur a conseillé de bien gérer leurs finances, de maintenir leur condition physique et d'adopter une alimentation équilibrée.

« Je suis prêt à passer le relais, car je sais que mes collègues sauront prendre la relève et que tout sera pris en charge. »



Les membres du club HERO de combat au sol de la BFC Halifax ont participé à une journée d'entraînement en équipe le 17 septembre. Les personnes qui ont dirigé la journée étaient, de gauche à droite : les instructeurs invités, le Cplc Eric Nevitt et le Maj James Locke; l'entraîneur adjoint, le M 1 Chris Evans; l'entraîneur de la séance du matin, le Ltv Michael DeSaulniers; et le fondateur du club, le Mat 1 Atlas Del Mar.

SOUJIS

Le combat au sol offre des enseignements qui vont au-delà des tapis, affirment les instructeurs

Par l'équipe du Trident

Les membres du club HERO de combat au sol se sont réunis le 17 septembre à l'occasion d'une journée d'équipe axée sur l'enseignement collectif, le développement des compétences et la mise en valeur des progrès réalisés par la communauté militaire pratiquant le combat au sol.

Basé à la Base des Forces canadiennes (BFC) Halifax, le club HERO a été fondé en 2024 par le Mat 1 Atlas Del Mar afin d'offrir aux membres des Forces armées canadiennes (FAC) la possibilité de développer leurs compétences en jiu-jitsu brésilien (BJJ), tout en améliorant leur conditionnement physique, en renforçant leur confiance en eux et en tissant des liens entre les différents grades, métiers et éléments des FAC.

Cette journée d'équipe rassemble des

membres qui, sans cela, s'entraîneraient à des horaires différents ou auraient des niveaux d'expérience variés. Outre l'enseignement collectif, elle offre l'occasion de souligner l'engagement dont les membres ont fait preuve ces derniers mois, avec la remise de barrettes et de nouvelles ceintures aux élèves qui les ont méritées.

Pour les instructeurs du club, les bienfaits du combat au sol vont bien au-delà des techniques apprises sur les tapis. Ce sport peut aider les membres à développer leur résilience, leur capacité d'adaptation et leur confiance en eux, tout en créant une communauté où chacun a quelque chose à apprendre et quelque chose à apporter.

Lieutenant de vaisseau (Ltv)

Michael DeSaulniers

Le Ltv DeSaulniers, officier responsable du Centre de coordination de la Réserve navale à Halifax, pratique le jiu-jitsu brésilien depuis environ neuf ans et est titulaire d'une ceinture marron. En 2025, il a contribué à la mise en place du cours du matin du club HERO, offrant ainsi aux membres des FAC la possibilité de s'entraîner avant de prendre leur service.

Le Ltv DeSaulniers estime que le combat au sol l'a aidé à se préparer à l'instruction de base et à l'instruction de base des officiers après s'être enrôlé dans les FAC à l'âge de 42 ans. Il croit que ce sport développe la persévérance, la capacité d'adaptation et la force mentale, parallèlement à la condition physique. Il a également constaté que les membres gagnaient en confiance dans leur environnement professionnel et amélioraient leurs performances dans d'autres activités sportives des FAC. L'objectif, a-t-il expliqué, est de rendre ces bienfaits accessibles à tous les membres, quels que soient leur grade, leur expérience ou le stade de leur carrière.

Caporal-chef (Cplc) Eric Nevitt

Membre de l'Aviation royale canadienne et ceinture noire de jiu-jitsu brésilien, le Cplc Nevitt pratique ce sport depuis 17 ans. Son implication dans le combat au sol au sein des FAC a débuté après son affectation à la 12e Escadre Shearwater en 2018, où il s'est investi dans les communautés militaires et civiles locales de combat au sol et a assumé un rôle d'instructeur.

Le Cplc Nevitt estime que la plus grande force du jiu-jitsu brésilien réside dans la communauté qu'il crée. Bien qu'il soit souvent considéré comme un sport individuel, les progrès dépendent des partenaires d'entraînement qui apprennent ensemble, résolvent des problèmes et s'entraident pour s'améliorer. En tant que survivant du cancer, il s'appuie également sur les leçons qu'il a tirées de la persévérance et de l'adaptation aux circonstances difficiles. La capacité à continuer d'avancer, estime-t-il, est utile tant sur les tapis qu'en dehors.

Major (Maj) James Locke

Le Maj Locke, du Corps royal canadien des transmissions, enseigne le jiu-jitsu brésilien et les techniques de combat militaire au sein des FAC depuis plus de 15 ans. Il estime que tous les marins, soldats et aviateurs devraient posséder des connaissances et des compétences de base en autodéfense, ainsi que la confiance nécessaire pour les mettre en pratique. Il affirme que le combat au sol constitue un moyen de développer la condition physique, la discipline et le sang-froid qui peuvent contribuer à la préparation militaire. Un entraînement régulier aide les membres à se préparer aux défis avant même qu'ils ne se présentent.

Matelot de 1re classe (Mat 1) Atlas Del Mar

Le Mat 1 Del Mar a commencé à s'entraîner au jiu-jitsu brésilien en 2008 et a obtenu sa ceinture noire en décembre 2025. Après s'être enrôlé dans les FAC en 2017 et s'être investi dans la communauté locale de combat au sol, il a fondé le club HERO afin d'offrir aux membres des occasions de développer des compétences et des relations qui vont au-delà de leurs séances d'entraînement habituelles.

Il souhaite voir le programme de combat au sol des FAC continuer à se développer, en offrant davantage de possibilités de participer à des compétitions régionales et nationales, ainsi que des moyens permettant aux membres déployés ou en mer de poursuivre leur entraînement. Ayant lui-même bénéficié des conseils d'entraîneurs et de partenaires d'entraînement tout au long de son parcours, le Mat 1 Del Mar explique qu'il s'efforce désormais de transmettre ce savoir aux autres.

Le club HERO de combat au sol se réunit actuellement dans la salle d'entraînement au combat rapproché du bâtiment S120 de Stadacona. Les cours commencent à 7 h les lundis, mercredis et vendredis, et des cours en soirée ont lieu à 16 h 15 les mardis et jeudis. Pour plus d'informations, veuillez communiquer avec atlas.delmar@forces.gc.ca ou michael.desaulniers@forces.gc.ca.



The War Amps

You can give child amputees the artificial limbs they need to thrive.





See your impact at waramps.ca