INFOLETTRE DU 19 SEPTEMBRE 2023

« Août mûrit, septembre vendange, en ces deux mois, tout bien s'arrange... »

~ Anonyme

La FAFM demeure à l'écoute et nous sommes à votre disposition. N'hésitez pas à communiquer avec nous si vous avez besoin d'information. 204 235-0670 / direction@fafm.mb.ca
Lucienne Châteauneuf, direction générale

ACTIVITÉS, ÉVÉNEMENTS, NOUVELLES ET RESSOURCES DE LA FAFM ET DU CONSEIL 55+

➢ Équipe de la FAFM

Notre belle équipe s'agrandit! https://fafm.mb.ca/a-propos-de-la-fafm/

Lucienne Châteauneuf
Directrice générale
direction@fafm.mb.ca
204 235-0670

Gaëtanne Kurlowicz
Responsable des opérations financières
direction@fafm.mb.ca

Michelle Koncz
Consultante
Site Web; Infolettre
fafmconsult@gmail.com

Nadège Tuo
Coordonnatrice du Conseil 55+
conseil55@fafm.mb.ca
204 235-0670

Justine Aubut-Beaudry
Coordonnatrice provinciale
Projet Bien Vieillir Chez Soi (BVCS)
fafm.bvcs@gmail.com

Jean Fontaine
Consultant
Facebook; Twitter
Jeanfontaine55@gmail.com

Monique Dembélé
Agente en appui aux activités
info@fafm.mb.ca
204 235-0670

➢ AGA de la FAFM

Assemblée générale annuelle de la FAFM
7 septembre 2023

Crédit photos : Monique Dembélé et Lucienne Châteauneuf

L'AGA 2023 de la FAFM s'est tenue le 7 septembre 2023 au Club Les Blés d'Or, à Lorette (Manitoba).

À la suite de son assemblée des membres qui avait lieu le 7 septembre, la Fédération des aînés de la francophonie manitobaine, Inc. est fière d'annoncer les nominations à son conseil d'administration pour l'année 2023-2024.

La FAFM souhaite la bienvenue et fait part de félicitations aux personnes suivantes : Suzanne Kennelly (présidente), Brigitte Arondel-Parent (vice-présidente), Michel Boucher (secrétaire-trésorier), Christelle Waldie (conseillère), Jocelyne Fontaine Bayer (conseillère), et Odette Delisle (conseillère).

De plus, nous exprimons nos chaleureux remerciements à madame Madeleine Lafond et à monsieur Jean-Maurice Lemoine de leur dévouement et de leur contribution au conseil d'administration de la FAFM dans les dernières années.

Plus d'infos :
https://fafm.mb.ca/aga/
https://fafm.mb.ca/rapports-activites-annuels/

➢ Programmation automne 2023

Consultez l'onglet suivant pour plus d'informations sur toutes les activités : https://fafm.mb.ca/activites-fafm/

Il est important de s'inscrire aux activités de la FAFM et du Conseil des francophones. Vous n'avez qu'à composer le 204-235-0670. Pour toute question, communiquez avec Nadège ou Monique : 204 235-0670 / conseil55@fafm.mb.ca

FAFM Vivre Pleinement

Conseil des francophones 55+

PROGRAMMATION AUTOMNE 2023

INSCRIVEZ-VOUS MAINTENANT!

204 235-0670 / conseil55@fafm.mb.ca

ACTIVITÉS physiques

MARDI • 13 H 30 du 26 sept au 28 nov	Bouger pour soulager l'arthrite avec Christelle Waldie	GRATUIT	Place Des Meurons	EN PERSONNE
MARDI • 14 H du 26 sept au 28 nov	Pickelball	70 $ NON MEMBRE 90 $	Centre récréatif Notre-Dame	EN PERSONNE
MERCREDI • 9 H 30 du 27 sept au 29 nov	Exercices vigoureux avec Monique Bohémier	70 $ NON MEMBRE 90 $	Centre communautaire Winakwa	EN PERSONNE
MERCREDI • 10 H 30 du 27 sept au 29 nov	Conditionnement physique avec Kat Rother	70 $ NON MEMBRE 90 $	Centre récréatif Notre-Dame	EN PERSONNE

