

Witamy w wiosennym wydaniu

## Spis treści

### Spis treści

Witamy w wiosennym wydaniu .....	1
Spis treści .....	1
Świętujemy spędzony razem rok!.....	1
Czerwcowe obchody.....	1
100 lat błogosławieństw .....	3
Malarstwo zapewnia dorosłym sposobność zabawy.....	4
Tourné Słuchania dla Dyrektora Generalnego.....	5
Ping-pong zapewnia kontakty społeczne i zdrowie mieszkańcom Cliffwood Manor .....	6
Rzut oka na naszą społeczność.....	7
Odpowiadamy na Wasze pytania .....	7
Dbaj o bezpieczny czysty dom! .....	9
Bądź w kontakcie!.....	10
Zgłoś się do nas .....	10

### Świętujemy spędzony razem rok!

Toronto Seniors Housing z dumą obchodzi naszą pierwszą rocznicę! Dziękuję Wam za nieustanne zaangażowanie i wsparcie dla Toronto Seniors Housing w trakcie naszego „zapuszczania korzeni” podczas ubiegłego roku. Bez Waszej pomocy nie zaszlibyśmy tak daleko.

Życzymy sobie jeszcze wielu wspólnie spędzonych lat!

Tom Hunter, Dyrektor Generalny

### Czerwcowe obchody

Czerwiec oznacza początek lata oraz wiele ważnych dni i obchodów. Czerwiec jest Miesiącem Seniora, początkiem sezonu obchodów Równości i Narodowym Miesiącem Rdzennej Historii. Na portalu miasta jest kalendarz imprez, który możesz sprawdzić w każdej chwili, aby zobaczyć, co się aktualnie odbywa:

[toronto.ca/explore-enjoy/festivals-events/](http://toronto.ca/explore-enjoy/festivals-events/)

Możesz również zadzwonić pod numer 311 lub odwiedzić miejscową bibliotekę, aby dowiedzieć się więcej o tym, co się dzieje w mieście!

### **Miesiąc Seniora**

Czerwiec jest Miesiącem Seniora w Ontario. Doceniamy naszych wspaniałych lokatorów i wkład, jaki wnieśli w naszych społecznościach na terenie całego miasta. Nasz postęp nie byłby możliwy bez Waszego przewodnictwa, wysiłków i wsparcia.

Dziękujemy Wam!

W ramach wsparcia Miesiąca Seniora, Miasto Toronto gości bieg/marsz Toronto Challenge dla upamiętnienia 30 lat wspierania seniorów. Impreza ta, pod patronatem Hunt's Healthcare, odbędzie się w niedzielę dnia 11 czerwca, na placu Nathan Phillips Square (Toronto City Hall). Z uzyskanych funduszy skorzystają pensjonariusze domów długoterminowej opieki w naszym mieście. Pomogą one też lokalnym agencjom, które wspierają seniorów i szczególnie narażone osoby w całym Toronto. Więcej informacji jest na stronie [www.toronto.ca/challenge](http://www.toronto.ca/challenge). Więcej informacji o tym, jak prowincja upamiętnia wkład seniorów podczas tego miesiąca znajdziesz pod adresem [ontario.ca/page/celebrating-seniors-ontario](http://ontario.ca/page/celebrating-seniors-ontario).

### **Komunikat Komitetu Doradczego Lokatorów - Seniorów**

Członkowie Komitetu Doradczego Lokatorów-Seniorów (Senior Tenants Advisory Committee, STAC) stale wypowiadają się w wielu sprawach dotyczących Toronto Seniors Housing.

W ciągu ostatnich kilku miesięcy, członkowie STAC:

- zgłosili opinie o tym, jak będziemy mierzyć nasze cele
- spotkali się z zespołem Programu Szybkiego Przekwaterowania naszego miasta, aby podzielić się uwagami i dowiedzieć się więcej o programie
- spotkali się z kilkoma zespołami personelu, w tym z nowymi Koordynatorami Zaangażowania Społecznego i zespołem Komunikacji
- objaśnili nam, jak można lepiej rozmawiać z lokatorami o sprawach lokatorskich, które mogą ich martwić

Przekazali nam też sugestie, jak najlepiej dotrzeć do lokatorów, gdy chcemy od nich uzyskać opinie na temat nowego modelu zaangażowania lokatorów. Obok innych lokatorów, również wielu członków STAC przekazało swoje uwagi i opinie na wiele innych tematów. Dostarczyli nam wskazówek dotyczących przepisów i projektów, których celem jest poprawa jakości życia lokatorów.

