



**COLDWELL BANKER**  
PREFERRED  
REAL ESTATE

# The RT Team

**Specialists in Military Relocation**  
**Stacey Purves-Repay & Eldren Thuen, CD**  
**204-951-9539**



Volume 71, Issue 10

17 Wing Winnipeg / 17e Escadre Winnipeg

28 September 2022



## Soldier On Sports Camp - Pg 5



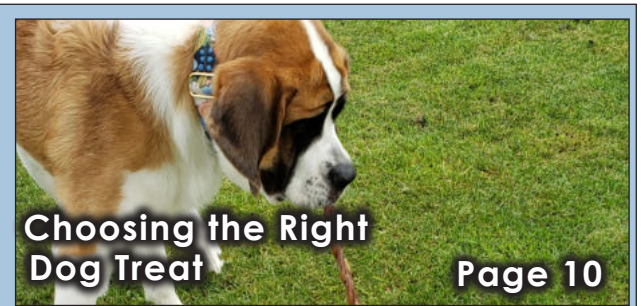
**Kristin Wagner**

Page 4



**Padre Antin Sloboda**

Page 7



**Choosing the Right Dog Treat**

Page 10

17WINGVOXAIR.COM

FACEBOOK.COM/17WINGVOXAIR

FREE

**CONTACT US TO FIND OUT THE BENEFITS OF ADVERTISING WITH US**  
Ph: 204-833-2500 ext 4120 | Email: voxairmgr@gmail.com

**10% OFF**  
Military and Civilian Staff at 17 Wing  
10% discount off all purchases  
Call Larry: 204-333-5138  
**PET FOOD, TREATS, PET CLOTHES AND MORE..... DELIVERED TO YOUR DOOR!**  
[HTTPS://PETAFFECTION.CA/](https://petaffection.ca/)

VOXAIR

## OFFICE HOURS

Monday to Friday  
0900 - 1500 hrs

## CONTACT

## AD SALES/MAIN OFFICE

(204) 833-2500 EXT 4120

## ACCOUNTING

(204) 833-2500 EXT 4121

## SUBMISSIONS/REPORTER

(204) 833-2500 EXT 6976  
voxair@mymts.net  
voxairmgr@gmail.com

## VOXAIR STAFF

## Wing Commander

Col Aaron Spott  
(204) 833-2500 ext 5202

## Managing Editor

Katherine Prokopowich  
(204) 833-2500 ext 2178

## Voxair Manager

Patricia West  
(204) 833-2500 ext 4120

## Photojournalist

Martin Zeilig  
(204) 833-2500 ext 6976

## Accounting

Misra Yakut  
voxairaccounts@gmail.com

## Proofreading

Traci Wright  
Martina Sawatsky

## Cover Photo Credit

Dan Whittaker, Soldier On

## E-Edition Designed By

Patricia West  
(204) 833-2500 ext 4120

## Visit Us Online

17WingVoxair.com  
Facebook.com/17WingVoxair

## Correspondence should be addressed to:

The Voxair  
17 Wing Winnipeg  
PO Box 17000 Stn Forces  
Winnipeg, MB R3J 3Y5

This newspaper is printed using environmentally safe inks. Publication Mail Agreement No. 1482823

VOXAIR is the unofficial Service newspaper of 17 Wing Winnipeg and is published every month under the authority of the Wing Commander, Col Spott. Opinions and views expressed do not necessarily reflect those of the Editor, the Wing Commander or the Department of National Defence. The Editor reserves the right to edit or reject any editorial or advertising material. We will not be responsible for any loss or damage to any advertiser or third party resulting from the failure of an advertisement to appear in any of our editions or from any error or omission in any advertisement which is published.

Promotion of Private Businesses in articles submitted for publication is not permitted except in cases of appreciation for donations where only the company name is included. (Companies or individuals that are currently in arrears shall not be published). Individuals or groups shall not make any offer of promotion in The Voxair Newspaper of products and/or services for exchange in donations.



# Self Help ADR: Equipping Yourself in Conflict Resolution

by CCMS

Dear CCMS,  
I keep hearing that Alternative Dispute Resolution starts with "self-help". What the heck does it mean?

"Self-help" means using your own abilities to manage conflicts informally and collaboratively.

Conflict is a healthy, normal part of work life because people are packages of differing priorities, expectations, assumptions, concerns, hopes, beliefs and values. Talking out our differences brings insight and improves understanding. This is the "good" product of conflict: growth, creativity and operational effectiveness.

If we don't process our differences in healthy ways, we end up with "bad" products of conflict: gossip, blame, tension,

resentment and fear. In our line of work, this is dangerous.

We're all encouraged to attempt to resolve workplace conflicts whenever possible, early, locally, and informally (where appropriate). The more you do for yourself, the more control you retain over the outcome of a conflict. If you don't deal with it, someone else may decide how to resolve it and you might not like the outcome. Here are some tips to get you started:

- Be clear about your own priorities – what's really important to you and why?
- Be curious about others' – what might they expect or assume and why might it be important to them?
- Talk to trusted peers and CCMS

staff to get coaching on your situation and how to best approach resolution.

- Take courses through the DLN, the LCC and the CCMS in order to optimize your conflict intelligence and abilities, to raise and address issues and to collaborate respectfully with others.

Helping ourselves to manage conflict effectively is an important step in maintaining operational effectiveness and a healthy workplace culture.

\*Defence Team members can connect with a Conflict and Complaint Management Service (CCMS) by agent by visiting a local CCMS office or calling toll-free at 1-833-328-3351, M-F between the hours of 7:00 a.m. and 7:00 p.m. EST. Additional details related to CCMS services are available on the ICCM web page.

## Initiative personnelle en MARC: Se préparer à la résolution de conflits

par CCMS

Cher GICP,  
J'entends souvent que le Mode alternatif de résolution des conflits commence par l'initiative personnelle. Qu'est-ce que ça veut dire?

« Initiative personnelle » veut dire que nous utilisons nos propres habiletés pour gérer des conflits de façon informelle et collaborative.

Le conflit est une partie saine et normale de notre vie au travail parce que les gens ont de différentes priorités, attentes, suppositions, inquiétudes, espérances, croyances et valeurs. Parler de nos différents apporte de la perspicacité et améliore la compréhension. Les « bons » produits du conflit c'est la croissance, la créativité et l'efficacité opérationnelle.

Si nous ne traitons pas nos différences de façon saine, nous en finissons avec les « mauvais » côtés des conflits : le bavardage, le blâme, la tension, le ressentiment, et la peur. Dans notre milieu de travail,

cela est dangereux.

Nous sommes tous encouragés à tenter de résoudre les conflits sur le lieu de travail des conflits informelle, locale et précoce dès que possible (le cas échéant). Plus vous faites pour vous même, plus de contrôle vous retenez sur le résultat du conflit. Si vous ne vous en occuper pas, quelqu'un d'autre vas s'en occuper et cette personne va décider comment le résoudre et il se peut que vous n'aimiez pas le résultat. Voici quelques points à retenir pour vous aider à démarrer :

- Soyez clair au sujet de vos priorités – qu'est-ce qui est vraiment important pour vous et pourquoi?
- Soyez curieux au sujet des autres - quelles sont leurs attentes, leurs suppositions et pourquoi cela pourrait être important pour eux?
- Parler avec des pairs à qui vous faites confiance et avec le personnel du SGCP pour obtenir du coaching avec

votre situation et comment bien résoudre le problème.

- Inscrivez-vous à la formation offerte sur le RAD, au CAC et au SGCP afin de tirer le maximum de votre intelligence et habiletés de conflit, pour aborder les problèmes et pour collaborer respectueusement avec les autres.

S'aider soi-même à gérer efficacement les conflits est une étape importante dans le maintien de l'efficacité opérationnelle et d'une culture de travail saine.

\* Les membres de l'Équipe de la Défense peuvent communiquer avec un agent de Service de gestion des conflits et des plaintes (SGCP) en visitant un bureau local du SGCP ou en composant le numéro sans frais 1-833-328-3351, du lundi au vendredi, entre 7 h et 19 h (HNE). Des renseignements supplémentaires sur les services des SGCP sont disponibles sur la page web de la GICP.

**baldwinson**  
INSURANCE BROKERS

**HOME INSURANCE!  
TENANTS INSURANCE!  
CAR INSURANCE!  
DRIVERS LICENSES!**

**204-889-2204  
17 WING WINNIPEG  
IN THE CANEX BUILDING**

**autopac**

A Manitoba Public Insurance product

**HOOK & SMITH**

Barristers, Solicitors, and Notaries Public

3070 Portage Avenue  
Winnipeg, MB R3K 0Y2



(L-R) Winston F. Smith, Q.C., Dennis A. Smith,  
Geoffrey B. Toews, and Todd W. Hewett

Providing legal services to the community since 1984 in the areas of corporate and commercial law, real estate (residential and commercial), civil litigation, wills and estates, and transportation law.

