

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! 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

➤ Dons de paniers de Noël

Chaque année, Pluri-elles préparent des paniers de Noël pour les familles qui sont dans le besoin. Cette année est encore plus particulière en raison de la crise sanitaire. Si vous souhaitez appuyer ces familles, merci de communiquer avec Valérie Williamme au 204-233-1735, poste 222 ou par courriel au v.williamme@pluri-elles.mb.ca

➤ Sondage destiné aux personnes aidantes de la francophonie canadienne hors Québec



Vos réponses confidentielles permettront de sensibiliser la population canadienne aux rôles que vous jouez. Participez au [sondage](#), et courez la chance de gagner un magnifique sac d'accessoires cadeaux à l'effigie de l'AFFC.

Commencez le sondage en cliquant [ICI](#). Date limite pour répondre au sondage : lundi 23 novembre 2020

Paniers de Noël
DE PLURI-ELLES

2020

90 à 100 familles
ont besoin de vous !

LA COVID-19 EST
UN DÉSASTRE POUR
NOS FAMILLES

Nous acceptons:

- Des dons monétaires
- Des cartes d'épicerie
- Des jeux à l'état neuf

Vous pouvez aussi faire un don en ligne :

<http://www.pluri-elles.mb.ca/>
<https://www.canadahelps.org/fr/explore/charities/?q=Pluri-elles+%28Manitoba%29+inc>

Merci mille fois
et joyeux temps des fêtes !

De la part :

Du conseil d'administration
&
Du personnel de Pluri-elles

Personne contact:
Valérie Williamme
au 204-233-1735 poste 222
ou par courriel
v.williamme@pluri-elles.mb.ca

N.B. Pour tout don monétaire de
20\$ ou plus, nous vous ferons
parvenir un reçu d'impôt.

➤ Activités de Noël

Soyez des nôtres pour l'activité causerie intitulée ...**de tout et de rien!**, en mode virtuel. Le thème des sessions du 19 novembre et du 3 décembre est **Embellir le Noël d'une autre personne**. Nous vous invitons à vous joindre au groupe, à compter de 14 h, pour une période de discussions et d'échanges d'idées sur ce que l'on peut faire pour donner de soi ou de son talent durant le temps des Fêtes.

➤ C'est gratuit! Pour vous inscrire, cliquez [ICI](#).

VENEZ FÊTER NOËL... le mercredi 9 décembre à compter de 10 h 30 - du plaisir, des jeux et un petit spectacle sont au menu.

➤ Pour vous inscrire, cliquez [ICI](#).

VENEZ FÊTER NOËL!

Le mercredi 9 décembre 2020
de 10 h 30 à 12 h 30
sur la plateforme ZOOM

Nous vous proposons

- du plaisir
- des jeux
- des recettes à partager
- des prix à gagner, et
- un petit spectacle de Guy Ferraton et compagnie.

C'est gratuit!
Pour vous inscrire, cliquez [ICI!](#)

INFORMATION
Nadège Tuo, coordonnatrice du Conseil 55+
204 793-1054 / conseil55@fam.mb.ca

FAFM La Fédération des aînés de la francophonie manitobaine

Conseil des francophones 55+

➤ Découvrez la nouvelle série balados présentée par l'ICSP (en anglais)

[ÉPISODE 1 | DE L'AUTRE CÔTÉ DE L'ÉCRAN](#)

Des téléopérateurs aux appels Zoom, à quoi ressemblent les soins de santé à travers un écran vidéo?

[ÉPISODE 2 | LES AIDANTS](#)

Quand les choses tournent mal, comment pouvons-nous prendre soin de nos soignants?

[ÉPISODE 3 | DES MILLIERS D'EMPREINTES](#)

Alors que l'Institut canadien pour la sécurité des patients franchit une étape stimulante vers l'avenir, nous jetons un regard rétrospectif sur son incidence dans le domaine de la sécurité des patients.



➤ Activités du Conseil des francophones 55+

En raison des directives sanitaires annoncées récemment, la FAFM a suspendu les sessions d'activités physiques en présentiel. Voici les activités qui ont lieu en mode virtuel au cours des prochaines semaines. Voici le lien pour vous connecter et participer aux activités : ➤ <https://zoom.us/j/2042350670>

→ les mercredis 25 novembre et 2 décembre à 9 h 30
Exercices vigoureux avec Monique

→ les jeudis 19 et 26 novembre à 9 h 30
Conditionnement physique avec Kat

→ les vendredis 20 et 27 novembre à 10 h 30
Yoga doux avec Doreen

→ le mardi 1er décembre à 14 h
Pré-arrangements funéraires
animation : InfoJustice Manitoba



Consultez le sous-onglet [Conseil 55+](#) sur le site web de la FAFM pour des infos pertinentes par rapport aux services offerts aux aînés.

➤ ConnectAînés – Vers l'inclusion sociale des aînés en situation minoritaire

Consultez le site web [ConnectAînés](#) qui offre une programmation incluant des nouvelles initiatives qui permettront aux personnes aînées de briser l'isolement tout en s'amusant et en apprenant! N'oubliez pas de consulter le calendrier d'activités du Manitoba sur ce site pour la liste d'ateliers de formation.

Connect aînés Vers l'inclusion sociale des aînés en situation minoritaire

Activités à distance

- Alberta
- Colombie-Britannique
- Manitoba
- Nouveau-Brunswick
- Nouvelle-Écosse
- Ontario
- Saskatchewan
- Terre-Neuve-et-Labrador
- Yukon

NOV 13 Yoga doux avec Doreen 10:30
📍 Session d'activité

NOV 18 Exercices vigoureux avec Monique 09:30
📍 Session d'activité

NOV 19 Conditionnement physique avec Kat 09:30
📍 Session d'activité

NOV 19 ... de tout et de rien! 14:00
📍 Activité de conversation

NOV 20 Yoga doux avec Doreen 10:30
📍 Session d'activité

FAFM Vivre Pleinement
Pour joindre toutes les rencontres

par visioconférence : zoom.us/j/2042350670

par téléphone : 1.855.703.8985
ID 204 235 0670 #

Novembre 2020						
D	L	M	M	J	V	S
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30					

★ Voir le calendrier complet de nos activités

Pour devenir membre de la FAFM, au coût de 15 \$ par personne, par année, veuillez consulter la page web [Devenez membre](#) ou encore communiquer avec la direction à l'adresse courriel suivante : direction@fafm.mb.ca

RESSOURCES

➤ **Help Next Door MB** (anglais)

Un réseau de personnes qui se rassemblent pour venir en aide à la communauté.



Si vous êtes en mesure d'offrir bénévolement de l'aide, ou si vous avez besoin d'aide durant cette période difficile, [cette plateforme](#) pourrait possiblement répondre à vos besoins.

➤ **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.

Veuillez noter le nouveau programme de soutien offert par le Gouvernement du Manitoba en ce temps de crise sanitaire : [Programme de thérapie virtuelle en santé mentale – De l'aide lorsque vous en avez besoin. Où vous en avez besoin.](#)

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

POUR VOUS DIVERTIR...

(SOURCE : ANONYME)

Budapest... la perle du Danube

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



Message de 5 francophones de l'Acadie

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



Découverte artistes franco manitobains et fransaskois

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



Saison des soupes... avec Marina Orsini

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



Si vous avez des suggestions de thèmes ou de sujets pour les vidéos, n'hésitez pas à nous en faire part!