



Bulletin d'Information

Fredericton - UNE COMMUNAUTÉ POUR LES GENS DE TOUT ÂGE

Projet des bénévoles du bel âge

... de « libre du travail »
à
« libre de créer mon propre héritage
communautaire »

Le Comité consultatif ville amie des aînés de la Ville de Fredericton et les Bénévoles du Grand Fredericton (BGF) unissent leurs efforts en vue d'accroître le taux de bénévolat chez les baby-boomers et les aînés de Fredericton. Grâce à une subvention pour les projets communautaires du programme fédéral Nouveaux Horizons pour les aînés, le projet des bénévoles du bel âge a été lancé. Nous cherchons à recruter des baby-boomers et des aînés talentueux afin de soutenir les organismes sans but lucratif qui travaillent sans relâche pour offrir des services utiles qui améliorent la qualité de vie des membres de notre collectivité.



Photo par Angela Watson

Photo du lancement officiel de la subvention le 31 mars 2017
De gauche à droite: Eric Megarity, conseiller municipal de Fredericton;
Carol Morrison, membre du Comité consultatif ville amie des aînés de
Fredericton et Matt DeCoursey, député fédéral

Les baby-boomers et les aînés ont de nombreuses compétences, une vaste expérience ainsi qu'une foule de relations personnelles. Beaucoup d'entre eux cherchent des occasions de mettre à profit leurs talents de la façon la plus avantageuse pour leur collectivité, tandis que d'autres cherchent à nouer de nouvelles amitiés et à établir des rapports sociaux. Des recherches menées

par Bénévoles Canada montrent que le fait de devenir bénévole peut améliorer la santé physique, émotionnelle et cognitive, réduire l'isolement social et les sentiments d'insécurité et favoriser l'inclusion sociale, le soutien social et l'engagement civique.

Puisque le nombre global de baby-boomers et d'aînés dans notre collectivité est à la hausse, il est plus important que jamais de faire en sorte qu'ils participent activement à la prise de décisions civiques et au développement communautaire.

À cette fin, le Comité consultatif ville amie des aînés de Fredericton et les Bénévoles du Grand Fredericton lanceront au printemps 2017 le projet des bénévoles du bel âge, qui comprend :

1. l'organisation, en collaboration avec Bénévoles Canada, d'un atelier de formation en mai 2017 afin d'aider les organismes à but non lucratif à attirer, à placer, à motiver et à retenir les baby-boomers et les aînés comme bénévoles;
2. l'organisation en octobre 2017 d'une séance d'orientation et d'un salon de recrutement de bénévoles du bel âge à l'intention des baby-boomers et des aînés;
3. la création d'une plateforme électronique de jumelage sur le site Web des Bénévoles du Grand Fredericton (BGF) afin de faciliter, tous les jours, 24 heures sur 24, les placements de bénévoles du bel âge (dirigée par BGF);
4. la prestation de services d'encadrement et de jumelage individuels pendant 12 mois (dirigée par BGF);
5. l'apport d'un soutien financier pour couvrir les coûts des vérifications des antécédents en vue d'un travail auprès de personnes vulnérables, au besoin.

Grâce à cette initiative, nous espérons rendre encore meilleure notre collectivité dynamique et encourager les citoyens de tous les âges à être actifs et à s'impliquer.

Le Comité consultatif ville amie des aînés de Fredericton remercie la Ville de Fredericton de son soutien, le conseiller Eric Megarity et le personnel municipal de leur rôle dans l'exécution et la surveillance du projet et Susan White, du Réseau d'inclusion communautaire, d'avoir fait part de sa vision.

CONSEILS POUR LA PRÉVENTION DU CRIME DE L'AGENT DUNCAN LOMBARD:



Fredericton Force Policiere

1. Assurez-vous que votre ordinateur est muni d'une protection à jour contre les virus.
2. Ne divulguez jamais vos mots de passe et changez-les tous les trois mois.
3. Un mot de passe devrait contenir des majuscules et des minuscules ainsi qu'au moins un chiffre ou un symbole, par exemple Cielbleu#1.
4. N'ouvrez pas les courriels qui semblent suspects ou qui proviennent d'une adresse électronique que vous ne reconnaissez pas.
5. Les fraudeurs utilisent souvent le véritable logo d'une entreprise, par exemple d'une banque ou d'Énergie NB, pour tenter d'obtenir des renseignements personnels.

... Être bon voisin, ça commence avec un sourire ...

