

Relaxer.
Vous êtes couverts.

Nous offrons une assurance auto et habitation en laquelle vous pouvez avoir confiance.

Mitchell McConnell Insurance Ltd.

Obtenez une soumission d'assurance instantanée, appelez : 1-800-796-2455

(506) 634-7200 | mitchellmccconnell.com
660 Rothersey Ave, Saint John, NB

Service public d'éducation et d'information juridiques du Nouveau-Brunswick (SPEIJ-NB)

Nous offrons gratuitement des brochures et dépliants sur divers sujets en droit

Aider le public à connaître la loi

www.legal-info-legale.nb.ca | 506-453-5369

LOTO 50/50

Jouez chaque semaine!

1 800 453-4333 • www.fcanb.ca

Bulletin 50+

Janvier 2023 • numéro 1

Fédération des citoyen(ne)s aîné(e)s du Nouveau-Brunswick

www.fcanb.ca



Le service 211 NB est disponible partout dans la province



Nous réalisons avec les appels qui entrent à notre bureau provincial que plusieurs aîné(e)s ne sont pas encore au courant du 211.

Le service 211 NB – une ressource gratuite, bilingue et confidentielle ayant pour but d'aider les gens du Nouveau-Brunswick à s'orienter dans le réseau des services communautaires et sociaux, des services de santé non cliniques et des services gouvernementaux – a été lancé en octobre 2020 par le gouvernement provincial, en partenariat avec le gouvernement fédéral et Centraide.

Ce service fournit aux gens du Nouveau-Brunswick des renseignements sur les mesures de soutien disponibles dans leurs communautés.

Les gens du Nouveau-Brunswick peuvent composer le 211, et des employés formés les dirigeront vers des services qui répondent à leurs besoins de tous les jours ou en temps de crise.

Le 211 NB est un service qui aide à combler une lacune en nous permettant d'orienter les gens parmi les ressources et services sociaux et communautaires offerts au Nouveau-Brunswick – depuis les besoins de base, comme le logement ou la nourriture, jusqu'au soutien pour les jeunes, les aîné(e)s, la santé mentale, et plus encore. Le nouveau service 211 NB étant offert à l'échelle de la province, il permet d'atteindre l'ensemble

de nos communautés et de leur fournir le soutien dont elles ont besoin.

Le service est totalement fonctionnel et il permet d'obtenir des services de renseignement et de références tous les jours, 24 heures sur 24.

Nos lignes téléphoniques sont à disposition des résidents de la province 24 heures sur 24, 7 jours sur 7, 365 jours par année, dans 170 langues différentes. Vous pourrez parler à une vraie personne pour poser des questions relatives à votre situation.

Ce service est 100% gratuit et confidentiel.

Pour contacter le 211 NB, vous pouvez :

- Composer le 2-1-1 (appel gratuit)
- Appeler au 1-855-258-4126 (sans frais) Ligne ATS
- Appeler le SRV au 1-855-405-7446 (sans frais)
- Écrire à 211nb@findhelp.ca, ou
- Vous connecter au portail en ligne pour consulter la base de données : nb.211.ca

Leur site web est la version publique en ligne de la base de données. Ce site web complète le service téléphonique 211. En composant le 211, les résidents du Nouveau-Brunswick peuvent obtenir de l'information sur un large éventail de programmes et de services communautaires.

Voici les principales caractéristiques de 211:

- Numéro de téléphone non urgent facile à retenir, qui permet un accès rapide à de l'information et référence vers des services communautaires, sociaux, de santé et gouvernementaux
- Toujours répondu par une personne
- Disponible 24 heures sur 24, sept jours sur sept par téléphone ou en ligne
- Offre des services téléphoniques multilingues
- Disponible pour les personnes sourdes, devenues sourdes ou malentendantes via ATS

Les partenaires:

- United Way Canada Centraide
- Conseil de développement humain de Saint Jean
- Services d'information Findhelp

Composez le 2-1-1 pour:

- Numéro de policiers non urgent
- Banques alimentaires
- Clinique sans rendez-vous
- Soutien Alzheimer
- Aide pour la santé mentale
- Livraison de repas à domicile
- Refuges d'urgence pour sans-abri
- Services aux victimes de violence familiale

(Suite à la page 2)



Suivez-nous, aimez notre page et partagez!

Conseils de sécurité pour l'hiver

L'hiver est arrivé! Les températures baissantes et les heures d'obscurité se multipliant, les aîné.e.s pourraient constater que le climat froid a des conséquences négatives sur leur santé et leur bien-être.

Voici quelques rappels pour vous aider à vous protéger et rester en santé :

- Assurez-vous de vérifier les alertes météo, y compris les alertes de refroidissement éolien.
- Habillez-vous de vêtements souples et respirants et couvrez votre cou et votre tête.
- Retirez vos vêtements trempés ou humides dès que vous entrez quelque part.

- Essayez de bouger et de rester actif.
- Mangez sainement pour conserver votre énergie et hydratez-vous.
- Gardez votre cuisine approvisionnée.
- Entretenez des liens sociaux pour protéger votre santé mentale.
- Trouvez un abri lors de conditions de froid extrême.
- Portez des chaussures d'hiver avec une bonne traction pour aider à prévenir les chutes.
- Limitez l'utilisation d'appareils de chauffage autonomes (risque d'incendie).
- Gardez une trousse d'urgence (lampe de poche, bougies, briquet, radio à



piles...)

- Préparez votre voiture pour l'hiver
- Planifiez des appels ou des rendez-vous avec vos proches.

Avec le temps hivernal, il est extrêmement important de rester en bonne santé dans le froid extrême.

Le service 211 NB *(Suite de la page 1)*

- Santé publique
- Télésoins NB
- Services de crise
- Numéros des lignes d'aide provinciales et locales
- Aide à l'établissement pour les nouveaux arrivants
- Centres d'aide au logement
- Programme sans rendez-vous pour les jeunes
- Counseling pour les enfants, les jeunes et les familles
- Aide d'urgence pour les services publics
- Comprendre quel service gouvernemental pourrait aider ou assister
- Programmes de soutien aux personnes handicapées
- Programmes en compétences parentales



L'art d'une retraite réussie, c'est se donner les moyens de vivre sa passion.

Votre retraite dans trois ans... un an... maintenant!

Avez-vous songé au style de vie que vous désirez à votre retraite?
Savez-vous combien vous coûtera la retraite tant désirée?

Vous êtes déjà à la retraite...

Qu'en est-il de votre plan?
Avez-vous pensé à votre succession?

Prenez rendez-vous

uni.ca/patrimoine
1 888 359-1357