PRATIQUES douces

LUNDI • 10 H du 25 sept au 27 nov	Yoga léger avec Doreen Wuckert	63 $ NON MEMBRE 81 $	Club Éclipse	EN PERSONNE
MARDI • 10 H du 26 sept au 28 nov	Yoga doux sur chaise avec Bernice Parent	GRATUIT	ConnectAînés	EN LIGNE
JEUDI • 10 H 45 du 28 sept au 30 nov	Yoga doux avec Simone Morin	70 $ NON MEMBRE 90 $	Place Des Meurons	EN PERSONNE

MERCI À NOS BAILLEURS DE FONDS ET PARTENAIRES POUR LE SOUTIEN DE NOTRE PROGRAMMATION

FAFM La Fédération des aînés de la francophonie manitobaine · Conseil des francophones 55+ · Fédération des aînées et aînés francophones du Canada · Manitoba · Financé par le gouvernement du Canada | Canada

Les membres de la FAFM sont très actifs!

Devenez membre de la FAFM

Pour devenir membre de la FAFM, au coût de 15 $ par personne, par année, communiquez avec la directrice générale à direction@fafm.mb.ca. Pour de plus amples renseignements : https://fafm.mb.ca/devenez-membre/

➢ ConnectAînés

Le site web ConnectAînés offre une programmation qui permet aux personnes aînées de briser l'isolement tout en s'amusant et en apprenant! Consultez l'onglet suivant pour de plus amples informations : https://fafm.mb.ca/connectaines/

SÉRIE DE 4 ATELIERS GRATUITS EN LIGNE

Osons le mieux-vivre communautaire

4 modules conçus et développés par Dr. Abdoulaye Yoh

Ensemble, nous pouvons créer un espace où chacun se sent valorisé et respecté. Rejoignez-nous pour explorer le vivre-ensemble et renforcer notre communauté!

MODULE 1
Racisme, discrimination, et intimidation : et si on en parlait?
Mercredi 18 octobre à 13 h CDT

MODULE 2
Préjugés inconscients et micro-agressions : et si on en parlait?
Mercredi 25 octobre à 18 h CDT

MODULE 3
Conflits et allié·e·s : et si on en parlait?
Mercredi 1er novembre à 13 h CDT

MODULE 4
L'appropriation culturelle : et si on en parlait ?
Mercredi 8 novembre à 18 h CST

Inscription requise : 204 235-0670 ou info@fafm.mb.ca

Les 4 modules sont conçus et développés par Dr. Abdoulaye Yoh

Titulaire d'un doctorat en éducation de l'Université Simon Fraser, Abdoulaye Yoh occupe le poste de directeur administratif au CÉF, et est chargé de cours à l'Université de Regina. Il est le concepteur et l'instructeur des formations du projet « Osons le mieux-vivre communautaire ». Ses recherches portent sur le la diversité culturelle, le leadership, le développement communautaire et le changement organisationnel. En 2018, il a co-publié un livre intitulé Contre toute attente.

Passionné par l'enseignement, il a aussi accumulé plus de vingt années d'expérience en gestion de ressources humaines en contexte de diversité. Son enseignement est nourri par ses expériences de travail aussi bien en Europe, en Afrique qu'en Amérique du Nord.

Engagé dans la communauté, il est actuellement le président du Réseau Santé en français de la Saskatchewan et membre du conseil d'administration de la Société Santé en français basée à Ottawa.

FAFM La Fédération des aînés de la francophonie manitobaine — Assemblée communautaire fransaskoise — Fédération des aînées et aînés francophones du Canada — Manitoba — Canada

➢ Y'a pas d'âge… des aînés de la francophonie manitobaine se racontent

La FAFM est fière de présenter une nouvelle mise en page de la série de capsules Y'a pas d'âge qui donne la parole aux aînés sur des enjeux importants. Les balados ont été adaptés pour être à la portée d'un plus grand nombre de navigateurs.

