INFOLETTRE DU 23 NOVEMBRE 2023

« L'automne est un andante mélancolique et gracieux qui prépare admirablement le solennel adagio de l'hiver. » ~
George Sand, artiste, écrivaine

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+

➢ Balados – Jamais trop tard

Le nouveau projet de balados hebdomadaires « **Jamais trop tard** » a débuté en octobre. L'objectif du projet est de faire connaître la FAFM, les projets, les dossiers d'actualités dans le monde « ainé ». Une fois par mois, une émission multi(inter)culturelle sera animée. Les émissions seront partagées sur le Web et les réseaux sociaux. Soyez à l'écoute!

https://fafm.mb.ca/jamais-trop-tard/
https://www.facebook.com/fafm50plus
https://twitter.com/fafm_mb

➢ Vieillir chez soi - Un nouveau projet pour la nouvelle année!

La FAFM lance un nouveau projet qui a pour but d'aider les personnes aînées à vivre dans leur maison ou appartement plus longtemps, et du même coup, aider à diminuer l'isolement. Le projet ***Vieillir chez soi*** offrira une multitude de services bénévoles, à coûts modiques : par exemple, l'aide aux petits travaux d'entretien dans la cour et la maison, des visites amicales et un service de transport bénévole.

Écoutez le balado *Jamais trop tard* du 16 novembre sur le site web de la FAFM, pour en connaître davantage.

Si vous êtes intéressé(e)s, ou pourriez l'être au cours des prochaines années, nous cherchons votre appui pour la toute première étape. En répondant à un sondage de moins de 5 minutes, aidez-nous à mieux connaître les besoins des personnes aînées dans les communautés francophones de la province, ainsi, à mieux répondre à ces besoins. ⟶ Sondage

Si vous êtes intéressé(e)s à devenir bénévole, merci d'écrire à fafm.bvcs@gmail.com, partager vos coordonnées (prénom, nom, numéro de téléphone) et préciser quels services bénévoles vous intéresse.

La FAFM est fière de participer au déploiement d'une gamme de services permettant aux francophones 50+ vivant en situation linguistique minoritaire de demeurer à domicile le plus longtemps possible. Ce projet est financé par l'initiative *Bien vieillir chez soi* du Gouvernement du Canada.

➢ Programmation 2023-2024

La programmation automne 2023 tire à sa fin. Restez à l'écoute pour la programmation hiver 2023-2024. 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. Pour toute question, communiquez avec Nadège ou Monique : 204 235-0670 / conseil55@fafm.mb.ca

➢ Concours d'affiches dans le cadre du Jour du Souvenir

La cérémonie de la commémoration du Jour du Souvenir, organisée par l'Union nationale française, en partenariat avec la FAFM, a connu un vif succès. 125 personnes étaient présentes à cette commémoration intergénérationnelle.

L'Union nationale française, avec l'appui de la FAFM, a aussi lancé un concours d'affiches auprès d'élèves de quelques écoles de la DSFM, sous le thème de la paix et du souvenir. Un projet très spécial.

Avec la coopération des enseignants, ce concours a permis à des élèves d'exprimer, par leurs talents artistiques, sous forme de dessin et au travers des yeux d'enfants, la signification du Jour du Souvenir. 43 élèves de l'école Taché et de l'école Précieux-Sang ont participés.

Trois prix ont été décernés : le 1er prix fut décerné à Zoé, élève de l'école Précieux-Sang. L'affiche gagnante sera publiée sur les réseaux sociaux en 2024, pour le prochain jour de la commémoration. Bravo à tous les participants!

➢ Conférence et exposition bien-être pour aînés

La FAFM a participé à la conférence et exposition bien-être pour aînés le 17 octobre 2023, au Club Jovial à Sainte-Anne (Manitoba).

➢ Grouille ou rouille 2024 – Réservez la date!

➢ 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/

➢ 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.

➢ Une célébration du Temps des Fêtes!

Le *Conseil des francophones 55+* vous invite à une célébration du **Temps des Fêtes**! Beaucoup de plaisir au menu…

Pour acheter votre billet au prix modique de 10 $ (membre), ou pour soumettre votre nom en tant que bénévole, communiquez avec **Nadège** au **204 235-0670**.