Nadal skupiamy się na słuchaniu lokatorów. Na początku czerwca pojawią się plakaty z pytaniami o Wasze opinie na temat nowego modelu zaangażowania lokatorów. Jeśli chcesz, by Twój głos był usłyszany, skontaktuj się ze swoim Koordynatorem Usług dla Seniorów lub wyślij e-mail do [communities@torontoseniorshousing.ca](mailto:communities@torontoseniorshousing.ca).

Jeśli chcesz dowiedzieć się więcej o Komitecie Doradczym Lokatorów-Seniorów, wyślij e-mail do [STAC@torontoseniorshousing.ca](mailto:STAC@torontoseniorshousing.ca)

## 100 lat błogosławieństw

Maria DeSouza urodziła się sto lat temu w Goa, w Indiach. Od tej pory przeżyła Wielką Depresję i II Wojnę Światową, była świadkiem pierwszego lądowania na księżycu i początków epoki Internetu.

A teraz Maria obchodzi również inną rocznicę: od 30 lat prowadzi niezależne życie w Cliffwood Manor.

Z początku bała się pozostawić swoją rodzinę, z którą mieszkała, i przenieść się do swojego mieszkania w Toronto Seniors Housing w wieku 70 lat. Jednak powoli zaczęła jej się podobać niezależność. Obecnie nie może długo pozostawać poza domem. „Kocham swój dom”, mówi. „Chcę zawsze powracać tutaj”.

W ciągu swoich 100 lat Maria widziała wiele, w tym również przybycia i odejścia wielu sąsiadów. Ma głęboką świadomość, jak ulotne może być życie i twierdzi, że zawdzięcza długie życie swojej wierze rzymskokatolickiej. „Nie wiem, jak mi się to udało, ale zawdzięczam to łasce Boga”, mówi.

Maria nie tylko żyje, ale rozkwita, i jest stale zajęta, bo ma pełną listę kreatywnych hobby, takich jak gotowanie, szycie, robótki na drutach, szydełkowanie i malowanie. Nauczyła się malować dopiero w okolicach 80-tych! A gdy wnuki podarowały jej iPada nie była pewna, czy jest jej potrzebny, ale szybko się nauczyła z niego korzystać.

Maria jest przyzwyczajona do przystosowywania się do zmian warunków, bo w jej życiu zaszło wiele historycznych przemian.

Zapytana o radę, jakiej udzieliłaby sobie, gdy była młodsza, Maria zastanawia się chwilę, po czym mówi: „ciesz się życiem, bądź silna i dbaj o swoją edukację. Możesz dokonać wszystkiego, co zechcesz”. Odwaga i nadzieja nie są jej obce. Dziś w otoczeniu 15 wnuków i 18 prawnuków, Maria ma jeszcze wiele przed sobą.

### Malarstwo zapewnia dorosłym sposobność zabawy

Do wielu tytułów, jakie uzyskał Jacob de Jong przez wiele lat, jako emerytowany prawnik i biznesman, może on teraz dodać nowy: malarz.

Wychował się w dużej rodzinie holendersko-kanadyjskiej, w której wszyscy byli uzdolnieni artystycznie, więc można powiedzieć, że malarstwo było jego przeznaczeniem. Jego prapradziadek, którego portret własny wisi w przedpokoju mieszkania, był wytrawnym artystą. Z kolei Jacob, jako nastolatek, próbował odręcznego rysunku, ale zaczął malować dopiero wtedy, gdy wprowadził się do budynku TCHC sześć lat temu. Miał sfatygowany drewniany stół i niedobre krzesła, które „miały nudny wygląd”. Zatem poszedł do taniego sklepu naprzeciwko, kupił trochę tanich farb i pomalował meble na różne kolory i odcienie. Stwierdził, że projekt sprawił mu głęboką satysfakcję i radość. Od tego się zaczęło.

