

MOT DE LA DIRECTION GÉNÉRALE

Loi sur la reconnaissance de l'apport des aidants naturels – En juin 2011, le Manitoba a adopté la Loi sur la reconnaissance de l'apport des aidants naturels, devenant ainsi la première province canadienne à reconnaître les aidants naturels dans sa législation. La Loi souligne le rôle vital des aidants naturels et établit les principes généraux à promouvoir par le gouvernement et les organismes publics. Selon les dispositions de la Loi, il est proclamé que le premier mardi d'avril est la Journée des aidants naturels au Manitoba. (Source : Santé, Aînés et Vie active – Gouvernement du Manitoba)

La FAFM est passée sur les ondes d'Envol 91 FM le mardi 6 avril, Journée des aidants naturels, pour discuter du Guide de l'aidant naturel, une nouvelle ressource créée et réalisée par la Fédération des aînés de la francophonie manitobaine. Pour écouter l'entrevue, cliquez [ICI](#).

La FAFM demeure à l'écoute et nous sommes à votre disposition. Merci de votre engagement continu! 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]

Lucienne Châteauneuf, direction générale

ACTIVITÉS ET ÉVÉNEMENTS

➤ Atelier de compassion (en anglais) →→→

Le mercredi 21 avril, 2021 de 12 h 05 à 13 h 20.
Inscription gratuite : jtmaynard@cham.mb.ca ou
204-235-3136

➤ Programmes offerts par le Centre de santé ↓↓↓

Consultez le site du [Centre de santé](#) pour de plus amples renseignements. Consultez aussi la page [Nouvelles](#) du site du centre.

- Série sur l'ostéoporose (programme en ligne)
Les lundis du 31 mai au 14 juin 2021 | 17 h à 19 h

Centre de santé
Saint-Boniface



**empathy and
compassion**
TWO SIDES OF THE SAME COIN

Many of us have difficulty differentiating between empathy and compassion. Though distinct, these powerful experiences can often arise in concert with one another. They can bring us happiness and well-being, but can be a challenge to keep in balance. This can impact our capacity to stay connected to our value and deep intention of supporting and caring for others.

Join Jennifer Killmnik and Andrew Terhoch who will guide participants through a 75 minute workshop that will explore:

- The differences between empathy and compassion.
- Empathy fatigue vs compassion fatigue.
- Understanding and identifying burnout.
- Meditation exercises to nurture our presence with others.

This session will include individual reflection & group sharing.

WEDNESDAY APRIL 21, 2021 12:05 PM – 1:20 PM

**FREE WORKSHOP
TO REGISTER CONTACT
Julie Turanne-Maynard | jtmaynard@cham.mb.ca
204.235.3136**

Jennifer Killmnik is the Acting Director of Culture & Compassion for the Compassion Network and St. Amant. She believes connecting to our values and purpose brings meaning to each day. She teaches what she has to learn and hopes you will join her on the journey.

Andrew Terhoch is part of the Compassion Network as the Spiritual Health Practitioner for the St. Amant community. In his daily work, he supports people of all cultures and backgrounds to nurture the values and practices that are meaningful for them. He began learning about meditation 30 years ago, as a daily practice and a support for anxiety. He continues to explore and practice presence and connection each day through new and traditional teachings.

Compassion Network

➤ **Devenez membre de l'AJEFM**



L'Association des juristes d'expression française du Manitoba (AJEFM) vous invite à devenir membre de son réseau de juristes et de représentants et représentantes du réseau associatif francophone, de la fonction publique et du milieu universitaire.

Avec une adhésion, vous profitez des nombreux avantages offerts par l'AJEFM tout en restant à l'affût de l'actualité juridique, en particulier, celle dans le domaine du droit en français au Manitoba.

[Cliquez ICI pour vous inscrire.](#)

➤ **Conseil 55+**

Rappelez-vous de consulter l'onglet [Conseil 55+](#) où vous trouverez une variété d'activités physiques à suivre de façon virtuelle chez vous! Entre autres...

- [Vieillir activement Canada!](#) - travaille à la promotion d'une société où tous les adultes et aîné(e)s canadiens mènent une vie active qui contribue à leur bien-être général.



