

MOT DE LA DIRECTION GÉNÉRALE

C'est avec le cœur lourd - et une profonde reconnaissance - que nous vous annonçons que Madame Thérèse Dorge se retire du conseil d'administration de la FAFM, et ce pour des raisons personnelles. Thérèse a été à la barre du CA de l'organisme pendant plusieurs années et a su gérer l'équipe avec discernement et vitalité. Son grand amour pour sa communauté des aînés(es) francophones du Manitoba a été évident tout au long de ses nombreux mandats. D'ici l'AGA du 10 septembre 2020, le poste de présidente par intérim de l'organisme sera comblé par madame Suzanne Kennelly.

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

ACTIVITÉS ET ÉVÉNEMENTS

➤ **Assemblée générale annuelle de la FAFM**

[L'AGA de la FAFM](#) aura lieu le **jeudi 10 septembre 2020, à 11 h**. Cette année, en raison de la pandémie, l'AGA sera diffusée en **mode virtuel**. Une semaine avant la date de l'assemblée, le lien pour connexion à la réunion, ainsi que les documents s'y rattachant, **seront envoyés aux personnes qui auront confirmé leur participation**.



Pour confirmer votre participation à l'AGA, veuillez compléter le formulaire en cliquant le lien suivant : <https://form.jotform.com/202154111017032>

Nous vous remercions de vous inscrire **avant** le vendredi 4 septembre 2020.

Comme par le passé, nous présenterons un survol des activités qui ont eu lieu dans la dernière année et, de plus, nous passerons à une modification, c'est-à-dire à l'ajout d'un article, à nos Règlements généraux.

Les «portes» de la réunion virtuelle ouvriront à 10 h 30.

La réunion d'affaires débutera à 11 h.

Voici l'[ordre du jour](#) proposé pour l'assemblée.


INFORMATION

204 235-0670 / 1 855 235-0670

➤ **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 la plateforme Zoom. Le ton des activités sera convivial et léger afin de vous mettre à l'aise tout en démystifiant une des plateformes utilisées pour les activités virtuelles.

Inscrivez-vous au lien suivant :

<https://connectaines.ca/> et déroulez vers l'onglet  Manitoba

Vous pouvez aussi visionner des vidéos informatives sur YouTube!

- [Se brancher à Zoom – Votre guide étape par étape](#)

- [Naviguer Zoom comme un pro!](#)

➤ **Planification stratégique**

Grand merci à ce groupe de participantes des clubs pour aîné(e)s pris en photo lors de la deuxième réunion traitant d'un retour sur la planification stratégique de la FAFM. La réunion a eu lieu le 28 juillet. Elles ont bien réussi à naviguer cette rencontre virtuelle «Zoom». D'ailleurs leur sourire en fait preuve!

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

Pour devenir membre de la FAFM, au coût de 15 \$ par personne, par année, veuillez communiquer avec la direction à l'adresse courriel suivante : direction@fafm.mb.ca



LA FAFM PRÉSENTE
**DÉMYSTIFIONS
LES PLATEFORMES DE
RENCONTRES VIRTUELLES!**

27 AOÛT 2020 | 13 H

Comment participer à une rencontre virtuelle sans se casser la tête!

3 SEPTEMBRE 2020 | 13 H

Bingo virtuel (interactif)

INSCRIPTION

<https://connectaines.ca/>
et déroulez vers l'onglet Manitoba

Information : direction@fafm.mb.ca



➤ Activités du Conseil des francophones 55+

Nous nous préparons à offrir notre programmation automnale adaptée. Le sondage suivant nous permettra de mieux cibler les activités qui vous intéressent et d'avoir un portrait plus clair de l'importance pour vous de participer, ou non, aux activités de groupe en ce temps de pandémie.

Cliquez ce lien pour remplir le sondage : <https://form.jotform.com/202175262692051>

Nous tenons à vous rassurer, qu'en raison de la pandémie, des consignes quant aux directives sanitaires et de distanciation physique seront mises en place. Nous vous proposons une trousse que nous mettrons à votre disposition lors de la première classe. Vous serez responsable de votre trousse et devrez l'apporter à chaque classe. Chaque trousse inclura : 1 élastique moyen, 1 élastique fort, 2 bâtons en plastique, 2 petites balles et 1 balle moyenne. Le partage d'équipement ne sera pas permis.

Vous aurez le choix :

- **de louer** une trousse pour la durée de la série à laquelle vous serez inscrit.e
 - coût de location de **8 \$** (cette somme vous sera remise à la fin de la série à laquelle vous serez inscrit.e)
 - La FAFM sera responsable de nettoyer et de désinfecter chaque trousse avant de la remettre aux participant.e.s.
- **d'acheter** une trousse
 - Coût d'achat de **15 \$**.
 - La responsabilité de nettoyer et de désinfecter sera la vôtre.

Les tapis de yoga seront requis pour la plupart des classes. Nous en avons quelques-uns que l'on pourrait louer mais nous vous suggérons fortement de vous procurer votre propre tapis.

Afin de respecter les consignes provinciales par rapport aux rassemblements en ce temps de pandémie, nous ne serons plus en mesure d'offrir l'option « drop-in » à nos activités.

➤ Centre de santé de Saint-Boniface

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.

- **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

➤ 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.

RESSOURCES

➤ Santé publique

Les maladies associées à la chaleur sont évitables. En période de chaleur accablante, le plus important est de rester au frais et de s'hydrater.

Prière de consulter les liens suivants :

- [Précautions pour protéger votre santé et celle de votre famille](#) (Gouvernement du Canada)
- [La chaleur et votre santé](#) (Gouvernement du Manitoba)
- [Santé, aînés et vie active](#) (Gouvernement du Manitoba)

➤ Soutien et ressources communautaires pour les aînés (Gouvernement du Manitoba)

Ce site offre une [gamme d'information](#) sur, entre autres, les centres pour personnes âgées, les conseils de ressources communautaires à l'urbain et au rural et les modes de transport offerts dans la collectivité.

➤ Programmes et services pour les aînés (Gouvernement du Canada)

Pour un âge d'or sûr et paisible, renseignez-vous sur les divers [programmes et services](#) pour les aînés.

➤ Statistiques sur les aînés et le vieillissement (Statistique Canada)

Ce [lien](#) comprend de nombreuses informations sur les données, indicateurs de vieillissement en santé, ressources par rapport au vieillissement chez les aînés ainsi que des liens vers des sites de ressources et nouvelles.

POUR VOUS DIVERTIR...

(MERCÌ À PLURI-ELLES DE CES PARTAGES!)

Belle voix douce qui raconte les Champs-Élysées

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



Les Champs-Élysées | Joe Dessin | Polygramme ft. John Schneider

Un voyage à Saint-Pierre et Miquelon!

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



SAINTE-PIERRE ET MIQUELON, l'archipel perdu (2013)

Recette pour vos courgettes!

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



Courgettes farcies - 750g

Voyage virtuel pendant la pandémie!

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



À la découverte de Whitehorse et de Dawson City (Yukon, Canada)

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