

# Bulletin d'Information



## Fredericton - UNE COMMUNAUTÉ POUR LES GENS DE TOUT ÂGE

### Êtes-vous prêts?

Les récents feux de forêt en Alberta nous rappellent qu'une catastrophe peut se produire n'importe où, à tout moment. Si vous deviez évacuer votre résidence dans les trois heures, sauriez-vous ce que vous devriez apporter? Et si vous ne disposiez que d'une heure?

À la suite d'incendies dans le sud des États-Unis, les responsables de la préparation aux situations d'urgence ont établi une liste en huit points de ce qu'il faut rassembler dans votre véhicule en vue d'une évacuation d'urgence. Cette liste vous aidera à vous préparer à faire face à une situation qui, nous l'espérons, ne se produira jamais – mais qui pourrait survenir!

1. Personnes et animaux domestiques
2. Documents, numéros de téléphone, passeport, etc.
3. Médicaments d'ordonnance, prothèses dentaires, etc.
4. Photos, souvenirs irremplaçables
5. Téléphone cellulaire et chargeur, ordinateur personnel
6. Cartes de crédit, argent comptant
7. Essence (maintenez le réservoir de votre voiture à plus de la moitié)
8. Pantalons, chaussures et vêtements de base pour passer la nuit

Nous remercions les gens de Fredericton d'avoir fait du premier numéro du bulletin du Comité consultatif ville amie des aînés de Fredericton un franc succès. Le bulletin de l'automne cherche à s'inspirer de cette réussite et vise à vous informer des mesures que prend notre ville afin d'être plus accueillante pour les aînés.

Lisez l'histoire d'une famille qui s'est récemment installée à Fredericton et apprenez ce qu'ont fait des aînés pour l'aider à s'adapter à sa nouvelle vie dans notre ville. Prenez aussi note du forum sur le vieillissement, intitulé Day for the Ages, qui se tiendra le 5 novembre prochain, et de la façon dont vous pouvez vous faire entendre et contribuer à faire de Fredericton un meilleur endroit où vivre.

### COMMENT EST-CE QUE NOUS POUVONS CHANGER LA CONVERSATION SUR LE VIEILLISSEMENT ?



On considère de plus en plus le vieillissement de la population comme une charge et non un atout, comme un « tsunami » qui nous ensevelira sous les dettes et non comme un exploit de la science moderne. Le vieillissement comme tel n'est pas vu comme une expérience à vivre, mais comme un problème – social et économique – à résoudre.

Le temps est venu de changer la façon dont on perçoit la "vieillesse".

L'objectif de cet événement stimulant d'une journée, organisé en collaboration avec Innovation sociale de la région de Fredericton, l'Université St. Thomas et l'Institut atlantique sur le vieillissement,

est de rassembler des gens de tout âge – de 20 ans à 90 ans – et de réfléchir au potentiel d'une population vieillissante à Fredericton et ailleurs. Il vise à faire comprendre que le bel âge est une époque de découverte et non seulement de déclin, une période d'apprentissage et de création, une occasion de redonner et de continuer à croître en vieillissant et non seulement de devenir vieux.

Soyez des nôtres le samedi 5 novembre 2016 à 10 h au complexe Forest Hill. (L'événement se déroulera uniquement en anglais.)

Pour en savoir plus : <http://adayfortheages.com/>

## Premiers amis à Fredericton

Par Carol Morrison

En novembre 2015, l'Association multiculturelle de Fredericton (AMF) recrutait des bénévoles pour guider les réfugiés syriens au cours du processus de réinstallation et d'intégration. Les bénévoles (Canadiens de souche ou immigrants déjà installés) étaient jumelés à un ou plusieurs nouveaux arrivants et devaient les rencontrer chaque semaine pour au moins deux heures au cours des six premiers mois cruciaux afin de converser, de tisser des liens d'amitié et de les présenter à leur nouvelle communauté.

Plus de 250 personnes et groupes sont devenus Premiers amis à Fredericton, dont la moitié avait plus de 60 ans. À compter du 28 avril 2016, seulement deux nouveaux arrivants étaient âgés de plus de 65 ans, mais ce nombre devrait croître à mesure que les familles seront réunies.

Être jumelée à une famille de cinq personnes arrivée à l'aéroport de Fredericton le 6 janvier 2016 a été le début d'une aventure remarquable. De nombreux moments ressortent : voir la famille dont les membres se serraient les uns contre les autres à l'aéroport, l'air fatigué et hésitant; communiquer à l'aide de gestes et de Google Translate; arpenter le Superstore à la recherche de labneh, de zaatar et de ghee; recevoir l'aide d'étrangers; rencontrer des bénévoles arabophones; aller à des rendez-vous pour des soins de santé; recueillir les articles essentiels le jour du déménagement; les employés et les bénévoles merveil-

leux de l'AMF; faire connaître à la famille des commerces comme Victory, Value Village, Sobeys, Fadi's, Scoop and Save et l'église St. Theresa; les repas communautaires avec l'Association islamique de Fredericton; apprendre les trajets d'autobus; partager des repas halal; boire du maté dans une courge bouteille; boire du café turc et vivre des aventures en hiver!

Toutefois, ce qui m'a le plus touchée, c'est la confiance dont témoigne la famille, le sens des responsabilités accablant (et le sentiment d'insuffisance),



De gauche à droite : Trish deWitt, Hassan Aldaeef, Nagem Aldaeef, Yousif Aldaeef, Mariam Aldaeef, Yazan Aldaeef, Edward Mansfield, Carol Morrison. Absents lors de la photo : Liz et Paul McDonnell, aussi Premiers amis à Fredericton de la famille Aldaeef.

le nombre de choses fondamentales qu'ils doivent apprendre (soins de santé, services bancaires, sièges d'auto), la profonde gratitude ressentie des deux côtés et la force de l'amitié qui durera certainement des années. Parmi les souvenirs que je garderai : Mariam assise tranquillement sur le plancher de leur appartement, son bébé de trois mois sur un oreiller (il n'y avait

pas encore de meubles) entourée d'un tas de choses à ranger (litterie, boîtes, etc.). Elle était si paisible.

La famille est maintenant établie dans un appartement à trois chambres, appuyée par d'autres familles syriennes dans le même immeuble. Les deux enfants plus âgés sont inscrits à l'école primaire. La mère suit des cours de langue à l'AMF et le père a trouvé un emploi comme barbier. Les deux parents ont obtenu un permis de conduire de classe 7 et ont récemment acheté une voiture.

Pour de plus amples renseignements, visitez la page web: [ville amie des aînés de la Ville de Fredericton](http://www.fredericton.ca/fr/hotel-de-ville/le-conseil-municipal-et-les-comites/comites/comite-consultatif-ville-amie-des-aines)

<http://www.fredericton.ca/fr/hotel-de-ville/le-conseil-municipal-et-les-comites/comites/comite-consultatif-ville-amie-des-aines>