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

- **Atelier : Léguez votre histoire : Réminiscence et écriture**

Information et Inscription ➤ [LÉGUEZ VOTRE HISTOIRE.](#)

Faites vite! Il ne reste que quelques places!

Il faut s'inscrire au premier atelier pour droit de participation à la série.



Le site web [ConnectAînés](#) offre une programmation incluant des nouvelles initiatives qui permettent aux personnes aînées de briser l'isolement tout en s'amusant et en apprenant! Consultez le calendrier d'activités du Manitoba sur ce site pour la liste d'ateliers de formation. Pour participer aux activités en 3 étapes faciles, cliquez [ICI!](#)

➤ Information pour utiliser la plateforme Zoom

Si vous souhaitez participer à des activités utilisant la plateforme de vidéoconférence Zoom, vous pouvez cliquer sur l'hyperlien fourni ou encore installer l'application sur votre appareil. L'application est gratuite.

- Pour la télécharger, rendez-vous sur le site web de Zoom : <https://zoom.us/signup>
- Pour mieux connaître Zoom, consultez ces vidéos : <https://fafm.mb.ca/zoomzoom/>

Devenez membre de la FAFM

Pour devenir membre de la FAFM, au coût de 15 \$ par personne, par année, veuillez communiquer avec la directrice générale à l'adresse courriel suivante :

direction@fafm.mb.ca

Pour de plus amples renseignements : <https://fafm.mb.ca/devenez-membre/>

***Notez que nous pouvons maintenant accepter votre paiement par mode d'un transfert électronique à l'adresse courriel indiquée ci-dessus.*

NOUVELLES ET RESSOURCES

➤ Programme Mobilité pour l'avenir de Telus



Si vous êtes une personne âgée et que vos revenus sont peu élevés, vous pourriez être admissible au programme *Mobilité pour l'avenir* de Telus destiné aux aînés. Consultez [le site](#) pour de plus amples renseignements.

➤ Articles et liens d'intérêt...

- **Forum fédéral, provincial et territorial responsables des aînés des ministres**

Le [Forum fédéral, provincial et territorial des ministres responsables des aînés](#) est un groupe intergouvernemental constitué pour partager des informations, pour discuter des enjeux nouveaux et émergents sur les aînés, et pour travailler en collaboration sur des projets clés.

- [Vivre vieux](#) : un documentaire de Blik TV sur la qualité de vie du troisième âge
- **Vidéos – « Bien vieillir à la retraite »**

Visionnez [quatre capsules](#) inspirantes d'une retraite active! Ces capsules ont été lancées par la Fédération des aînés et aînés francophones du Canada (FAAFC) et l'Association francophone des aînés du Nouveau-Brunswick (AFANB).



➤ 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](#), sur le site web de la FAFM, 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.

Quelques liens à signaler du Gouvernement du Manitoba :

- [Partenariat avec 211 Manitoba pour faciliter la recherche de services de transport](#) : Selon la ministre de la Santé et des Soins aux personnes âgées, le service mettra les personnes âgées et à mobilité réduite en contact avec des fournisseurs de services de transport (Communiqué du 15 avril 2021)
- [#Protégeons le MB](#) – Votre portail au sujet de la vaccination contre la COVID-19
- [Vaccins contre la COVID-19](#)
- [Trouver une clinique de vaccination contre la COVID-19](#)
- [Ressources et liens](#)

À signaler au niveau national :

- [Infolettre — Avril 2021 : Pandémie de COVID-19 et services en français](#)
(Conseil des ministres sur la francophonie canadienne)



Conseil des ministres
sur la francophonie
canadienne | Ministers' Council
on the Canadian
Francophonie

Pour vous divertir... (Source : anonyme)

Regardez les vidéos en cliquant sur les images...

Improtéine et la modernisation de la Loi sur les langues officielles (FCFA/Improtéine)



Improtéine et la modernisation de la Loi sur les langues officielles!

HQ 2 – Le Rire zone du Manitoba (Productions Rivard)



HQ 2 - Le Rire Zone du Manitoba - Émission complète

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