Telephone: (204) 885 4520 Fax: (204) 837 9846  
general@hookandsmith.com

# Captain Chris Embree

by Martin Zeilig, Voxair Photojournalist

The Commanding Officer and Director of Music for the RCAF Band, Captain Chris Embree, has worn the uniforms of all three branches of the Canadian Armed Forces.

According to Capt Embree, this is something unique to the CAF, depending on the band to which we are assigned.

“This is my second stint as an officer in an Air Force uniform. My first time was at the Borden Music School for four years.”

Even so, music remains music, no matter what uniform you wear.

Captain Embree, a native of Winnipeg, has assumed his current position since July 13, 2021. His predecessor was Major Matthew Clark, who moved to the CAF's Logistics School at CFB Borden.

In 1988, Capt Embree joined the Kings Own Calgary Regiment Band as a primary reservist.

His official bio states that Capt Embree transferred from the Primary Reserves to the Regular Force in 1991 after winning an audition on alto saxophone.

Capt Embree joined the Air Command Band in Winnipeg after completing a year and a half of saxophone training. Capt Embree was promoted to Corporal in 1993 and completed his Junior Leader-

ship Course a year later.

Upon completion of his course, Capt Embree was released from the Regular Force as a result of the Forces Reduction Plan and transferred back to the Tecumseh Naval Reserve Band in Calgary.

Because of his previous Regular Force experience, Capt Embree was promoted to Master Seaman in 1995.

His involvement in the Calgary music scene included performances with Banda Fiebra Latina, a favorite among Latin communities, and Blues Land featuring the Cold Sweat Horns.

Upon re-auditioning for the Regular Force in 1998, Capt Embree was assigned to the Royal Canadian Artillery Band in Edmonton and subsequently promoted to Sergeant.

Capt Embree completed his Intermediate Leadership Qualification in 2006, and in 2008, after serving for ten years with the RCA Band and Army of the West, he was posted to the Naden Band of Maritime Force Pacific and promoted to Petty Officer 1st Class.

Upon completion of the QL7 Conducting Course, Capt Embree was assigned as the Bandmaster of the Brass & Reed Volunteer Band at 14 Wing Greenwood.

In just 11 months Capt Embree was

promoted to Master Warrant Officer and posted to The Royal Military College of Canada in Kingston as the Band Officer.

Upon completion of the Music Officer Course in Borden, Capt Embree was subsequently assigned to the Canadian Forces Logistics Training Centre Music Division as the Officer in Charge.

Capt Embree returned to the Royal Canadian Artillery Band in 2016 as its Commanding Officer and Director of Music.

In addition to performing in and leading the massed band during the 2010 Vancouver Olympic and Paralympic Games, he served as Director of Music for the Queen's Guard twice in London, UK, and conducted the Sunset Ceremony at the 100th Anniversary Commemoration of Vimy Ridge in France.

Under Capt Embree's leadership the RCA Band received the Colonel Commandant of the Royal Regiment of Canadian Artillery Unit Commendation, the 3rd Canadian Division Commander's Unit Commendation and most recently received the Colonel Commandant of The Royal Regiment of Canadian Artillery Commendation for outstanding achievements in support of the Royal Regiment.

“My father was a musician in the CAF

as well,” said Capt Embree.

“He played the flute. Saxophone is my main instrument.”

Although the band size remains the same as it was at CFB Edmonton, he has two trained vocalists now, Warrant Officer David Grenon and Sergeant Cindy Scott, and a “fantastic” guitarist in Sergeant Parizeau.

This allows me to have smaller ensembles like Jet Stream and the Rock Band (The Spitfire Kings),” Capt Embree added.

Furthermore, he noted that the band here is more of a show band compared to the regiment army band in Edmonton.

“Coming out of COVID, it's been difficult to do music live in person,” said Capt Embree.

“Two years ago, that was shut down. Several projects were done by individual musicians recording themselves and putting them together to create a product that was released via social media. This group of musicians is fantastic.”

“We're just getting ourselves back to normal here after dealing with COVID. They know that I ask a lot of them. They're working hard right now, and I'm looking forward to making music with them moving forward.”

## Le capitaine Chris Embree

par Martin Zeilig, Voxair Photojournalist

Le commandant et directeur musical de la Musique de l'ARC, le capitaine Chris Embree, a porté les uniformes des trois branches des Forces armées canadiennes.

Selon le Capt Embree, c'est quelque chose d'unique aux FAC, selon la fanfare à laquelle nous sommes affectés.

“C'est mon deuxième passage en tant qu'officier dans un uniforme de la Force aérienne. Ma première fois, c'était à l'école de musique de Borden pendant quatre ans.”

Malgré tout, la musique reste de la musique, quel que soit l'uniforme que l'on porte.

Le capitaine Embree, originaire de Winnipeg, occupe son poste actuel depuis le 13 juillet 2021. Son prédécesseur était le Major Matthew Clark, qui a été muté à l'École de logistique des FAC à la BFC Borden.

En 1988, le Capt Embree a rejoint la fanfare du Kings Own Calgary Regiment en tant que réserviste.

Sa biographie officielle indique que le Capt Embree est passé de la Première réserve à la Force régulière en 1991 après avoir remporté une audition de saxophone alto.

Le Capt Embree s'est joint à la Musique du Commandement aérien à Winnipeg après avoir terminé un an et demi de formation en saxophone. Le Capt Embree a été promu caporal en 1993 et a terminé son cours de leadership junior un an plus tard.

À la fin de son cours, le Capt Embree a été libéré de la Force régulière à la suite du Plan de réduction des forces et a été transféré à la Musique de la Réserve navale Tecumseh à Calgary.

En raison de son expérience antérieure dans la Force régulière, le Capt Embree a été promu matelot-chef en 1995.

Il s'implique dans la scène musicale de Calgary en se produisant avec la Banda Fiebra Latina, un groupe favori des communautés latines, et avec le groupe Cold Sweat Horns à Blues Land.

Lors de sa nouvelle audition pour la Force régulière en 1998, le Capt Embree est affecté à la Musique de l'Artillerie royale canadienne à Edmonton et est ensuite promu au grade de sergent.

Le Capt Embree a obtenu sa qualification intermédiaire en leadership en 2006 et, en 2008, après avoir servi pendant dix ans au sein de la Musique de l'ARC et de l'Armée de l'Ouest, il a été affecté à la Musique Naden de la Force maritime du Pacifique et promu au grade de maître de 1re classe.

Après avoir suivi le cours de direction d'orchestre QL7, le Capt Embree a été affecté comme maître de musique de la fanfare bénévole Brass & Reed de la 14e Escadre Greenwood.

En 11 mois seulement, le Capt Embree est promu adjudant-maître et affecté au Collège militaire royal du Canada à Kingston en tant qu'officier de musique.

Après avoir terminé le cours d'officier de musique à Borden, le Capt Embree a été affecté à la Division de la musique du Centre d'instruction logistique des Forces canadiennes à titre d'officier responsable.

Le Capt Embree est revenu à la Musique de l'Artillerie royale canadienne en 2016 en tant que commandant et directeur de la musique.

En plus d'avoir joué dans la fanfare et de l'avoir dirigée pendant les Jeux olympiques et paralympiques de 2010 à Vancouver, il a été directeur de la musique de la Garde de la Reine à deux reprises à Londres, au Royaume-Uni, et a dirigé la cérémonie du crépuscule lors de la commémoration du 100e anniversaire

de la crête de Vimy, en France.

Sous la direction du Capt Embree, la Musique de l'ARC a reçu la Mention élogieuse du colonel commandant du Régiment royal de l'Artillerie canadienne, la Mention élogieuse de l'unité du commandant de la 3e Division canadienne et, plus récemment, la Mention élogieuse du colonel commandant du Régiment royal de l'Artillerie canadienne pour ses réalisations exceptionnelles à l'appui du Régiment royal.

“Mon père était également un musicien dans les FAC”, a déclaré le Capt Embree.

“Il jouait de la flûte. Le saxophone est mon instrument principal.”

Bien que la taille de la fanfare reste la même qu'à la BFC Edmonton, il a maintenant deux chanteurs qualifiés, l'adjudant David Grenon et la sergent Cindy Scott, et un guitariste “fantastique” en la personne du sergent Parizeau.

Cela me permet d'avoir de plus petits ensembles comme Jet Stream et le groupe

rock (The Spitfire Kings)”, ajoute le Capt Embree.

De plus, il a noté que la fanfare ici est plus un groupe de spectacle que la fanfare du régiment à Edmonton.