Le sous-titrage permet de rendre accessible aux personnes sourdes ou malentendantes. Consultez les balados adaptés en cliquant sur l'image!

➢ Tête à tête

Écoutez la série audio *Tête à tête* : *Une rencontre entre deux âges*, sur le site web de la FAFM. Volet 6 / Volets 1 à 5 sont toujours disponibles sur le site web de la FAFM.

SANTÉ ET BIEN-ÊTRE

➢ Santé et les aîné(e)s

Consultez l'onglet Santé sur le site web de la FAFM pour une gamme d'informations liée au bien-être des aîné(e)s – programmes et prestations, ressources, entre autres.

➢ Consultation sur les soins de longue durée sécuritaires

Le gouvernement fédéral mène une consultation publique en ligne qui contribuera à l'élaboration d'une loi sur les soins de longue durée sécuritaires, un engagement ministériel.

Gouvernement du Canada Government of Canada

Pour participer à la consultation en ligne, par courriel ou par courriel, consultez le lien suivant : https://www.canada.ca/fr/sante-canada/programmes/consultation-soins-longue-duree-securitaires.html La consultation est ouverture jusqu'au 21 septembre 2023.

➢ Loi sur les soins de longue durée (SLD) sécuritaires

Le ministre fédéral de la Santé et le ministre du Travail et des Aînés sont en train d'élaborer une loi sur les soins de longue durée (SLD) sécuritaires. Pour éclairer l'élaboration de cette législation, Santé Canada a lancé un questionnaire en ligne afin de recueillir l'avis de la population canadienne sur la qualité et la sécurité des SLD et les changements qu'ils aimeraient voir dans le secteur.

Le questionnaire en ligne comprend également une question ciblée pour les personnes qui se déclarent Autochtones, afin de solliciter les points de vue des Premières Nations, des Inuits et des Métis en ce qui concerne les services de SLD culturellement sécuritaires.

Le questionnaire en ligne sera accessible jusqu'au **21 septembre 2023** et est accessible ici : Consultation sur les soins de longue durée sécuritaires - Canada.ca

➢ Réseau canadien pour la prévention du mauvais traitement des aînés

Vidéo sur l'âgisme: Le Réseau canadien a contribué à la création d'une courte vidéo d'animation intitulée « Il est temps de parler d'âgisme » avec *Prévention de la maltraitance des aînés Ontario* et CREVAWC (*Centre for Research and Education on Violence Against Women and Children*). La version française est disponible ici : https://youtu.be/rmwDptFHJ3I.

Nos aînés connectés: émission de radio sur les fraudes et arnaques : Entrevue avec Bénédicte Schoepflin, directrice générale du Réseau canadien pour la prévention du mauvais traitement des aînés, sur les ondes de ChoqFM, une radio pour la communauté francophone de Toronto, par rapport à des questions de fraudes et arnaques en tous genres. Vous pouvez retrouver tous les épisodes de l'émission à ce lien: https://choqfm.ca/emission/nos-aines-connectes/

Consultez le site web de la FAFM pour de plus amples informations sur l'âgisme : https://fafm.mb.ca/sante/

➢ Guide de l'aidant naturel

Le ***Guide de l'aidant naturel*** est une ressource créée et réalisée par la FAFM. Il est disponible en format électronique sur le site web de la FAFM. Vous pouvez aussi vous procurer un exemplaire au bureau de la FAFM: 204 235-0670. En plus des ressources énumérées dans le Guide de l'aidant naturel, la FAFM tient à partager une bibliothèque numérique de ressources disponibles en français au niveau provincial et pancanadien.

➢ Centre de santé - Programmes de bien-être

Le Centre de santé offre régulièrement une série de programmes ou de groupes d'éducation. Consultez l'hyperlien pour tous les détails et pour vous inscrire : https://centredesante.mb.ca/programs/

Vous pouvez aussi composer le 204-940-1155, poste 7 pour de plus amples renseignements. Les programmes ont lieu sur place, au 170, rue Goulet ou en ligne, tel qu'indiqué sur le site. Certains programmes sont offerts dans les deux langues officielles.