Jacob maluje przeważnie farbami akrylowymi na płótnie, ale używa także farb olejnych, ołówka i grafitu na innych powierzchniach, od lamp do obramowań drzwi. „Całe mieszkanie jest moją pracownią”, mówi Jacob. Świadczą o tym obrazy i fotografie wiszące na ścianach, poobijane sztalugi, zabytkowe meble starannie ustawione (i prawdopodobnie wielokrotnie przestawiane) i kolory harmonijnie niedobre, tak jak tylko artysta potrafi. Jacob wykorzystuje nawet podłogę do malowania niektórych swoich większych płócien.

Zapytany o swoje inspiracje, Jacob mówi „Zawsze byłem miłośnikiem sztuki holenderskiej, więc od tego zacząłem”. Każdy z jego obrazów jest unikatowy i z każdym wiąże się osobista historia, która sprawia, że trudno jest się z nimi rozstać. „Emocje i osobista historia obrazu odchodzą wraz z nim”.

Jacob uważa, że każda osobista interpretacja jakiegokolwiek jego dzieła jest równie uzasadniona, jak jego własna. Nad jego mistrzowsko pomalowanym stołem

wisi duże płótno pod tytułem Cafe No.2. Jacob widzi na tym płótnie dwie osoby na przeciwległych ławkach, pogrążone w trudnej rozmowie. Kolorowy obraz z pastelowymi plamami żółci, zieleni, czerwieni i błękitu zawieszony nad kanapą w salonie jest dla niego grządką nowych kwiatów. Ale Jacob uważa, że to, co myśli i czuje każdy patrzący nadaje obrazowi jego znaczenie. W związku z tym żaden z jego obrazów nie jest podpisany. „Moja tożsamość nie jest istotna... gdy patrzysz na obraz, staje się on nowym dziełem sztuki, zatem twój punkt widzenia jest równie istotny, jak mój”. Jednak nie każde dzieło musi coś znaczyć, mówi Jacob. „Czasami jest ono po prostu tym, czym się wydaje – ładnymi kolorami na płótnie”.

Jacob tworzy nadal na bazie wdzięczności i dumy: dumny z tego, że mieszkańcy Toronto stworzyli Toronto Seniors Housing i wdzięczny za to, że jako jego lokator ma możliwość, wraz z innymi, oddawać się swoim hobby i pasjom. „Jestem najzupełniej zadowolony”.

### Tournée Słuchania dla Dyrektora Generalnego

W czerwcu 2022 r. Dyrektor Generalny, Tom Hunter, miał przygotowane dla niego Tournée Słuchania, aby nawiązać kontakty z lokatorami i personelem i poznać ich problemy, życzenia i potrzeby dotyczące nowej korporacji. Tom zakończył już swoje tournée, po odwiedzeniu ponad 2300 lokatorów ze wszystkich 83 budynków. Aby lepiej wspierać te rozmowy, Toronto Seniors Housing sprowadziła 65 tłumaczy. Dziękujemy wszystkim licznym lokatorom i pracownikom, którzy przyczynili się do sukcesu tych spotkań.

Problemy są w dużej mierze te same we wszystkich budynkach, przy czym lokatorzy wymieniają **następujące kwestie priorytetowe:**

- Szkodniki, w tym pluskwy, inwazje prusaków i gołębie na balkonach
- Niepożądani i nieproszeni goście, stwarzający problemy dla lokatorów
- Poprawa bezpieczeństwa
- Poprawa usług tłumaczy ustnych i pisemnych, aby więcej lokatorów mogło brać udział
- Ulepszenie lub wymiana starzejącego się sprzętu
- Więcej zajęć dla lokatorów, w małych i dużych grupach

Opinie zebrane podczas imprez Tournée Słuchania doprowadziły już do konkretnych działań, w tym:

- Trzy projekty z zakresu zwalczania szkodników, poprawy bezpieczeństwa, a także relacji między personelem a lokatorami.
- W dalszej części roku 2023 planowana jest ankieta lokatorska, aby zebrać lepsze informacje o językach lokatorów i ich innych potrzebach, co pozwoli Was lepiej wspierać.
- Został stworzony wyspecjalizowany zespół zwalczania szkodników i rozpoczęto nowe projekty w celu ulepszenia tego procesu.
- Nadal rozmawiamy z lokatorami o tym, jak możemy lepiej skoncentrować nasze przepisy na zaspokajaniu Waszych potrzeb. Uzyskujemy bardzo cenne opinie. Dziękujemy tym, którzy nam pomagają.

