

MOT DE LA DIRECTION GÉNÉRALE

La FAFM demeure à l'écoute et nous sommes à votre disposition...un coup de fil ou un courriel!
Merci de votre engagement continue envers la FAFM!

N'hésitez pas à communiquer avec nous soit par téléphone, soit par courriel, si vous avez besoin d'information. (204 235-0670 / direction@fafm.mb.ca)

Au plaisir,
Lucienne Châteauneuf, directrice générale de la FAFM

*La vie reprendra son
cours normal... D'ici là,
prenez soin de vous et
restez en santé!*

ACTIVITÉS ET ÉVÉNEMENTS

➤ **Planification stratégique**

Grand merci à ce groupe de participantes des clubs pour aîné(e)s pris en photo lors de la première réunion traitant d'un retour sur la planification stratégique de la FAFM; la réunion avait lieu le 30 juin. Elles ont bien réussi à naviguer cette rencontre virtuelle «Zoom». D'ailleurs leur sourire en fait preuve!



Le but de ces rencontres est de connaître comment la FAFM peut mieux desservir la clientèle aînée francophones du Manitoba par l'offre de ses services ou sa programmation auprès du public en général et auprès des clubs.

Une deuxième rencontre est prévue le 28 juillet, avec la possibilité d'une troisième le 11 août. Si d'autres membres de clubs s'y intéressent, merci de communiquer avec Michelle à fafmconsult@gmail.com.

➤ **Zoom, zoom : démystifions les plateformes de rencontres virtuelles**

En compagnie de Monique Lacoste, vous aurez l'occasion au cours du mois d'août, de participer à des activités virtuelles (tutoriels et autres) qui auront pour but de vous orienter dans l'utilisation de technologies englobant les plateformes Zoom et Facebook Live, entre autres. Le ton des activités sera convivial et léger afin de vous mettre à l'aise tout en démystifiant les principales plateformes utilisées pour les activités virtuelles... restez aux aguets pour plus d'information.

➤ **Assemblée générale annuelle de la FAFM**

Notre AGA aura lieu le **jeudi 10 septembre 2020 à 11 h**. Celle-ci aura lieu en présentiel et sera aussi diffusée en mode virtuel cette année. Plus de nouvelles suivront dans les prochaines semaines.

➤ **Sondage pour toute personne 65+ ayant suivi les classes d'exercices de la FAFM**

À l'attention de toute personne âgée de 65+, ayant suivi les classes d'exercices avec Monique, Kat, Christelle ou Doreen, nos animatrices!

La Dr. Michelle Porter, directrice du *Centre on Aging* à l'Université du Manitoba demande votre participation à compléter ce court sondage par rapport aux exercices en ligne/virtuels pour personnes âgées. L'objectif du sondage est d'apprendre davantage au sujet de la participation des personnes âgées aux exercices en ligne/virtuels pendant la pandémie de la COVID-19.

Le sondage comprend 30 questions et peut se compléter en 10 minutes. Les informations collectées demeureront confidentielles et anonymes.

En participant au sondage, vous aurez l'occasion de participer à un tirage et gagner un prix d'une valeur de 50 \$.

Pour participer au sondage, cliquer sur le lien suivant : <https://www.surveymonkey.com/r/LSZZLRJ>
Si vous avez des questions ou des difficultés à accéder au site ou à compléter le sondage, veuillez communiquer avec Michelle.Porter@umanitoba.ca (Dr. Michelle Porter).

➤ **Activités du Conseil des francophones 55+**

Nous prévoyons la relance des activités en septembre 2020. Ces activités se dérouleront à **capacité réduite** afin de respecter les recommandations de mesures sanitaires mises en place par la province et afin d'assurer un fonctionnement sécuritaire autant pour les participant(e)s que pour les animatrices et lieux d'activités afin de limiter la possibilité du risque de transmission de la Covid-19.

* Pour éviter le maximum de contacts entre gens, l'option drop-in ne sera pas permise.



Nous continuons à évaluer de façon régulière et restons informés des recommandations de la santé publique. Aucune activité à laquelle la FAFM / le Conseil 55+ ne peut assurer la mise en place de mesures sanitaire n'aura lieu.