Apportez un don (denrée ou monétaire) pour les **Paniers de Noël** de Pluri-elles (Manitoba) inc. au rassemblement! Notez que les reçus pour les dons monétaires seront émis par Pluri-elles et non la FAFM.

SANTÉ ET BIEN-ÊTRE

➢ Santé et les aîné(e)s

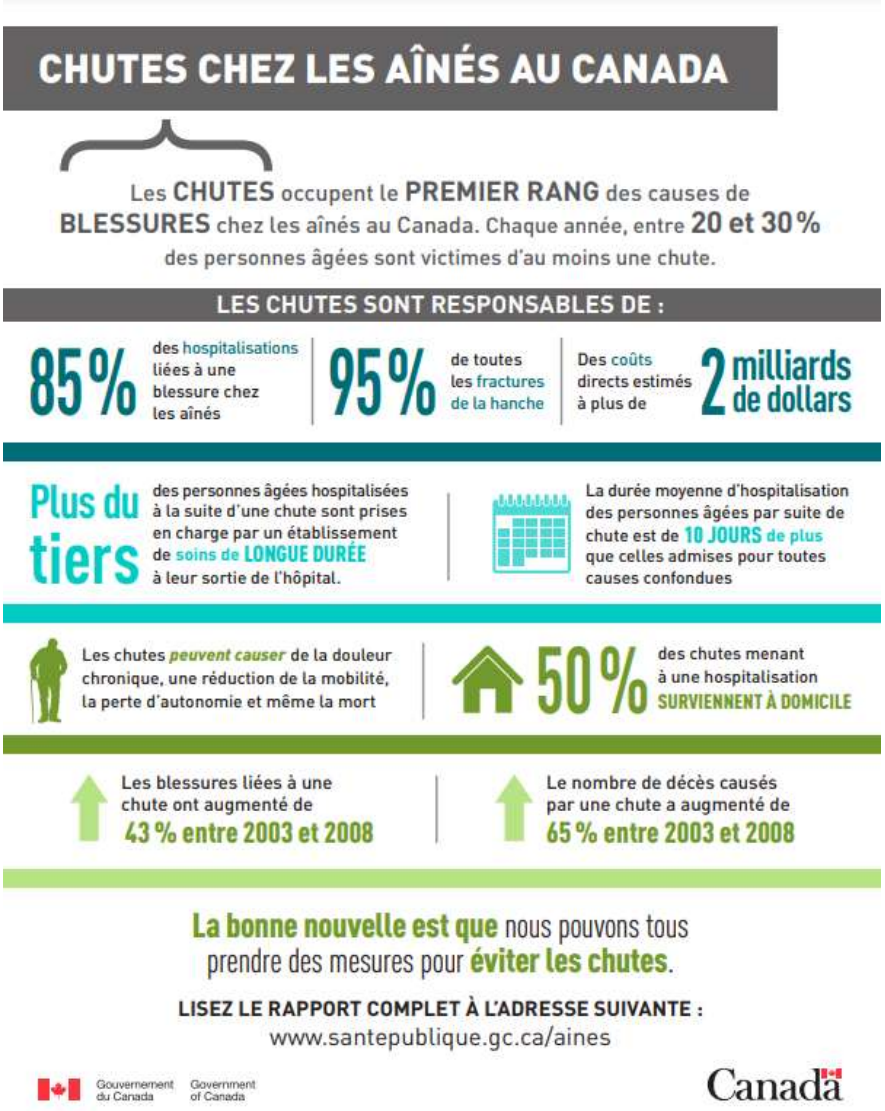
Consultez l'onglet Santé sur le site web de la FAFM pour une gamme d'informations liée au bien-être des aîné(e)s – programmes et prestations, ressources, entre autres.

➢ Sports en français inc.