“En sortant du COVID, il a été difficile de faire de la musique en direct en personne”, a déclaré le Capt Embree.

“Il y a deux ans, le centre a été fermé. Plusieurs projets ont été réalisés par des musiciens individuels qui s'enregistraient eux-mêmes et les rassemblaient pour créer un produit qui était diffusé par les médias sociaux. Ce groupe de musiciens est fantastique.”

“Nous sommes juste en train de revenir à la normale ici après avoir traité avec le COVID. Ils savent que je leur demande beaucoup. Ils travaillent dur en ce moment, et j'ai hâte de faire de la musique avec eux à l'avenir.”



École Roméo-Dallaire

81, chemin Quail Ridge  
Winnipeg (Manitoba)  
www.rdallaire.dsfm.mb.ca

**1 204 885-8000**  
romeo.dallaire@dsfm.mb.ca

- École francophone maternelle à la 8e année
- École la plus près de la 17e Escadre
- Transport scolaire
- Services en petite enfance:
  - Garderie francophone
  - Centre des ressources éducatives à l'enfance (CRÉE)



DIVISION SCOLAIRE  
FRANCO-MANITOBAINE

Fait partie du réseau des 24 écoles de la  
Division scolaire franco-manitobaine.  
www.DSFM.mb.ca 1 800 699-3736



# Khristin Wagner

by Martin Zeilig, Voxair Photojournalist



Khristin Wagner Photo: Martin Zeilig, Voxair Photojournalist

Khristin Wagner might be a new person at Community Recreation, but she fits right in.

Just ask Matt Hamilton, Com Rec Manager.

Ms. Wagner was hired as the Com Rec

Coordinator in mid-August.

She is on a 13 month contract while the longtime coordinator, Ashley Clement is on maternity leave.

Alex Enns, who starts work on September 12, a Com Rec Coordinator with

# Khristin Wagner

par Martin Zeilig, Voxair Photojournalist

Khristin Wagner est peut-être une nouvelle personne au sein de Community Recreation, mais elle s'y intègre parfaitement.

Il suffit de demander à Matt Hamilton, manager de Com Rec.

Mme Wagner a été engagée comme coordinatrice des loisirs communautaires à la mi-août.

Elle a un contrat de 13 mois pendant que la coordinatrice de longue date, Ashley Clement, est en congé de maternité.

Alex Enns, qui commence à travailler le 12 septembre, sera le co-ordinateur de la Récréation avec Mme Wagner.

“Elle s'intégrera bien à notre équipe”, a déclaré M. Hamilton lors d'un entretien téléphonique. “Khristin apporte des idées nouvelles et passionnantes à Com Rec”.

Avec une formation dans le domaine de la santé, Mme Wagner travaillait depuis 13 ans dans une maison de soins locale.

“Avant cela, j'ai travaillé comme conseillère de camp pour le Manitoba Developmental Centre à Portage la Prairie”, a-t-elle déclaré lors d'une entrevue dans les bureaux de The Voxair le 29 août.

“J'ai fait mes études au Red River College où je me suis spécialisée en gériatrie. J'ai toujours eu une passion pour le travail avec les personnes âgées et les personnes handicapées. Maintenant, je me développe dans le secteur communautaire.”

Mme Wagner, qui est née à Saskatoon, en Saskatchewan, mais a grandi en Alberta avant de s'installer au Manitoba lorsqu'elle était plus âgée, a fait remar-

quer que la pandémie a été difficile pour tout le monde.

“Il y a eu beaucoup de changements avec des restrictions et c'était restrictif en ce qui concerne les programmes de loisirs”, a-t-elle dit.

“Quand ce travail est arrivé, c'était vraiment excitant pour moi de travailler avec la communauté et avec les militaires et de faire beaucoup de choses différentes. Je suis encore en train d'apprendre mes responsabilités.”

Elle précise que ces tâches consistent notamment à s'occuper du camp pour enfants en été, à organiser le Jolly Jamboree, le Halloween Howl, la foire d'automne et l'aventure en plein air du printemps.

“J'ai déjà organisé des événements, mais pas à cette échelle”, reconnaît Mme Wagner, dont le partenaire, Mark, est technicien NEDEX à la 17e Escadre.

“J'adore ça. C'est une équipe formidable. Tout le monde a été très accueillant et très gentil.”

“Matt Hamilton est une personne fantastique. Il veut entendre toutes sortes d'idées différentes. Nous échangeons des idées entre nous”.

Elle souhaite également lancer une soirée sociale mensuelle pour les membres de la CAF et leurs conjoints.

“Ils pourraient sortir, profiter de la soirée et découvrir Winnipeg”, a déclaré Mme Wagner.

“Je sais que beaucoup de gens viennent ici en cours et sont affectés. Ce que j'apprends, c'est que les autres bases

Ms. Wagner.

“She will fit in well with our team,” Mr. Hamilton said during a telephone interview. “Khristin brings some new and exciting ideas to Com Rec.”

With a background in health care, Ms. Wagner had been working for the past 13 years in a local care home.

“Before that I worked as a camp counsellor for the Manitoba Developmental Centre in Portage la Prairie,” she said during an interview in The Voxair office on August 29.

“I had my education at Red River College where I specialized in geriatrics. I always had a passion for working with elderly people and people with disabilities. Now, I'm expanding into the community sector.”

Ms. Wagner, who was born in Saskatoon, Saskatchewan but raised in Alberta before moving to Manitoba when she was older, noted that the pandemic was difficult for everyone.

“There have been a lot of changes with restrictions and it was restrictive when it came to recreation programs,” she said.

“When this job came along, it was really exciting for me to work with the community and with the military and to do a lot of different things. I'm still learning my responsibilities.”

She pointed out that those tasks include looking after the children's camp in the summer, organizing the Jolly Jamboree, the Halloween Howl, the Fall Fair, and the springtime Outdoor Adventure.

“I've done events before but not to this scale,” Ms. Wagner, whose partner, Mark, is an EOD tech at 17 Wing, ac-

knowledged.

“I love it. It's such a great team. Everybody has been really accepting and so nice.”

“Matt Hamilton is a fantastic person. He wants to hear all kinds of different ideas. We bounce ideas off each other.”

She also wants to start a monthly social evening event for CAF members and their spouses.

“They can come out and enjoy the evening and just experience Winnipeg,” Ms. Wagner said.

“I know a lot of people come here on course and get posted. What I'm learning is that other bases don't get the opportunity to be in a city like Winnipeg.”

“So when they come to Winnipeg they don't really know anything past Portage Avenue. This will be an opportunity to get them out and learn about the city, and socialize with other people and having fun.”

Ms. Wagner mentioned that she's already planned a couple of outings for interested members-- an evening at Assiniboine Downs for horseracing in September, and a brewery tour of Winnipeg sometime in October.

“I can certainly set up any type of outing for people who want to do something new in Winnipeg,” she said.



n'ont pas l'occasion d'être dans une ville comme Winnipeg.

“Ainsi, lorsqu'ils arrivent à Winnipeg, ils ne connaissent rien au-delà de l'avenue Portage. Ce sera l'occasion de les faire sortir et d'apprendre à connaître la ville, de socialiser avec d'autres personnes et de s'amuser.”

Mme Wagner a mentionné qu'elle a déjà planifié quelques sorties pour les membres intéressés : une soirée à Assiniboine Downs pour les courses de chevaux en septembre, et une visite de brasserie à Winnipeg en octobre.

“Je peux certainement organiser n'importe quel type de sortie pour les personnes qui veulent faire quelque chose de nouveau à Winnipeg”, a-t-elle déclaré.



# Soldier On Sports Camp

by Martin Zeilig, Voxair Photojournalist



Wheelchair Basketball Photo: Dan Whittaker, Soldier On

For Captain (ret) Colleen Kelly-Wardle, adaptive sports has opened up, in her words, “a whole new world” of activity.

The 28 year member of the Canadian Armed Forces, who retired on April 4, 2022, was one of ten participants in a three day, August 16-18, adaptive sports camp, sponsored by Soldier On and PSP, in Building 21—the old 17 Wing gymnasium.

Dan Whittaker, the regional coordinator for MB/SK/NW Ontario for Soldier On, organized the camp.

The camp was designed to afford Soldier On members from CFB Winnipeg an opportunity to come out and try adaptive sports and get a feel of what it’s like, Mr. Whittaker said during an interview on August 16 in Building 21.

The adaptive sports being tried out were wheelchair basketball, wheelchair volleyball, wheelchair rugby, para-archery at the outdoor archery range off Whytewold Road, and also disc golf at the disc golf course behind Building 90.

Instructors from the respective adaptive sports were present to demonstrate proper techniques in their respective sport.