Pour joindre la coordonnatrice du Conseil 55+, Micheline Mulaire, composez le 204 793-1054 ou envoyez un courriel à conseil55@fafm.mb.ca.

Et n'oubliez pas de consulter la page [Conseil 55+](#) sur le site web de la FAFM pour une gamme d'activités physiques!

➤ Centre de santé de Saint-Boniface

Le Centre de santé prend toutes les mesures nécessaires pour protéger ses clients et son personnel. Nous continuons de suivre les strictes directives en matière de nettoyage et de désinfection recommandées par Santé, Aînés et Vie active Manitoba, Soins communs Manitoba et l'Agence de la santé publique du Canada.

Bonne nouvelle! Nos programmes de bien-être sont de retour! Après une période de pause à cause de la COVID-19, nous avons le plaisir de vous offrir de nouveau nos programmes de bien-être sur place.

Le nombre maximal de participants est réduit à 12 personnes par séance afin de respecter la distance sociale. Avant de participer aux séances, chaque participant devrait répondre aux questions de dépistage de la COVID-19.

- **Série sur le diabète : Séparer la réalité de la fiction sera offerte les 11, 12 et 13 août 2020, à Accès-Access Saint-Boniface, de 17 h à 19 h. La série est offerte en anglais seulement cette fois-ci (en français au mois d'octobre).**

Inscrivez-vous en ligne à <https://centredesante.mb.ca/act/diabete-aug/?lang=en> ou appelez au 204-940-1155, poste 7.

- **Gérez votre arthrite : Les notions fondamentales**

Le lundi 21 septembre 2020, de 16 h 30 à 18 h. Date limite d'inscription : le 11 septembre 2020.
Inscriptions : <https://centredesante.mb.ca/act/gerez-votre-arthrite-les-notions-fondamentales/>

Au mois d'octobre, il y a une série sur l'ostéoporose et aussi, celle sur le diabète en français! Les gens devront s'inscrire à l'avance.

NOUVELLES

➤ Gouvernement du Canada

Plan d'intervention économique du Canada pour répondre à la COVID-19 :

Le gouvernement du Canada prend des mesures immédiates, importantes et décisives pour appuyer les Canadiens et les entreprises qui sont aux prises avec des difficultés en raison de l'éclosion de la COVID-19.

Consultez le lien suivant : [Soutien aux particuliers et aux familles](#)

RESSOURCES

➤ **Manitoba Institute for Patient Safety / Institut pour la sécurité des patients du Manitoba**

L'Institut vous propose plusieurs sites d'informations :

- [Safe to Ask](#) (anglais seulement)
- [Manitoba Institute for Patient Safety](#) (anglais seulement)
- [Institut canadien pour la sécurité des patients](#) (français et anglais)
- [Self-Adocacy for Everyone \(S.A.F.E.\) Toolkit](#)



➤ **The Joy4All Project**

Pendant cette crise sanitaire, l'isolement peut être très pénible pour les aînés. Le projet Joy4All vous propose une ligne téléphonique sans frais à composer pour écouter des histoires, des messages réconfortants et des farces!

1 (877) JOY-4ALL

1 (877) 569-4255

<https://www.joy4all.ca/>

➤ **Age and Opportunity : Services d'appui aux aînés**

Groupe de soutien pour personnes 55+ touchées par le deuil (veuve ou veuf)

- Les sessions auront lieu en ligne (en anglais seulement), via la plateforme Zoom
- Les mercredis, du 16 septembre au 21 octobre 2020, de 10 h à 12 h
- Pour de plus amples renseignements et/ou pour s'inscrire : [Brochure](#)

➤ **COVID-19**

Afin de vous tenir au courant des informations et ressources partagées en raison de la présente pandémie, nous vous invitons à consulter l'onglet [COVID-19](#), qui est alimentée de façon régulière. La page web comprend des mises à jour des différents paliers gouvernementaux, les services de santé et l'appui financier disponibles ainsi que bien d'autres ressources à votre disposition.

POUR VOUS DIVERTIR...

(MERCİ À PLURI-ELLES DE CES PARTAGES!)

Des vacances dans une cabane en pleine nature

Regardez la vidéo en cliquant sur l'image...



Les séquoias

Regardez la vidéo en cliquant sur l'image...



Passez une belle
saison estivale!!!