Sports en français Inc. cherche votre avis ! Quelles sont les activités que vous aimeriez essayer cet hiver ? Quand et à quelle fréquence ? Faites part de vos préférences en répondant au sondage au lien suivant et aidez-les à adapter leur programmation et améliorer leurs services : SONDAGE

➢ Chutes chez les ainés au Canada

Lisez le rapport complet : https://www.canada.ca/fr/sante-publique/services/publications/vie-saine/rapport-surveillance-chutes-aines-canada.html
Comment réduire le risque de chute : https://www.canada.ca/fr/sante-publique/services/publications/vie-saine/comment-reduire-risque-chute.html



➢ Guide de l'aidant naturel

Le ***Guide de l'aidant naturel*** est une ressource créée et réalisée par la FAFM. Disponible en format électronique sur le site web de la FAFM, vous pouvez aussi 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/ 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.

➢ Société Alzheimer

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

➢ **L'âgisme** - Consultez le site web de la FAFM pour des informations sur l'âgisme : https://fafm.mb.ca/sante/

➢ Restez sur la bonne voie en matière de vaccination!

- Il est facile de rester sur la bonne voie avec vos vaccins contre la grippe saisonnière et la COVID-19. Plus d'infos : https://fafm.mb.ca/vaccins-protegez-vous/

AUTRES NOUVELLES ET RESSOURCES

➢ Semaine nationale de l'immigration francophone

5 au 11 novembre 2023 - https://semaine.immigrationfrancophone.ca/edition-2023/

« Parce que nous désirons célébrer la diversité culturelle et favoriser l'intégration des nouveaux arrivants dans nos communautés francophones, nous sommes heureux de dévoiler la nouvelle vidéo qui illustre comment notre réseau façonnera d'ici 2025, des communautés francophones unies dans leur diversité. » - Un projet financé par Immigration, Réfugiés et Citoyenneté Canada.

Cliquez sur l'image et regardez la vidéo.

➢ Service Canada a amélioré ses services de planification de la retraite pour les Canadiens

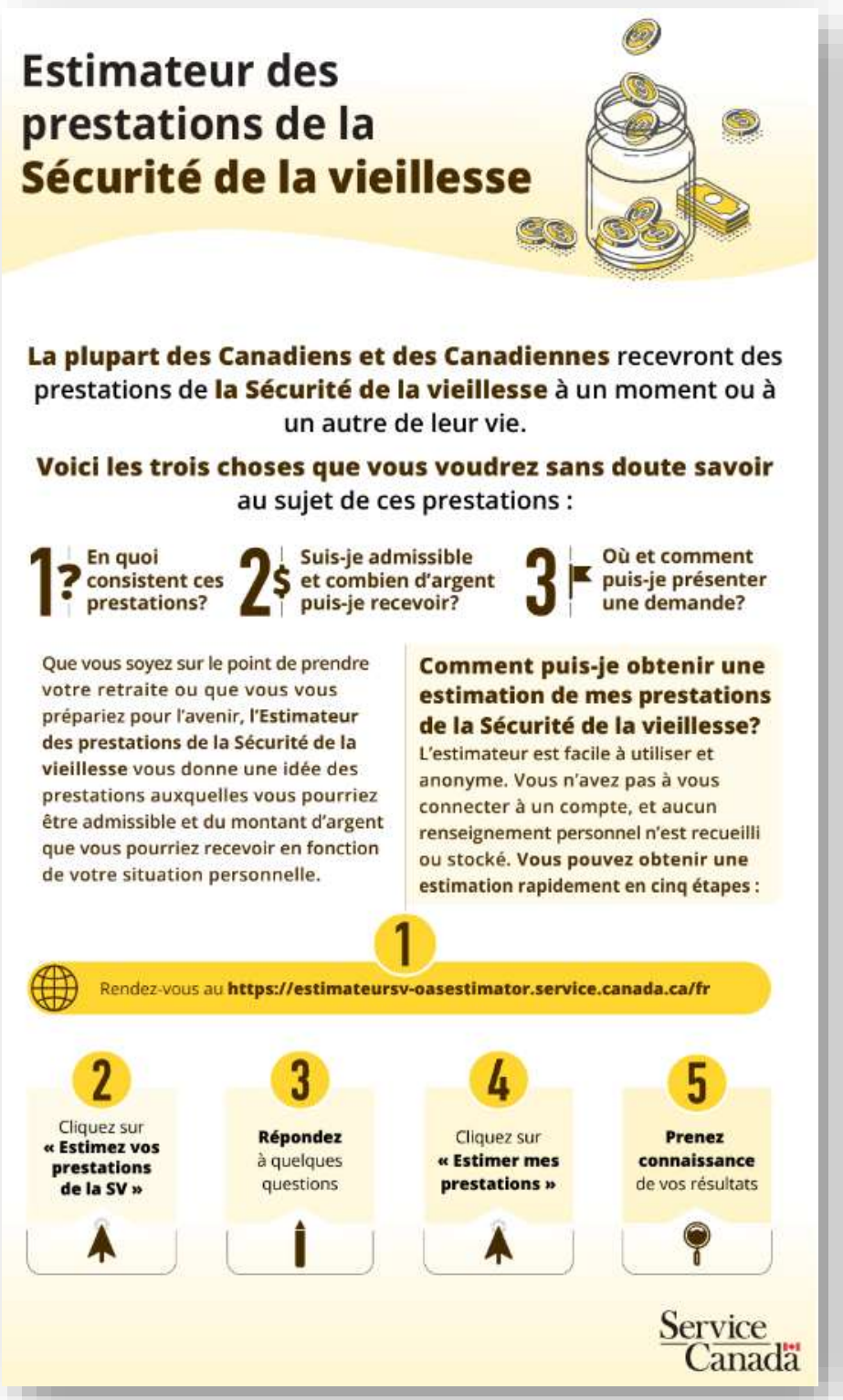
La retraite et sa planification peuvent être complexes et représenter une source de stress pour les aînés et tous ceux qui planifient leur retraite.