➢ Société Alzheimer

- Bulletins de nouvelles – Septembre 2023
- Société Alzheimer du Manitoba (programmation) : https://alzheimer.mb.ca/events/ (en anglais)
- Société Alzheimer du Canada – https://alzheimer.ca/fr (en français)

➢ Rechargez votre immunité!

- Consulter l'onglet COVID-19, sur le site web de la FAFM.
- Portail pour la vaccination contre la COVID-19 #Protégeons le MB ou 1-844-626-8222
- Rechargez votre immunité! (Gouvernement du Manitoba)
- Shared Health https://www.facebook.com/sharedhealthmanitoba/

➢ Conférence « Building a Community of Empowered Care Partners »

Plus d'infos: Jennifer Vicente-Licardo, Education Manager
204-943-6622 / 1-800-378-6699 / alzeducation@alzheimer.mb.ca

Alzheimer Society
MANITOBA
Dementia Care & Brain Health

care4u

A conference for family and friends caring for people living with dementia.

BRIGHTWATER
SENIOR LIVING
OF WINNIPEG

Event Sponsor

Saturday, October 28, 2023

Canad Inns Destination Centre Polo Park
1450 St. Matthews Ave., Winnipeg, MB
9 am - 3:30 pm | Cost - $50

Building a Community of Empowered Care Partners

Join us for Care4u, a day of education and support for family and friends caring for people living with dementia.

The conference features local and national healthcare and community professionals who will share the latest about dementia, caregiving strategies and community resources while empowering care partners to prioritize their well-being.

Featured Keynote Speakers

Finding Your Way on This Dementia Journey
Sylvia Davidson, MSc, OT Reg. (Ont.)

Both Sides Now: Navigating the Journey with Courage & Self-Compassion
Jillian Horton, MD, Internal Medicine; Author, "We Are All Perfectly Fine"

Connect with other care partners, gain knowledge and engage with community service providers, as we explore topics such as:

- Caregiving strategies when abilities change
- Complex legal situations
- Other symptoms and types of dementia
- Transitioning to long-term care
- Ambiguous loss and grief
- Medications
- And more!

Registration Opens August 2023

For more information, contact Jennifer Vicente-Licardo, Education Manager
204-943-6622 | jlicardo@alzheimer.mb.ca

AUTRES NOUVELLES ET RESSOURCES

➢ Élections provinciales 2023

Jour du scrutin – le mardi 3 octobre 2023

Votez par anticipation dans n'importe quel centre de scrutin au Manitoba : du 23 au 30 septembre

Infos élections : https://www.electionsmanitoba.ca/fr

Votez en français, c'est notre avenir !

Dans le cadre des élections provinciales 2023, la SFM encourage la communauté francophone de se mobiliser. Il existe de nombreuses façons de s'impliquer et de veiller à ce que les priorités de la communauté soient prises en compte lors des élections et au-delà. Il est donc important de communiquer avec les candidates et candidats vos priorités électorales, y compris celles qui portent sur votre francophonie.

Panneaux de pelouse

Affichez votre francophonie avec un panneau de pelouse portant le slogan « Votez en français, c'est notre avenir ! » et « A vote for French, a better future together » sur le verso. Vous pouvez obtenir votre panneau de pelouse gratuit en vous rendant au bureau de la SFM (147, boulevard Provencher, unité 106) du lundi au vendredi de 8 h 30 à 16 h 30, en appelant le 233-ALLÔ (2556) ou en réservant votre panneau par le biais de notre boutique en ligne. https://www.sfm.mb.ca/boutique/panneau/

Envoyez une lettre à vos candidats et candidates

Envoyez une lettre pré-écrite aux candidats de votre circonscription pour les sensibiliser aux enjeux de la francophonie manitobaine. C'est très simple ! Saisissez votre code postal dans le formulaire ci-dessous pour trouver les candidats de votre région, entrez vos informations personnelles et votre adresse courriel, cliquez sur « envoyer » et faites valoir votre voix. https://www.sfm.mb.ca/envoyez-une-lettre/

Tous les détails pour les élections provinciales 2023 et les panneaux de pelouse sont disponibles sur le site web de la SFM : https://www.sfm.mb.ca/projets-a-suivre/elections-2023/.

