INFOLETTRE DU 20 FÉVRIER 2024

« Donnez-moi un gros HÉ HO! »
Célébrez le Festival du Voyageur du 16 au 25 février 2024!

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

➢ Sondage / Tirage pour les 45 ans+

📢 Nous vous écoutons : aidez-nous à comprendre vos besoins! Aidez-nous à prévoir notre offre de programmes et de services adaptés à vos besoins et vos intérêts. Répondez à notre sondage avant le 29 février 2024!

1) Participez en ligne : https://form.jotform.com/240095700956256
2) Imprimez votre copie à www.fafm.mb.ca
3) Contactez-nous au (204) 235-0670 pour recevoir une copie par la poste

À compléter avant le 29 février! Merci!

➢ 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.

La première phase consiste à offrir un service de transport bénévole. Si vous êtes intéressé(e)s à devenir bénévole, merci de remplir le formulaire d'intérêt ci-dessous. Si vous avez des questions n'hésitez pas à les poser à fafm.bvcs@gmail.com

- **Formulaire pour bénévole du service de transport**

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

Inscrivez-vous dès maintenant aux activités HIVER 2023-2024. Consultez l'onglet suivant pour plus d'informations sur toutes les activités : https://fafm.mb.ca/activites-fafm/

➢ Voyages en groupe

En collaboration avec Travel Professionals International, la FAFM est heureuse d'annoncer des voyages en groupe.

Pour s'inscrire ou pour plus d'information, communiquez avec Shirley Noel, agente de voyage certifiée : 204 422-8326 • 204 791-8316 ou à snoel@tpi.ca

➢ Balados et séries audios de la FAFM

❖ Le projet de balados hebdomadaires « **Jamais trop tard** » a comme objectif 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.

Restez à l'écoute!

❖ La FAFM est fière de présenter 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!

❖ Écoutez la série audio ***Tête à tête : Une rencontre entre deux âges***, sur le site web de la FAFM. « Tête à Tête » sert, entre autres, à valoriser les personnes de 50 ans et plus de la francophonie manitobaine tout en assurant un dialogue vers une autre génération. En adressant divers sujets, la chroniqueuse donne un coup d'œil sur la vie et la réalité des gens dans différentes milieux.

➢ ConnectAînés

Le site web ConnectAînés offre une programmation qui permet aux personnes aînées de briser l'isolement tout en s'amusant et en apprenant!

➢ Grouille ou rouille 2024

Réservez la date! Plus de détails à suivre au cours des prochains mois.
Grouille ou rouille 2024 :
https://fafm.mb.ca/grouille-ou-rouille/
Événements Grouille ou rouille antérieurs :
https://fafm.mb.ca/grouille-ou-rouille-2/

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.

➢ Coalition Canadienne pour la santé mentale des personnes âgées (CCSMPA)

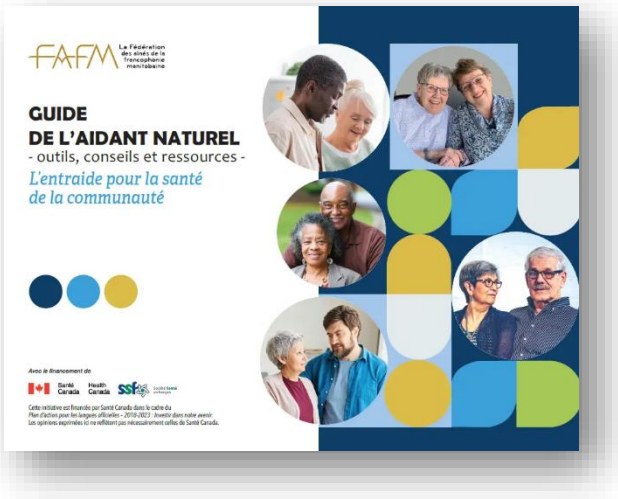
La CCSMPA a lancé son initiative novatrice le 5 février dernier - les toutes premières Lignes directrices canadiennes sur l'évaluation et le traitement de l'anxiété chez les personnes aînées.

La Coalition canadienne pour la santé mentale des personnes âgées et l'Académie canadienne de gérontopsychiatrie comprennent le besoin crucial d'offrir un soutien complet pour lutter contre l'anxiété chez les personnes aînées. Les lignes directrices cliniques sont fondées sur des données probantes qui amélioreront les soins prodigués aux personnes âgées aux prises avec l'anxiété.

Abonnez-vous à l'infolettre de la CCSMPA!

CCSMH Canadian Coalition for Seniors' Mental Health
Connecting People, Ideas and Resources
CCSMPA Coalition canadienne pour la santé mentale des personnes âgées
Rassembler les gens, les idées et les ressources

➢ 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.