“We want them to see how much fun they will have in the different types of adaptable sports,” Mr. Whittaker said.

Soldier On is a program of the Canadian Armed Forces (CAF) which contributes to the recovery of ill and injured CAF members and veterans by providing opportunities and resources through sport, recreational, and creative activities, says

the Soldier On website.

Soldier On is recognized for improving the quality of life of the ill and injured and is a highly visible and integral component of the Department of National Defence, and the CAF’s commitment to the care of ill and injured members. Generous Canadians support the program through donations and fundraising to the Soldier On Fund, which is managed by Canadian Forces Morale and Welfare Services.

Since 2007, Soldier On has supported over 10,000 ill and injured members using sport and physical recreational activities to enable social support, build confidence in their abilities and realize their full potential.

Capt (ret) Kelly-Wardle noted that she had participated in seated volleyball, swimming and rowing at the 2022 Invictus Games in The Hague.

“Adaptive sports has given me back the ability to be an active person,” she said.

“I want to learn more sports and make some contacts to get more involved in sports in the local community.

“I have a number of disabilities that caused me to be medically released from the military. I used to do long distance triathlons. Adaptive sports helps keep me active. Now I can have fun and have a workout without hurting myself.

“I also want to make sure that serving members know about Soldier On and what’s available.”

Chris Bird, from Brandon, Manitoba,

and a member of the Canadian Men’s Sitting Volleyball Team for a decade now, was instructing at the session on August

16.

“I’m a right leg amputee as a result of a motor vehicle accident at age sixteen,” he said, noting that he works as an accountant.

“I had some trouble adapting to life as an amputee because I valued being an athlete for so long. It was about a decade before I was introduced to adaptive sports. What keeps me going is the hope of introducing more injured people into adaptive sports.”

Joey Johnson, the program coordinator with the Manitoba Wheelchair Sports Association and the assistant coach for Canadian Men’s Wheelchair Basketball Team, was also in attendance that day.

“As a former athlete, I’ve competed at five Paralympic Games. I’ve coached two Paralympic Games and at the recent Commonwealth Games in Birmingham, England.

“I’ve tried every adaptive sport,” said Mr. Johnson, noting that he played 19 years with the Canadian Men’s Wheelchair Basketball Team and won three gold medals and a silver medal over that time span.

“Growing up, I played a lot of sports. I love opportunities like this and being able to share wheelchair basketball with others is great. If this could lead somebody down a path to play wheelchair basketball then even better.”

Mr. Whittaker, a former 33 year member of the CAF, also pointed out that the camp was free for participants.

“We also have a Soldier On grant program to help members purchase equipment,” he said.

“For me, it’s not about the job, but having the opportunity of watching a person grow through participation in sport and our other activities.”

For further information visit the Soldier On website: [www.soldieron.ca](http://www.soldieron.ca)

Email: [dan.whittaker@forces.gc.ca](mailto:dan.whittaker@forces.gc.ca)

Office telephone: (204) 833-2500 ext. 4918



Free Home Evaluation

Buying or Selling

Contact me for Incentives

Limited time only

ROYAL LEPAGE  
DIAMOND  
AWARD 2020

ROYAL LEPAGE  
10 CLUB DES  
DIX 2019  
INDIVIDUAL - MANITOBA

ROYAL LEPAGE  
10 TOP TEN  
AWARD 2020  
INDIVIDUAL - MANITOBA

*Mary Jay* HEBERT

204-510-5552

Royal LePage Dynamic Real Estate







**Trudy M. Johnson, B.A.**

Sales Representative



Cell: 204.930.1680  
www.sutton.com  
Email: [trudyj@mts.net](mailto:trudyj@mts.net)

40th year of Professional Success in the Winnipeg Real Estate Market

# Soldier On Sports Camp

par Martin Zeilig, Voxair Photojournalist



Wheelchair Basketball. Photo: Dan Whittaker, Soldier On

Pour le capitaine (retraité) Colleen Kelly-Wardle, les sports adaptés ont ouvert, selon ses mots, “ un tout nouveau monde “ d’activités.

Cette membre des Forces armées canadiennes depuis 28 ans, qui a pris sa retraite le 4 avril 2022, était l’une des dix participants à un camp de sports adaptés de trois jours, du 16 au 18 août, parrainé par Soldat en mouvement et les PSP, dans le bâtiment 21 - l’ancien gymnase de la 17e Escadre.

Dan Whittaker, coordonnateur régional du programme Sans limites pour le Manitoba, la Saskatchewan et le Nord-Ouest de l’Ontario, a organisé le camp.

Le camp a été conçu pour donner aux membres du programme Sans limites de la BFC Winnipeg l’occasion de venir essayer des sports adaptés et de se faire une idée de ce que c’est, a déclaré M. Whittaker lors d’une entrevue le 16 août au bâtiment 21.

Les sports adaptés qui ont été essayés étaient le basket-ball en fauteuil roulant, le volley-ball en fauteuil roulant, le rugby en fauteuil roulant, le tir à l’arc au champ de tir extérieur près du chemin Whyte-world et le disc golf au terrain de disc golf derrière le bâtiment 90.

Des instructeurs des différents sports adaptés étaient présents pour montrer les techniques appropriées dans leur sport respectif.

“ Nous voulons qu’ils voient à quel point ils s’amuse dans les différents types de sports adaptatifs “, a déclaré M.

Whittaker.

Le programme Sans limites est un programme des Forces armées canadiennes (FAC) qui contribue au rétablissement des membres et des anciens combattants malades ou blessés des FAC en leur offrant des possibilités et des ressources par le biais d’activités sportives, récréatives et créatives, peut-on lire sur le site Web du programme Sans limites.

Le programme Sans limites est reconnu pour améliorer la qualité de vie des malades et des blessés et constitue une composante très visible et intégrale de l’engagement du ministère de la Défense nationale et des FAC à l’égard des soins aux membres malades et blessés. Les généreux Canadiens appuient le programme par des dons et des collectes de fonds au Fonds Sans limites, qui est géré par les Services de bien-être et de maintien du moral des Forces canadiennes.

Depuis 2007, le programme Sans limites a soutenu plus de 10 000 membres malades et blessés en utilisant le sport et les activités physiques récréatives pour favoriser le soutien social, renforcer la confiance en leurs capacités et réaliser leur plein potentiel.

Le Capt (ret) Kelly-Wardle a souligné qu’elle avait participé au volley-ball assis, à la natation et à l’aviron aux Jeux Invictus de 2022 à La Haye.

“Les sports adaptés m’ont redonné la capacité d’être une personne active”, a-t-elle déclaré.

“Je veux apprendre d’autres sports et

établir des contacts pour m’impliquer davantage dans le sport au sein de la communauté locale.

“J’ai un certain nombre de handicaps qui m’ont valu d’être libérée de l’armée pour des raisons médicales. J’avais l’habitude de faire des triathlons longue distance. Le sport adapté m’aide à rester actif. Maintenant, je peux m’amuser et faire de l’exercice sans me faire mal.

“Je veux aussi m’assurer que les militaires connaissent Soldat en mouvement et savent ce qui est disponible.”

Chris Bird, de Brandon, au Manitoba, est membre de l’équipe canadienne masculine de volley-ball assis depuis une décennie, et était instructeur lors de la séance du 16 août.

“Je suis amputé de la jambe droite à la suite d’un accident de la route survenu à l’âge de seize ans”, a-t-il déclaré, précisant qu’il travaille comme comptable.

“J’ai eu quelques difficultés à m’adapter à la vie d’amputé parce que j’ai valorisé le fait d’être un athlète pendant si longtemps. Il a fallu attendre une dizaine d’années pour que je découvre les sports adaptés. Ce

qui me pousse à continuer, c’est l’espoir d’introduire davantage de personnes blessées dans les sports adaptés.”

Joey Johnson, coordonnateur du programme de la Manitoba Wheelchair Sports Association et entraîneur adjoint de l’équipe canadienne masculine de basket-ball en fauteuil roulant, était également présent ce jour-là.

“En tant qu’ancien athlète, j’ai participé à cinq Jeux paralympiques. J’ai été entraîneur à deux Jeux paralympiques et aux récents Jeux du Commonwealth à Birmingham, en Angleterre.

“J’ai essayé tous les sports adaptés “, a déclaré M. Johnson, soulignant qu’il a joué pendant 19 ans avec l’équipe canadienne masculine de basket-ball en fauteuil roulant et qu’il a remporté trois médailles d’or et une médaille d’argent au cours de cette période.

“En grandissant, j’ai pratiqué beaucoup de sports. J’adore les occasions comme celle-ci et c’est formidable de pouvoir partager le basket-ball en fauteuil roulant avec d’autres. Si cela peut amener quelqu’un à jouer au basket en fauteuil roulant, c’est encore mieux.”