➢ Programme de visibilité à l'Agence du revenu du Canada

Le **Programme de visibilité à l'Agence du revenu du Canada** aimerait vous inviter à assister à une séance provinciale virtuelle le **jeudi 28 septembre 2023, de 13 h à 15 h (heure avancée du centre)**. Cette séance se déroulera en anglais. Nous parlerons du crédit d'impôt pour personnes en situation de handicap, des prestations et des crédits qui y sont liés et auxquels les gens pourraient avoir droit, ainsi que du régime enregistré d'épargne-invalidité. La participation est gratuite.

Inscription : Outreachmbg@cra-arc.gc.ca / Tel: 1-866-837-1531. Nous vous enverrons un lien pour vous joindre à la séance. N'hésitez pas à partager cette information. L'événement se déroulera par l'intermédiaire de *Microsoft Teams (*il n'est pas nécessaire de télécharger le programme*)*. Une fois que vous aurez reçu l'invitation, cliquez sur le lien dans l'invitation pour vous joindre à la réunion.

➢ Ville de Winnipeg

La **Ville de Winnipeg** invite les résident(e)s à devenir membres d'une commission, d'un comité ou d'un conseil.

- Le conseil municipal est à la recherche de personnes désirant siéger à ses divers commissions, comités et conseils. Vous pouvez jouer un rôle actif dans votre communauté et contribuer à la prise de décisions significatives en siégeant à une commission, à un comité ou à un conseil.
- On accepte désormais les candidatures aux postes vacants de quatorze divers commissions, comités et conseils dans le cadre du processus de sélection annuel. Peuvent poser leur candidature les citoyens canadiens et les résidents permanents qui résident à Winnipeg et qui ont au moins 18 ans le jour de la soumission de leur candidature.

Date limite pour faire demande : Le vendredi 20 octobre 2023 à 16 h 30.
Communiquez avec le 311 pour en savoir plus.

- Services de bibliothèque en français / Tous les services - infos en anglais (Ville de Winnipeg)
- Conférences au sujet de la cybercriminalité et la cybersécurité disponibles en ligne (La Liberté)
- Magazine Cybercriminalité – Pour e-voir plus clair (La Liberté)
- **Ville de Winnipeg** : inscrivez-vous au bulletin *Notre ville* (page d'abonnement) afin de se tenir au courant des services, programmes et renseignements utiles de la municipalité.
- **Bav'art** – Bulletin d'infos septembre 2023
- **Réseau en immigration francophone du Manitoba -** Actualités de septembre 2023
- **Aînés au Canada** – Page Facebook
- Programmes et services pour les aînés (Gouvernement du Canada)
- **Mouvement FrancoGénaire** - Faire front à l'âgisme par l'action! / Page Facebook

- **Plateforme FrancSavoir** – Rejoignez FrancSavoir pour apprendre, socialiser et découvrir! La nouvelle programmation d'automne 2023 pour les 50 ans+ est en ligne. Faites vos réservations sur notre site Internet. La première conférence aura lieu le 25 septembre.

- **Ville de Winnipeg /** Service de police

TYPES DE FRAUDE ET D'ESCROQUERIES

- Télémarketing
- En ligne
- Courriel ou messages texte
- Vol d'identité
- Entreprises
- Par la poste
- Porte-à-porte
- Histoire d'amour

TECHNIQUES COURANTES UTILISÉES PAR LES FRAUDEURS

- **ENTENTES PRÉCIPITÉES** – On vous incite à participer sans attendre, faute de quoi vous n'aurez pas le temps de profiter de l'occasion.
- **INTIMIDATION** – On vous dit qu'il y aura des retombées négatives ou que vous recevrez une pénalité si vous n'agissez pas rapidement.
- **CONFIDENTIALITÉ** – On vous dit que l'entente est extrêmement spéciale et que vous êtes une des rares personnes choisies pour participer mais que vous devez garder le secret.
- **PAIEMENT** – On vous demande un paiement sous forme de carte-cadeau, de carte de crédit prépayée, de virement télégraphique ou de versement de cybermonnaie telle que le Bitcoin.