➢ Régime canadien de soins dentaires

Le gouvernement du Canada a lancé le Régime canadien de soins dentaires (RCSD) visant à réduire les obstacles financiers à l'accès aux soins de santé buccodentaires pour les résidents canadiens admissibles dont le revenu familial net rajusté est inférieur à 90 000 $ et qui n'ont pas accès à une assurance dentaire.

Les demandes sont acceptées par étapes, en commençant par les personnes âgées, suivies par les adultes qui ont un certificat valide de crédit d'impôt pour personnes handicapées et les enfants de moins de 18 ans. Tous les autres résidents du Canada admissibles pourront présenter leur demande à partir de 2025.

****Veuillez noter que les personnes âgées de 70 ans et plus pouvant être admissibles recevront une lettre les invitant à présenter une demande, accompagnée d'instructions sur la manière de valider leur admissibilité et de présenter une demande par téléphone.****

Le gouvernement du Canada a publié les services couverts par le RCSD qui aideront vos clients à garder leurs dents et leurs gencives en bonne santé, ainsi qu'à prévenir et à traiter les problèmes et les maladies liés à la santé buccodentaire.

⟶ Plus d'infos sur le site web de la FAFM : https://fafm.mb.ca/sante/

Séances francophones à venir

Le mercredi 28 février de 13 h à 14 h (HNE) | **Lien:** https://hc-sc-gc-ca.zoom.us/j/68601715935
Numéro de téléphone: 1-613-209-3054 | **Nº du webinaire:** 686 0171 5935 | **Code secret:** 706098

Le mercredi 20 mars de 14 h à 15 h (HNE) | **Lien:** https://hc-sc-gc-ca.zoom.us/j/66052285818
Numéro de téléphone: 1-613-209-3054 | **Nº du webinaire:** 660 5228 5818 | **Code secret:** 584247

Régime canadien de soins dentaires

Accessible. Abordable. Essentiel.

Admissibilité

Pour être admissible, vous devez :

- ✓ **être un résident canadien aux fins d'impôt**
- ✓ **avoir un revenu familial net rajusté de moins de 90 000 $**
- ✓ **ne pas avoir accès à une assurance dentaire privée ou financée par un employeur ou un régime de retraite**
- ✓ **avoir rempli une déclaration de revenus l'année précédente**

Le RCSD aidera à réduire les obstacles financiers à l'accès aux soins de santé buccodentaire pour près de

9 millions

de résidents canadiens admissibles.

Comment présenter une demande

Phases de présentation de demandes du régime

Groupe	Début des demandes d'inscription
Invitation à présenter une demande envoyée par la poste	
Personnes âgées de 87 ans et plus	À compter de décembre 2023
Personnes âgées de 77 à 86 ans	À compter de janvier 2024
Personnes âgées de 72 à 76 ans	À compter de février 2024
Personnes âgées de 70 à 71 ans	À compter de mars 2024
Demande présentée en ligne	
Personnes âgées de 65 à 69 ans	À compter de mai 2024
Personnes détenant un certificat valide pour le crédit d'impôt pour personnes handicapées	À compter de juin 2024
Enfants de moins de 18 ans	À compter de juin 2024
Tout les autres résidents canadiens admissibles	À compter de 2025

Des lettres seront envoyées par vague à tous les groupes d'âge entre décembre 2023 et mars 2024 jusqu'à ce que toutes les personnes âgées potentiellement admissibles de 70 ans et plus aient été invitées à présenter une demande auprès du RCSD.

La santé buccodentaire est un aspect important de votre santé globale et de votre bien-être. Des visites régulières auprès d'un professionnel de la santé buccodentaire réduisent les risques de développer des problèmes de santé graves.

En 2022, près d'un Canadien sur quatre déclarait éviter de consulter un professionnel de la santé buccodentaire en raison du coût.

Tous les Canadiens méritent de recevoir des soins buccodentaires accessibles et abordables; ils sont essentiels.

Canada.ca/dentaire

Gouvernement du Canada | Government of Canada

Canada

➢ Société Alzheimer

- Les multiples facettes des troubles neurocognitifs au Canada
- Bulletins de nouvelles Manitoba (anglais) – Février 2024
- Société Alzheimer du Manitoba : https://alzheimer.mb.ca/events/ (en anglais)

➢ Les proches aidants / aidants naturels

- Prestations pour proches aidants de l'assurance-emploi (Gouvernement du Canada)

➢ 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/

➢ 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.