M. Whittaker, un ancien membre de la CAF depuis 33 ans, a également souligné que le camp était gratuit pour les participants.

“Nous avons également un programme de subventions Soldat en mouvement pour aider les membres à acheter de l’équipement”, a-t-il déclaré.

“Pour moi, il ne s’agit pas du travail, mais d’avoir la possibilité de voir une personne grandir en participant à un sport et à nos autres activités.”

Pour plus d’informations, visitez le site Web de Soldat en mouvement : [www.soldieron.ca](http://www.soldieron.ca).

Courriel : [dan.whittaker@forces.gc.ca](mailto:dan.whittaker@forces.gc.ca)  
Téléphone au bureau : (204) 833-2500, poste 4918

Cellulaire : (204) 583-1163

**HABING LAVIOLETTE**  
BARRISTERS, SOLICITORS & NOTARIES



**RONALD HABING**  
BA. LL.B.

**SIDNEY LAVIOLETTE**  
BA. LL.B.

**KENNY S.R. COSTA**  
BA.(HON)J.D.

REAL ESTATE & MORTGAGES | WILLS & ESTATES  
FAMILY LAW | BUSINESS LAW

**2643 Portage Avenue**

Phone: (204) 832.8322 | Fax: 832.3906  
[info@habinglaviolette.com](mailto:info@habinglaviolette.com)

THE  
**VOXAIR**

Instagram @voxair

Facebook @17WingVoxair

# Padre Antin Sloboda

by Martin Zeilig, Voxair Photojournalist



Padre Sloboda deployed to Poland. Photo credit: Canadian Forces

Captain Padre Antin Sloboda feels “grateful” for being able to participate in Operation Reassurance, a recent Canadian Armed Forces humanitarian mission to help Ukrainian war refugees.

But, as Padre Sloboda stressed, he also felt “sad” that Russia’s unprovoked and genocidal war of aggression against Ukraine is continuing and people in his homeland are still suffering. The illegal invasion took place on February 24, 2022.

Operation Reassurance (OpRe) is an initiative of the Canadian Armed Forces (CAF) which dates from 2014, when NATO partners “agreed upon and began to enact a series of military measures on 16 April 2014,” in response to the February 2014 annexation of Crimea by the Russian Federation, notes the Government of Canada website.

Human rights specialist Akaash Maharaj, Ambassador-at-Large for the Global Organization of Parliamentarians Against Corruption (GOPAC), says Russia’s invasion of Ukraine is unambiguously genocidal. He leads GOPAC’s project on international prosecution of Crimes Against Humanity, its work on reconciliation in post-conflict states, and its efforts to strengthen integrity in the global sport system.

The United Nations Convention on the Prevention and Punishment of the Crime of Genocide has been ratified by both Russia and Ukraine, Mr. Akaash wrote in an email message to The Voxair reporter.

It defines genocide as “acts committed with intent to destroy, in whole or in part, a national, ethnic, racial, or religious group, as such.”

“Vladimir Putin is not attempting to eliminate the physical existence of the Ukrainian people, but he is certainly trying to extinguish the existence of a Ukrainian national and ethnic identity,” Mr. Akaash, who is based in Toronto, Ontario, said.

“Moreover, the killing of civilians, the ethnic cleansing of occupied territories, and the forced deportation of children are all specifically banned by the Convention as acts of genocide. Russian forces have committed all these acts against the Ukrainian people.”

The mission that Padre Sloboda and 120 other CAF personnel participated in lasted from April 12-August 1.

“We worked primarily with the Polish Territorial Defence Force,” Padre Sloboda, who was born and raised in the western Ukrainian city of Lviv, said during an in-person interview with The Voxair on September 13.

“We came at the invitation of the Polish Government to assist at the refugee centres. I went as a Chaplain, and because of my linguistic abilities.”

Besides Ukrainian and English, he also speaks Russian and Polish.

“The experience in Poland was very meaningful and I’m happy to have gone to help Ukrainian refugees,” Padre Sloboda said.

“It was a privilege because when you’re in Canada, you follow the news and help through charities, but when you’re there, you see the realities and war is ever present.”

The CAF members helped refugees who stayed at two large refugee centres in Warsaw.

“We also assisted at two huge soup kitchen projects,” Padre Sloboda said.

“At one of those kitchens, 10,000 people would come to receive meals. As a chaplain, I would provide emotional and pastoral and counselling support, whatever existential grief they were going through.”

He observed that on a daily basis, the chaplains would see about 30 individuals each.

“We would talk to them for at least ten minutes,” he added.

“I’d say that fifty percent of the people came with extreme trauma. They were running from extreme violence. They lost a lot in Ukraine.

“This is not an easy situation to be in, including for chaplains, but compared to what those people are going through, this is out of our imagination.

“We were helping mostly women and children, some elderly and some men. Most of them have family in Ukraine, like husbands and/or elderly parents who didn’t move with them. They came with an idea that they would stay for three or four weeks, and then got stuck and are



Padre Sloboda deployed to Poland. Photo credit: Canadian Forces

still staying in refugee centres.”

He recalled one woman, in her late 50s, and her 80-year-old mother.

“They had a greenhouse business in Marioupol,” Padre Sloboda said. “It was all destroyed.”

Marioupol, a city on the north coast of the Sea of Azov at the mouth of the Kalmius River, is in the Pryazovia region of Ukraine, notes Wikipedia.

Prior to the 2022 Russian invasion of Ukraine and its capture by Russia, it was the tenth-largest city in Ukraine and the second-largest in Donetsk Oblast, with an estimated population of 431,859, according to a 2021 census estimate. Following its capture, after a fierce and heroic resistance by Ukrainian defenders, the population is now estimated to be less than 100,000, according to Ukrainian authorities.

The two women told Padre Sloboda that even their dogs were killed by the Russian artillery shelling.

“The Russians were targeting what-

ever they could,” he said.

The Russians used the barking dogs as a target and shelled the home, Padre Sloboda continued.

“When the war started, lots of people hid in their basements for five weeks. They never left the basements.

“They ate pickles and drank water from the heating pipes. One refugee said her husband got so sick that he died in the basement. They could not bury him and took him in the backyard, and buried him there in a little hole they dug. Now, they want to return to Marioupol to give him a proper burial.”

Padre Sloboda reflected that his mind is filled with so many similar stories.

“The hardest hit areas were the Russian hit areas,” he said.

“People were so upset that Russia came to ‘liberate’ them even though they were never oppressed. ‘We could speak Russian or Ukrainian. We had a happy life.’”

Slava Ukraini! Herojem Slava!



Padre Sloboda deployed to Poland. Photo credit: Canadian Forces

# Padre Antin Sloboda

par Martin Zeilig, Voxair Photojournalist

Le capitaine Padre Antin Sloboda se sent "reconnaissant" d'avoir pu participer à l'opération Reassurance, une récente mission humanitaire des Forces armées canadiennes visant à aider les réfugiés de guerre ukrainiens.

Mais, comme l'a souligné le Padre Sloboda, il se sent aussi "triste" que la guerre d'agression génocidaire et non provoquée de la Russie contre l'Ukraine se poursuive et que les gens de sa patrie souffrent toujours. L'invasion illégale a eu lieu le 24 février 2022.

L'opération Reassurance (OpRe) est une initiative des Forces armées canadiennes (FAC) qui date de 2014, lorsque les partenaires de l'OTAN "se sont mis d'accord et ont commencé à mettre en œuvre une série de mesures militaires le 16 avril 2014", en réponse à l'annexion de la Crimée par la Fédération de Russie en février 2014, note le site du gouvernement du Canada.

Le spécialiste des droits de l'homme Akaash Maharaj, ambassadeur itinérant de l'Organisation mondiale des parlementaires contre la corruption (GOPAC), affirme que l'invasion de l'Ukraine par la Russie est sans ambiguïté génocidaire. Il dirige le projet de la GOPAC sur les poursuites internationales des crimes contre l'humanité, ses travaux sur la réconciliation dans les États sortant d'un conflit et ses efforts pour renforcer l'intégrité du système sportif mondial.

La Convention des Nations Unies pour la prévention et la répression du crime de génocide a été ratifiée par la Russie et l'Ukraine, a écrit M. Akaash dans un message électronique adressé au journaliste de Voxair.

Elle définit le génocide comme "des actes commis dans l'intention de détruire, en tout ou en partie, un groupe national, ethnique, racial ou religieux, comme tel".

"Vladimir Poutine ne tente pas d'éliminer l'existence physique du peuple ukrainien, mais il essaie certainement d'éteindre l'existence d'une identité nationale et ethnique ukrainienne", a déclaré M. Akaash, qui est basé à Toronto, en Ontario.