« Parlons mieux-être »

Une exposition pour promouvoir le vieillissement en santé

Vous êtes à la recherche de services et d'activités pour mener une vie saine et indépendante tout en vieillissant en beauté? Vous avez un revenu fixe et vous vous demandez quelles activités sont abordables? Ne ratez pas cette première à Fredericton! Le Comité consultatif ville amie des aînés de Fredericton, l'association des enseignants à la retraite et la Direction du mieux-être du ministère du Développement social organisent « Parlons mieux-être », une exposition sur le mieux-être qui aura lieu le 29 avril 2017, de 10 h à 16 h, à l'école secondaire Leo Hayes High School. L'entrée est LIBRE. Les dons volontaires à la campagne « Feed the Lions » seront acceptés.

Dès 10 h, de nombreux fournisseurs de services et organismes auront des kiosques dans le cafétorium. Des mini-ateliers sur des sujets comme la rédaction du testament, la simplicité volontaire, l'activité physique et la saine alimentation seront offerts toute la journée dans la bibliothèque selon le principe du premier arrivé, premier servi. Le groupe de musique Second Chances Band sera aussi sur place. Au gymnase, vous pourrez observer ou essayer le pickleball, la danse en ligne, le tai-chi ou la Zumba.

Il ne s'agit pas d'une foire commerciale, mais plutôt d'une exposition qui vise à vous informer sur ce qui est offert à Fredericton. Emmenez un ami et laissez-vous étonner par toute la gamme de services à votre disposition. Pour un horaire des mini-ateliers ou des démonstrations d'activité physique, veuillez envoyer un courriel à agefriendly@fredericton.ca ou composer le 460-2235.

Activités et événements dans la communauté...

Exposition artistique des aînés sur l'avenue Johnston

Venez admirer les œuvres créées par les étudiants de nos classes d'art. Des peintures à l'huile, à l'acrylique et à l'aquarelle seront en exposition. L'atelier des aînés de Fredericton tiendra en même temps une exposition-vente, qui mettra en vedette de nombreuses œuvres d'art et des projets fonctionnels de travail du bois.

Lieu : Centre pour personnes âgées de l'avenue Johnston

Date : Mercredi 10 mai 2017

Heure : De midi à 14 h

Wednesday Walkers

Ce groupe de marche dans les sentiers

très populaire à participation gratuite se rencontrera pour la première fois en 2017 le mercredi 24 mai prochain. Le groupe se réunit à 10 h tous les mercredis, de mai à octobre inclusivement, pour une randonnée d'une heure, si les conditions météorologiques le permettent. Tous les adultes sont les bienvenus, quel que soit leur niveau de forme physique. Chaque semaine, les marches ont lieu sur différents tronçons du réseau de sentiers municipal. Pendant la saison, des séances d'information sont offertes aux membres sur des thèmes comme la saine alimentation, les étirements et le choix de chaussures convenables.

Pour obtenir le calendrier de 2017 des Wednesday Walkers, veuillez envoyer un courriel à agefriendly@fredericton.ca ou composer le 460-2235.

Fredericton Folks on Spokes

Nous sommes un club social de vélo. Si vous avez plus de 50 ans, avez une bicyclette et un casque protecteur et appréciez la bonne compagnie, joignez-vous au club Fredericton Folks on Spokes pour vous amuser et faire de l'exercice sur les sentiers de Fredericton. Tout ce qu'il vous faut, c'est une bicyclette en bon état et un casque protecteur. De la fin mai au début octobre, le groupe se rencontre à 10 h tous les mardis au Centre des visiteurs des sentiers de la rive nord pour faire une promenade.

Pour connaître toutes les activités et promenades organisées par le club, envoyez un courriel à frederictonfolksonspokes@outlook.com ou abonnez-vous à notre page Facebook : <https://www.facebook.com/folksonspokesfredericton>.

GUIDE DE PRÉPARATION EN CAS D'URGENCE DU NOUVEAU-BRUNSWICK:

<http://www2.gnb.ca/content/dam/gnb/Departments/ps-sp/pdf/emo/2015-NB-EMObooklet-F.pdf>

Vous avez votre mot à dire dans le travail qu'accomplit le Comité consultatif ville amie des aînés de Fredericton : faites part de vos idées et commentaires à l'un ou l'autre de ses membres ou communiquez avec le Comité age-friendly@fredericton.ca.

Pour obtenir de plus amples renseignements, y compris le répertoire pour les personnes âgées et les mesures à prendre pour faire de Fredericton une ville amie des aînés : **ville amie des aînés de la Ville de Fredericton**