AUTRES NOUVELLES ET RESSOURCES

- « Nous, les personnes aînées, on ne devrait jamais prendre notre retraite quand il s'agit d'avoir un impact sur l'épanouissement culturel de nos familles et de nos communautés », pense Solange Haché, présidente de la Fédération des aînées et aînés francophones du Canada (FAAFC)… » - Lire l'article au complet : Pas de retraite pour la construction identitaire **(ACELF)**

- **Bav'art** – Bulletin d'infos février 2024
- **Réseau en immigration francophone du Manitoba -** Actualités de février 2024

- **Aînés au Canada** – Page Facebook
- **Gouvernement du Canada** - Programmes et services pour les aînés
- **Mouvement FrancoGénaire** - Faire front à l'âgisme par l'action! / Page Facebook

- Catalogue conférences, ateliers et formations - Par le biais de ce catalogue, la **Fédération des aînées et aînés francophones du Canada** (FAAFC) souhaite outiller ses associations membres pour qu'elles puissent soutenir les francophones de 50 ans et plus dans leur participation et leur contribution à la vitalité communautaire.
    - Série d'activités en virtuel ou en présentiel OU formations à la carte pour une plus grande opportunité d'apprentissage et de rehaussement des connaissances.

- **Plateforme FrancSavoir** – Rejoignez FrancSavoir pour apprendre, socialiser et découvrir!

La nouvelle programmation hiver/printemps pour les 50 ans+ est en ligne.

- Ville de Winnipeg – **311 Saint-Boniface**
  Hello, bonjour! Le 311 Saint-Boniface vous permet d'obtenir des renseignements sur les services et les programmes municipaux en français et en anglais
  Pour en savoir davantage, cliquez ICI !
- Découvrez Personnes et culture – Ville de Winnipeg
- Services de bibliothèque en français / Tous les services - infos en anglais (Ville de Winnipeg)

POUR VOUS DIVERTIR…

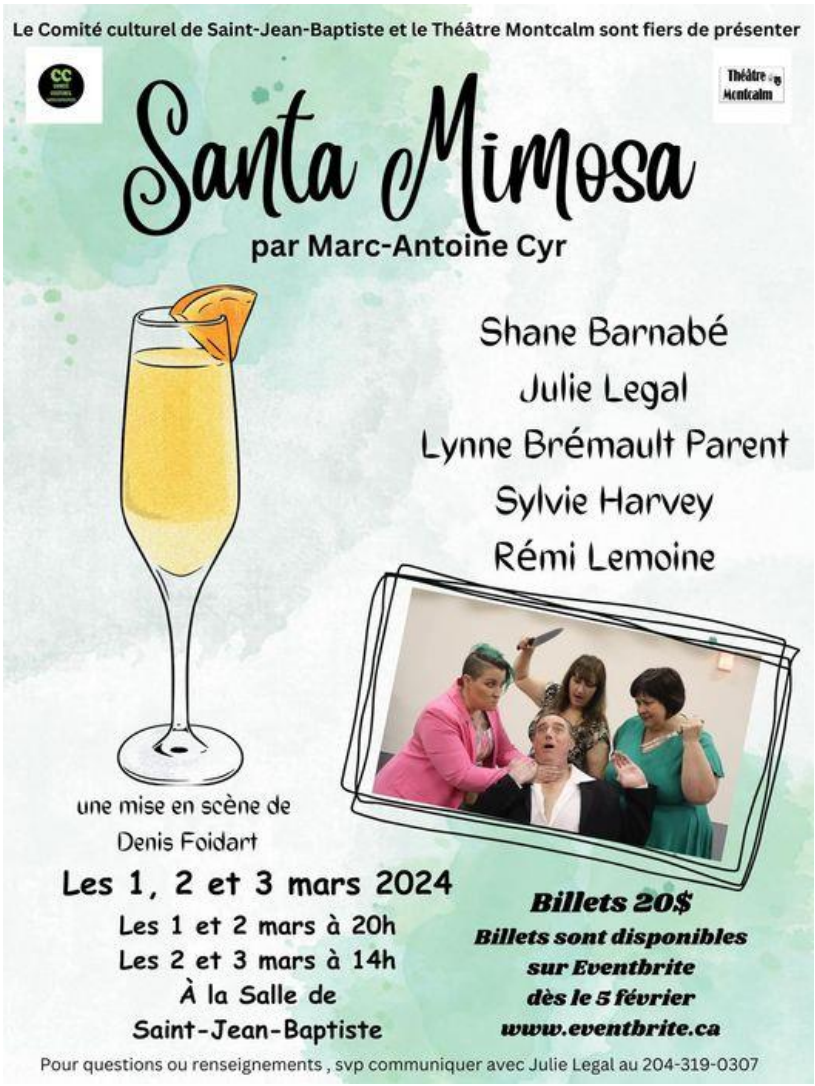
➢ Festival du Voyageur – 16 au 25 février 2024

Programmation du Festival : https://heho.ca/

➢ Santa Mimosa

La production théâtrale « Santa Mimosa » du Théâtre Montcalm de Saint-Jean-Baptiste sera présentée à quatre reprises.

Pour toute personne intéressée, cliquez ICI pour choisir l'un des quatre spectacles présentés (défilez sur l'onglet pour voir toutes les dates).



Petites annonces !

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!

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

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