"De plus, le meurtre de civils, le nettoyage ethnique de territoires occupés et la déportation forcée d'enfants sont tous spécifiquement interdits par la Convention en tant qu'actes de génocide. Les forces russes ont commis tous ces actes contre le peuple ukrainien."

La mission à laquelle le Padre Sloboda et 120 autres membres des FAC ont participé a duré du 12 avril au 1er août.

"Nous avons travaillé principalement avec la Force de défense territoriale polonaise", a déclaré Padre Sloboda, qui est né et a grandi dans la ville de Lviv, dans l'ouest de l'Ukraine, lors d'un entretien en personne avec The Voxair le 13 septembre.

"Nous sommes venus à l'invitation du gouvernement polonais pour aider dans les centres de réfugiés. J'y suis allé en tant qu'aumônier, et en raison de mes capacités linguistiques."

Outre l'ukrainien et l'anglais, il parle également le russe et le polonais.

"L'expérience en Pologne a été très significative et je suis heureux d'être allé aider les réfugiés ukrainiens", a déclaré Padre Sloboda.

"C'était un privilège car quand on est au Canada, on suit les nouvelles et on aide par le biais d'organismes de bienfaisance, mais quand on est sur place, on voit les réalités et la guerre est toujours présente."

Les membres de la CAF ont aidé les réfugiés qui séjournaient dans deux grands centres de réfugiés à Varsovie.

"Nous avons également apporté notre

aide à deux énormes projets de soupe populaire", a déclaré Padre Sloboda.

"Dans l'une de ces cuisines, 10 000 personnes venaient recevoir des repas. En tant qu'aumônier, j'apportais un soutien émotionnel et pastoral et des conseils, quel que soit le chagrin existentiel qu'ils traversaient."

Il a observé qu'au quotidien, les aumôniers voyaient environ 30 personnes chacun.

"Nous leur parlions pendant au moins dix minutes", a-t-il ajouté.

"Je dirais que cinquante pour cent des personnes sont arrivées avec un traumatisme extrême. Ils fuyaient une violence extrême. Ils ont beaucoup perdu en Ukraine."

"Ce n'est pas une situation facile à vivre, y compris pour les aumôniers, mais comparé à ce que ces gens vivent, cela dépasse notre imagination."

"Nous avons aidé principalement des femmes et des enfants, quelques personnes âgées et quelques hommes. La plupart d'entre eux ont de la famille en Ukraine, comme des maris et/ou des parents âgés qui n'ont pas déménagé avec eux. Ils sont venus avec l'idée qu'ils resteraient trois ou quatre semaines, puis se sont retrouvés coincés et sont toujours dans des centres de réfugiés."

Il se souvient d'une femme, d'une cinquantaine d'années, et de sa mère de 80 ans.

"Elles avaient une entreprise de serres à Marioupol", a déclaré Padre Sloboda. "Tout a été détruit".

Marioupol, une ville située sur la côte nord de la mer d'Azov à l'embouchure de la rivière Kalmius, se trouve dans la région de Pryazovia en Ukraine, note Wikipédia.

Avant l'invasion de l'Ukraine par la Russie en 2022 et sa prise par la Russie,

elle était la dixième ville d'Ukraine et la deuxième de l'oblast de Donetsk, avec une population estimée à 431 859 habitants, selon une estimation du recensement de 2021. Suite à sa prise, après une résistance farouche et héroïque des défenseurs ukrainiens, la population est désormais estimée à moins de 100 000 habitants, selon les autorités ukrainiennes.

Les deux femmes ont raconté au Padre Sloboda que même leurs chiens ont été tués par les bombardements de l'artillerie russe.

"Les Russes visaient tout ce qu'ils pouvaient", a-t-il dit.

Les Russes ont utilisé les chiens aboyeurs comme cible et ont bombardé la maison, poursuit Padre Sloboda.

"Quand la guerre a commencé, beaucoup de gens se sont cachés dans leurs sous-sols pendant cinq semaines. Ils n'ont jamais quitté les sous-sols."

"Ils mangeaient des cornichons et buvaient l'eau des tuyaux de chauffage. Une réfugiée a dit que son mari était tellement malade qu'il est mort dans la cave. Ils ne pouvaient pas l'enterrer et l'ont emmené dans la cour arrière, et l'ont enterré là dans un petit trou qu'ils ont creusé. Maintenant, ils veulent retourner à Marioupol pour lui donner un enterrement décent".

Padre Sloboda a réfléchi au fait que son esprit est rempli de tant d'histoires similaires.

"Les zones les plus durement touchées étaient les zones frappées par la Russie", a-t-il dit.

"Les gens étaient tellement contrariés que la Russie vienne les 'libérer' alors qu'ils n'ont jamais été opprimés. Nous pouvions parler russe ou ukrainien. Nous avions une vie heureuse."

Slava Ukraini ! Herojem Slava !

THE VOXAIR

Say

"Thank You"

TO OUR ADVERTISERS

by visiting them and doing business with them.

They make this publication possible.

(And be sure to tell them that you saw their ad in The Voxair!)

JOIN CANADA'S LARGEST PRIVATE SECTOR EMPLOYER OF VETERANS

SUPPORTING MILITARY MEMBERS, VETERANS AND THEIR FAMILIES

- DIVERSE OPPORTUNITIES  
We do more than security!
- FLEXIBLE SCHEDULE  
Full and part-time jobs available
- PROFESSIONAL DEVELOPMENT  
Education and training programs
- NOT-FOR-PROFIT  
>90% of revenue goes to our employees in wages, benefits & training



COMMISSIONAIRES

- Winnipeg and Brandon
- 204-942-5993
- admin@commissionaires.mb.ca
- commissionaires.ca/manitoba

What happens when you don't advertise?  
Very little.

THE VOXAIR

# GCWCC Toonie Walk and Run 2022

by Martin Zeilig, Voxair Photojournalist

Decked out in a green and white Saskatchewan Roughriders football jersey and shorts, Colonel Aaron Spott, 17 Wing Commanding Officer, chatted with a couple of colleagues behind Building 90 just prior to the morning start of the 2022 Toonie Walk and Run on a sunny September 7.

Col Spott was one of over 150 participants, both military and civilian employees, at the start of the annual Government of Canada Workplace Charitable Campaign.

The three kilometre walk and the five k run took place, as always, at the sports field and past the PMQs (military housing). Sean Kochalyk, a PSP fitness instructor, was the OPI. Dawn Redahl, PSP Sports Coordinator, led the heart thumping warmup prior to the walk and run.

The GCWCC is the largest and most

generous charitable campaign in Canada, says the Government of Canada website. Every year, federal public servants and retirees raise awareness and funds to help the people and communities who need it most. Whether it is a friend, a neighbour or a community foodbank, your donation makes a difference. Supporting charities is a personal choice, so you can donate to the causes you care about most. Find out more on Getting to Know the GCWCC.

This year's GCWCC theme is Walk this Way.

"It's great to see everyone come out today," Col Spott said to a reporter.

"As we come out of the pandemic a little bit, we'll have to learn to live with COVID. We have to live life. This event is our kickoff event for the GCWCC, so it's nice to see the participation of the crowd today and the representation from the

critical and lodger units today."

Luis Kiss, Sponsored Executive with the United Way, was one of the invited guests.

"I'm here because the United Way means a lot to me," he said during an interview.

"It's a way to help people out. Many people go through life with pain and sorrow. Personally, I suffer from PTSD. I'm a former member of the CAF. I was stationed on the HMCS Kootenay for three years, then I worked for Federal Corrections for 25 years. I saw many things that most people wouldn't want to see.

"The United Way represents hope for me—to help people get their life started and forget their past. When you have PTSD like myself, you forget, to carry on, but you never really forget."

The United Way sponsors 125 differ-

ent organizations, such as 211—which is integrated with the 911 emergency telephone number, he said.

"It's available to anybody," Mr. Kiss added.

Meanwhile, Pat Strelic, who works at civilian human resources at Wing HQ, was enjoying the morning walk with two colleagues when a reporter caught up to them.

"I think it's going to a great cause," said Ms. Strelic, a longtime employee at 17 Wing.

"I'm really happy to be out with people today."

Klay Wang, who also works at civilian human resources, remarked that this was his first time taking part in the Toonie Walk.

"It's great," he said. "It's for a great cause as well."

# Marche et course Toonie 2022 de la CCMTGC

par Martin Zeilig, Voxair Photojournalist

Vêtu d'un maillot de football vert et blanc des Saskatchewan Roughriders et d'un short, le Colonel Aaron Spott, commandant de la 17e Escadre, a discuté avec quelques collègues derrière le bâtiment 90 juste avant le départ matinal de la marche et course Toonie 2022, le 7 septembre ensoleillé.