C'est pour cette raison que nous faisons la promotion de deux nouveaux outils que les Canadiens peuvent utiliser pour les aider à planifier une retraite dans la sécurité financière et la dignité.

Ces outils aident les Canadiens à prendre des décisions éclairées en matière de planification de la retraite. Ils peuvent ainsi prendre leur retraite l'esprit tranquille, avec confiance. Plus de détails :

https://fafm.mb.ca/services-canada-planification-retraite/

https://estimateursv-oasestimator.service.canada.ca/fr



- Découvrez Personnes et culture – Ville de Winnipeg
- Services de bibliothèque en français / Tous les services - infos en anglais (Ville de Winnipeg)
- **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.

- **Centre culturel franco-manitobain** – Rapport à la communauté, le 25 octobre 2023
- Les Amis du CCFM et Francofonds unissent leurs forces pour lancer un fonds de dotation!
- **Bav'art** – Bulletin d'infos novembre 2023

- **Réseau en immigration francophone du Manitoba -** Actualités de novembre 2023

- Message du ministre des Aînés – Le 14 novembre 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.

POUR VOUS DIVERTIR…

➢ Théâtre Cercle Molière

Matinée pour les aîné.e.s au Théâtre Cercle Molière.

Réservez vos places dès maintenant :
Info@cerclemoliere.com
204-233-8053

Plus d'infos : www.cerclemoliere.com

➢ Manitoba Opera

Une célébration des femmes, de la langue et de la culture métisses Le premier opéra de grande envergure dirigé par des autochtones présenté sur une scène principale d'opéra au Canada.
https://mbopera.ca/season/li-keur-riels-heart-of-the-north-fr/
*Dernière présentation le vendredi 24 novembre à 19 h 30.

Joignez-vous à l'équipe de l'USB

La Division de l'éducation permanente (DEP) de l'Université de Saint-Boniface embauche régulièrement des personnes pour enseigner dans ses cours de langue.

L'Université de Saint-Boniface est un milieu professionnel stimulant et prometteur. Dans une ambiance de franche collaboration, le personnel y bénéficie de conditions avantageuses.

Naviguez les postes disponibles et soumettez votre candidature dès aujourd'hui!

Si vous avez des petites annonces pour la communauté des aîné(e)s, des suggestions de thèmes ou de sujets pour des vidéos, articles ou activités d'intérêt, n'hésitez pas à nous en faire part!

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

Réseaux sociaux

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

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/