COMMENT VOUS PROTÉGER

- Avant de faire une transaction ou de conclure une entente, lisez le contrat intégral. N'hésitez pas à contacter l'Office de la protection du consommateur ou le Bureau d'éthique commerciale pour en savoir plus.
- Assurez-vous de comprendre tout contrat, devis ou autre document avant de le signer.
- Demandez à la personne d'expliquer sa visite et demandez-lui une pièce d'identité acceptable avant de la laisser entrer chez vous.
- Parlez à un membre de votre famille ou à un ami en qui vous avez confiance si une offre ne vous semble potentiellement pas légitime.
- Ne divulguez à personne des renseignements personnels associés à vos comptes bancaires, vos numéros d'identification personnels (NIP), vos cartes de crédit ou vos finances personnelles.

SI ÇA SEMBLE TROP BEAU POUR ÊTRE VRAI, C'EST SOUVENT LE CAS.

QUE FAIRE SI VOUS ÊTES VICTIME DE FRAUDE OU D'ESCROQUERIE

Gardez avec vous toutes les informations liées à l'affaire, y compris les reçus et une copie des courriels ou des messages texte.

- Appelez le Service de police de Winnipeg au 204-986-7705 (ligne non urgente) pour faire un signalement.
- Contactez les établissements financiers, les créanciers et les fournisseurs de services qui pourraient être affectés par le vol d'identité ou la fraude en question.

Contactez les agences d'évaluation du crédit pour leur signaler votre compte :

- Equifax 1-800-465-7166
- Trans Union 1-800-663-9980

Si la fraude a eu lieu en ligne sur Facebook, eBay, un site de petites annonces tel que Kijiji ou un site de rencontre, assurez-vous de signaler l'incident directement aux responsables du site Web. Ces précisions peuvent être apportées sous les rubriques telles que « Signaler un abus » ou « Signaler une annonce ».

N'oubliez pas que les criminels sont prêts à dire n'importe quoi pour prendre votre argent durement gagné. Faites attention!

Même si les escroqueries varient et que de nouvelles escroqueries sont inventées presque tous les jours, la meilleure façon de vous protéger est de vous informer.

Le Centre antifraude du Canada et le Bureau de la concurrence fournissent une mine de renseignements à ce sujet.

Visitez **winnipeg.ca/servicedepolice**

Contactez le **Centre antifraude du Canada**

- **1-888-495-8501**
- **www.antifraudcentre-centreantifraude.ca**
- **www.bureaudelaconcurrence.gc.ca**

POUR VOUS DIVERTIR…

➢ Centre culturel franco-manitobain et le Théâtre Cercle Molière

Le CCFM et le TCM sont à la recherche de bénévoles! Dans le cadre de *Nuit Blanche* le 23 septembre, le **Centre Culturel Franco-Manitobain** et le **Théâtre Cercle Molière** se transforment pour accueillir une multitude d'artistes et d'installations dynamiques. **HYPERART** propose une programmation inédite et ambitieuse soutenue par de multiples partenaires.

Voici le lien pour le formulaire d'inscription en tant que bénévole :
forms.gle/pwBJsir6ukqsCMM46

INFORMATION
Centre culturel franco-manitobain : 204 233-8972
Théâtre Cercle Molière : 204 233-8059

Et n'oubliez pas de consultez les autres événements qui se déroulement au Cercle Molière et au Centre culturel!

➢ Réseaux sociaux

Suivez la FAFM sur Facebook et X (anciennement Twitter)!
Abonnez-vous!

Petites annonces !

POSTE OCCASIONNEL RÉMUNÉRÉ

- **connaissance de Microsoft Word**
- **expérience de secrétariat**

Communiquez avec Noëlla Rouire au (204) 470-1676 ou noellamrouire@gmail.com

CONSULTEZ TOUTES LES INFOLETTRES SUR LE SITE WEB DE LA FAFM : HTTPS://FAFM.MB.CA/INFOLETTRE/

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