Le Col Spott était l'un des plus de 150 participants, employés militaires et civils, au début de la campagne annuelle de charité en milieu de travail du gouvernement du Canada.

La marche de trois kilomètres et la course de cinq kilomètres se sont déroulées, comme toujours, sur le terrain de sport et devant les LF (logements militaires). Sean Kochalyk, un instructeur de conditionnement physique des PSP, était le BPR. Dawn Redahl, coordonnateur des sports des PSP, a dirigé l'échauffement qui a fait battre le cœur des participants avant la marche et la course.

La CCMTGC est la campagne de

charité la plus importante et la plus généreuse au Canada, indique le site Web du gouvernement du Canada. Chaque année, les fonctionnaires fédéraux et les retraités sensibilisent le public et recueillent des fonds pour aider les personnes et les collectivités qui en ont le plus besoin. Qu'il s'agisse d'un ami, d'un voisin ou d'une banque alimentaire communautaire, votre don fait une différence. Le soutien aux organismes de bienfaisance est un choix personnel, vous pouvez donc faire un don pour les causes qui vous tiennent le plus à cœur. Pour en savoir plus, consultez la rubrique Apprendre à connaître la CCMTGC.

Le thème de la CCMTGC de cette année est "Walk this Way".

"C'est formidable de voir tout le monde venir aujourd'hui", a déclaré le colonel Spott à un journaliste.

"Alors que nous sortons un peu de la pandémie, nous allons devoir apprendre à vivre avec le COVID. Nous devons vivre

notre vie. Cet événement est notre événement de lancement pour la CCMTGC, alors c'est agréable de voir la participation de la foule aujourd'hui et la représentation des unités critiques et des unités d'hébergement aujourd'hui."

Luis Kiss, cadre sponsorisé de Centraide, était l'un des invités.

"Je suis ici parce que Centraide signifie beaucoup pour moi", a-t-il déclaré lors d'une interview.

"C'est un moyen d'aider les gens. Beaucoup de gens traversent la vie avec de la douleur et du chagrin. Personnellement, je souffre de SSPT. Je suis un ancien membre des FAC. J'ai été stationné sur le NCSM Kootenay pendant trois ans, puis j'ai travaillé pour les services correctionnels fédéraux pendant 25 ans. J'ai vu beaucoup de choses que la plupart des gens ne voudraient pas voir.

"Pour moi, Centraide représente l'espoir - aider les gens à reprendre leur vie en main et à oublier leur passé. Quand

on souffre de SSPT comme moi, on oublie, pour continuer, mais on n'oublie jamais vraiment."

Centraide parraine 125 organisations différentes, comme le 211 - qui est intégré au numéro d'urgence 911, dit-il.

"C'est à la disposition de tout le monde", ajoute M. Kiss.

Pendant ce temps, Pat Strelic, qui travaille aux ressources humaines civiles au QG de l'escadre, profitait de la promenade matinale avec deux collègues lorsqu'un journaliste les a rattrapés.

"Je pense que c'est pour une grande cause", a déclaré Mme Strelic, une employée de longue date de la 17e Escadre.

"Je suis vraiment heureuse d'être dehors avec les gens aujourd'hui".

Klay Wang, qui travaille également aux ressources humaines civiles, a fait remarquer que c'était la première fois qu'il participait à la Toonie Walk.

"C'est génial", a-t-il dit. "C'est aussi pour une grande cause".

 **Barala Kennels**  
YOUR PET'S HOME AWAY FROM HOME 

- BOARDING ALL BREEDS OF CATS AND DOGS
- INDIVIDUAL QUARTERS AND OUTDOOR RUN
- PET EXERCISE AND PLAY AREA
- SEPARATE CAT FACILITIES
- CENTRAL AIR CONDITIONED AND HEATED KENNELS

OWNERS: GARTH AND SARA GRANT  
Email: barala@mts.net www.baralakennels.com 633-2629

PROUD OF OUR PAST



PROTECTING OUR FUTURE

Welcome...

**ST. JAMES LEGION**  
Branch No. 4  
Royal Canadian Legion  
1755 Portage Avenue  
Winnipeg, Manitoba

**CHASE THE ACE**  
Tuesday 6 pm

**TEXAS HOLD 'EM**  
Tuesday 7 pm

**ZUMBA**  
Tuesday / Thursday 10-11 am

**DANCE TO LIVE BANDS**  
Friday 7:30 - 11:30 pm

**MEAT DRAWS**  
Friday 5 - 7 pm  
Saturday 2 - 5 pm

**Crestview Veterinary Hospital**



888-7463  
3025 Ness Ave.  
(Corner of Ness and Sturgeon Rd.)

*Privately Owned and Operated*

Medicine Surgery Ultrasound Dentistry Vaccinations

share your story

We want to hear it. Submit your story to [voxairmgr@gmail.com](mailto:voxairmgr@gmail.com).

# Choosing the Right Dog Treat

by Kelley Post



Kelley and Larry Post Dogs Penny, Peachy and Chewy Photo by Kelley Post

Your dog, you want to show them your love, and what better way than to feed them a delicious treat! What do you give your dog that would be in addition to their regular nutritional food? Pet nutritionists tell us that dog treats should be no more than 10% of a dog's daily diet. Feeding more than 10%, especially on a regular basis can result in obesity and on-going health problems.

A 20 lb dog, depending on his activity level will only burn about 700 calories a day. The average grocery store dog biscuit is about 125 calories per biscuit. Two or three biscuits would add up in a hurry.

Table scraps may seem like a harmless way to give your dog something extra that he may be begging for already. However, most people's food tends to be high in fat and sugar and can mess up a dog's digestive system. When your dog

eats people's food, it can ruin their appetite for nutritionally balanced dog food that they should be eating. So, when your dog suddenly doesn't care for his regular nutritionally balanced pet food, ask yourself and the other members of the household, what have you been feeding them for treats?

There are many, many different types of dog treats on the market, and trying to pick out something that is good for your dog and that your dog is going to like can be challenging.

How to Read the Label

When you are picking out a treat, you need to know what to look for and what to avoid.

What to Look for:

- A short list of ingredients
- High-quality whole food that is listed first

- Local and Canadian-based ingredients

- Natural preservatives vitamin C and E (mixed tocopherols)

- Natural humectants, that is the stuff that holds the treats together and adds the moisture to the chewy treats, like molasses and vegetable glycerin

What to Avoid:

- Sweeteners and salt
- Long ingredient lists
- Chemicals and artificial flavors
- Chemical preservatives such as butylated-hydroxy anisole (BHA) butylated hydroxytoluene (BHT) and ethoxyquin

- Chemical humectants

There are many different types of treats and different reasons to choose them. The size of your dog is important. A big dog such as our Saint Bernard, Penny, loves to chew on a large, long-lasting bully stick. This is a single ingredient, high protein beef muscle with no preservatives. Other hard chewing treats such as Greenies and other dental chews are made from plant-based digestible material and this can help to scrape the plaque off the dog's teeth

Single-ingredient animal parts can provide high protein, extremely flavorful food for finicky dogs and sensitive stomachs. Some of these can include lamb lung, beef liver, duck heart and antlers to name a few.

Crunchy treats can come in several different varieties, and this is where you should pay close attention to the ingredient list watching for calories and chemicals, and no salt, or sweeteners. Whole wheat flour and oats are a good base. There are also grain-free options.

Soft and chewy treats are excellent for training and smaller dogs. These treats have a higher moisture content and contain humectants, and some can be rather smelly. These are easier to carry out on

a walk and good to have on hand for the food-motivated dog. An example of these would be the Kettle Craft varieties for dogs and cats.

Dehydrated or Freeze-Dried meat treats can also be great training treats and good for smaller dogs as well. These are usually 100% protein with no additives. Some examples would be cod skins, salmon skins, chicken, and liver from Granville Island Pet Treatery and One Only Treats, both out of BC. It is important to get this kind of treat from a reputable source. Fruits and vegetables such as sweet potatoes and apples can be made at home using a dehydrator or oven.

Some human foods can be used as treats as well such as a carrot or other vegetables. Some dogs like certain vegetables while others won't touch them. Peanut butter can be used as a treat, but use only natural peanut butter that does not include xylitol which is an artificial sweetener that is toxic to dogs. Items to avoid are onions, grapes, raisins, chocolate, and caffeine.

There are many reasons to share treats with our dogs. Training your dog with treats is a common way to encourage your dog to follow directions and be of good behavior. Rewarding your dog with treats can be highly motivational. A long-lasting treat can fill their time and encourage the dog to chew on an appropriate item instead of a chair leg or other inappropriate item. Cleaning their teeth with treats can be beneficial to their oral health but cannot replace regular brushing of the dogs' teeth. There are also many treats that could add to the functional food that the dog consumes. If you have a finicky eater or need to hide some medication maybe a treat would be the answer.

If you have a pet-related story that we could share in the VoxAir contact Kelley at [klpost@hotmail.com](mailto:klpost@hotmail.com)

## Faith and Life

### 17 Wing Chaplain Team

**Maj Paul Gemmiti**  
Wing Chaplain, Team Leader  
and FCC (RC)  
B137, Ground Floor, Rm 156A/157  
Phone ext 4885

**Capt Joshua Falk**  
Unit Chaplain and FCC (P)  
B64, Ground Floor, Rm 112  
Phone ext 5087

**Capt Antin Sloboda**  
Unit Chaplain  
H16, 3rd Floor, Rm 3290  
Phone ext 5875

**Capt Katie MacIntosh**  
Unit Chaplain (BTL)  
B129, Rm 174A  
Phone ext 5272

**Capt Stephen Neil**  
Clinic Chaplain  
B62, 3rd Floor  
Phone ext 5086

**Capt Greg Lutz**  
Detachment Base Chaplain  
Dundurn, Sask  
Phone 306-492-2135 ext 4299

#### MORE INFO

**Emergency Duty Chaplain**  
Contact via MP Dispatch ext 2633 or  
WOps 2700

**Information Phone Tree**  
For Chaplaincy services and related information, phone  
ext 6800 and follow the prompts

**Website**  
Those with access to the DIN can visit [17Wing.winnipeg.mil.ca](http://17Wing.winnipeg.mil.ca),  
then click '17 Wing', then 'Services'

**Care & Share Benevolent Fund**  
Contact your unit Chaplain for further  
information

**Sentinel Training**  
Contact your unit Chaplain for  
further information



**Ste Marguerite Bourgeoys**  
Roman Catholic  
Faith Community  
Sunday Mass: 1300 hrs, or  
check with a Chaplain



**Good Shepherd Protestant**  
Faith Community  
Sunday Service: 1100 hrs, or  
check with a Chaplain



**The 17 Wing Spiritual**  
Well-Being Centre  
2235 Silver Ave  
(West off Whytewold/  
Wihuri Road)

# Choisir la bonne friandise pour chien

par Kelley Post



Les chiens de Kelley et Larry Post, Penny, Peachy et Chewy Photo de Kelley Post

Votre chien, vous voulez lui montrer votre amour, et quelle meilleure façon que de lui donner une friandise délicieuse ! Que donnez-vous à votre chien en plus de sa nourriture habituelle ? Les nutritionnistes pour animaux nous disent que les friandises pour chiens ne devraient pas représenter plus de 10 % de l'alimentation quotidienne d'un chien. Une alimentation supérieure à 10 %, surtout sur une base régulière, peut entraîner l'obésité et des problèmes de santé permanents.

Un chien de 20 livres, selon son niveau d'activité, ne brûle qu'environ 700 calories par jour. Un biscuit pour chien vendu en épicerie contient en moyenne 125 calories par biscuit. Deux ou trois biscuits s'accumulent rapidement.

Les restes de table peuvent sembler être un moyen inoffensif de donner à votre chien quelque chose en plus qu'il réclame déjà. Cependant, la nourriture des gens a tendance à être riche en graisses et en sucre et peut perturber le système digestif du chien. Lorsque votre chien mange de la nourriture humaine, cela peut lui couper

l'appétit pour les aliments équilibrés qu'il devrait manger. Par conséquent, lorsque votre chien se désintéresse soudainement de sa nourriture habituelle, demandez-vous, ainsi qu'aux autres membres de la famille, ce que vous lui avez donné comme friandises.

Il existe de très nombreux types de friandises pour chiens sur le marché, et il peut être difficile de choisir quelque chose de bon pour votre chien et qui lui plaira.

Comment lire l'étiquette

Lorsque vous choisissez une friandise, vous devez savoir ce qu'il faut rechercher et ce qu'il faut éviter.

Ce qu'il faut rechercher :

- Une courte liste d'ingrédients
- Des aliments entiers de haute qualité qui figurent en premier
- Des ingrédients locaux et canadiens
- Des conservateurs naturels, les vitamines C et E (tocophérols mixtes).
- Des humectant naturels, c'est-à-dire ce qui maintient les friandises ensemble et ajoute de l'humidité aux friandises à mâcher, comme la mélasse et la glycérine

végétale.

Ce qu'il faut éviter :

- Les édulcorants et le sel
- Les longues listes d'ingrédients
- Les produits chimiques et les arômes artificiels
- Les conservateurs chimiques tels que le butylhydroxyanisole (BHA), l'hydroxytoluène butylé (BHT) et l'éthoxyquine.
- Les humectant chimiques

Il existe de nombreux types de friandises et différentes raisons de les choisir. La taille de votre chien est importante. Un gros chien, comme notre saint-bernard Penny, adore mâchouiller un gros bâtonnet à longue durée de vie. Il s'agit d'un muscle de bœuf à haute teneur en protéines et à ingrédient unique, sans agent de conservation. D'autres friandises à mâcher dures, comme les Greenies et d'autres friandises à mâcher pour les dents, sont fabriquées à partir de matières digestibles d'origine végétale, ce qui peut aider à gratter la plaque dentaire du chien.

Les parties d'animaux à ingrédient unique peuvent constituer une nourriture riche en protéines et extrêmement savoureuse pour les chiens difficiles et les estomacs sensibles. Il peut s'agir de poumon d'agneau, de foie de bœuf, de cœur de canard et de bois de cerf, pour n'en citer que quelques-uns.

Les friandises croustillantes peuvent se décliner en plusieurs variétés différentes, et c'est là que vous devez prêter une attention particulière à la liste des ingrédients en surveillant les calories et les produits chimiques, sans sel ni édulcorant. La farine de blé complet et l'avoine constituent une bonne base. Il existe également des options sans céréales.

Les friandises molles et à mâcher sont excellentes pour le dressage et les petits chiens. Ces friandises ont une teneur en eau plus élevée et contiennent des humectants, et certaines peuvent être assez odorantes. Elles sont plus faciles à emporter en promenade et il est bon d'en avoir sous la main pour les chiens motivés par la nourriture. Les variétés Kettle Craft pour chiens et chats en sont un exemple.

Les friandises à base de viande déshydratée ou lyophilisée peuvent aussi être d'excellentes friandises d'entraînement et conviennent également aux petits chiens. Elles sont généralement composées à 100 % de protéines et ne contiennent aucun additif. On trouve par exemple des peaux de morue, des peaux de saumon, du poulet et du foie chez Granville Island Pet Treatery et One Only Treats, tous deux en Colombie-Britannique. Il est important de se procurer ce type de gâterie auprès d'une source réputée. Les fruits et les légumes comme les patates douces et les pommes peuvent être préparés à la maison à l'aide d'un déshydrateur ou d'un four.

Certains aliments pour humains peuvent également servir de gâteries, comme une carotte ou d'autres légumes. Certains chiens aiment certains légumes tandis que d'autres n'y touchent pas. Le beurre de cacahuète peut être utilisé comme friandise, mais utilisez uniquement du beurre de cacahuète naturel qui ne contient pas de xylitol, un édulcorant artificiel toxique pour les chiens. Les produits à éviter sont les oignons, les raisins, les raisins secs, le chocolat et la caféine.

Il existe de nombreuses raisons de partager des friandises avec nos chiens. Le dressage de votre chien avec des friandises est un moyen courant d'encourager votre chien à suivre les instructions et à avoir un bon comportement. Récompenser votre chien avec des friandises peut être très motivant. Une friandise de longue durée peut remplir son temps et l'encourager à mâcher un objet approprié plutôt qu'un pied de chaise ou un autre objet inapproprié. Le nettoyage des dents avec des friandises peut être bénéfique pour la santé buccodentaire du chien, mais ne peut remplacer le brossage régulier de ses dents. Il existe également de nombreuses friandises qui peuvent s'ajouter à la nourriture fonctionnelle que le chien consomme. Si vous avez un chien difficile à manger ou si vous devez cacher des médicaments, une friandise peut être la solution.

Si vous avez une histoire liée aux animaux de compagnie que nous pourrions partager dans le VoxAir, contactez Kelley à l'adresse [klpost@hotmail.com](mailto:klpost@hotmail.com).



17 Wing Firefighters

# BOOT DRIVE

FOR MUSCULAR DYSTROPHY

**WEDNESDAY, OCTOBER 12**

CFB WINNIPEG GATES AND TIM  
HORTONS AT 2117 NESS AVE.

**7:00 AM - 8:30 AM**

PLEASE HELP US HELP FAMILIES LIVING WITH MD