Opinie uzyskane podczas Tournée Słuchania zostały także wykorzystane do pomocy w formułowaniu naszych celów. Te cele pomogą nam ukierunkować, mierzyć i raportować nasze prace w ciągu następnych 12 do 18 miesięcy.

Podtrzymywanie kontaktu z lokatorami jest priorytetem dla Toronto Seniors Housing. Pod koniec maja Tom zacznie ponownie odwiedzać budynki, aby spotykać się z lokatorami. Ma nadzieję odwiedzać w miarę możliwości jeden budynek tygodniowo. Zwróćcie uwagę na afisze powiadomień wywieszane w Waszym budynku.

### [Ping-pong zapewnia kontakty społeczne i zdrowie mieszkańcom Cliffwood Manor](#)

Wchodząc do sali rekreacyjnej na parterze budynku Cliffwood Manor natychmiast zauważysz dwa niebieskie stoły do ping-ponga. Jeśli wpadniesz tam rankiem, na pewno zobaczysz tam pochłoniętych grą tenisistów wykazujących wysokie umiejętności ping-pongowe. Są to lokatorzy-seniorzy.

„Klub ping-pongowy był tu na długo przed moim przybyciem”, mówi Koordynator Usług dla Seniorów Theodora Li. Lokatorzy spotykają się każdego ranka o 8:30, aby grać w ping-ponga, od poniedziałku do soboty, od sześciu lat. W budynku, w którym 75 procent lokali zajmuje tylko jeden lokator, spotkania na grę w ping-ponga pomogły przełamać izolację społeczną, która może dotyczyć wielu seniorów żyjących samotnie. Ping-pong nie tylko sprawił, że lokatorzy spotykają się ze sobą dla poprawy swojego zdrowia psychicznego i fizycznego, ale także jakości życia.

Dlatego nie zdziwił nas fakt, że w tym budynku Toronto Seniors Housing mieszka kilku lokatorów wieku 100 lub więcej lat!

W przypadku Mei Chen i Wen Juan Xu, byli od dawna sąsiadami na tym samym piętrze, ale spotkali się dopiero, gdy zaczęli przychodzić na grę w ping-ponga. Teraz są nierozłącznymi przyjaciółmi. „Bardzo nas cieszy, że możemy codziennie spotykać się ze sobą i grać”, mówi Wen Juan Xu. „To jest zgodna społeczność, gdzie każdy naprawdę szanuje drugiego”, dodaje Mei Chen, jak najlepsi przyjaciele, którzy kończą wzajemnie swoje zdania.

Przyjaciele Jack Lim i Jiang Guan Zhen też się zgadzają. „Bardzo dobrze dochodzę do zdrowia odkąd się tu wprowadziłam”, mówi Jiang Guan Zhen, która wprowadziła się do budynku dwa lata temu po zwalczeniu poważnych problemów ze zdrowiem. „Mam tu swobodę, codziennie jestem szczęśliwa.”

Z wypowiedzi lokatorów wynika jasno, że są bardzo szczęśliwi mieszkając tutaj. Po dostarczeniu tu niedawno drugiego stołu do ping-ponga spodziewamy się niedługo zaproszenia na turniej ping-pongowy w Cliffwood Manor.

[Rzut oka na naszą społeczność](#)

[Odpowiadamy na Wasze pytania](#)

### **Jak mogę się przenieść do innego lokalu lub budynku?**

Jeśli chciałbyś się przenieść do innego lokalu lub budynku Toronto Seniors Housing, konieczne będzie złożenie nowego podania do scentralizowanej listy oczekujących na stronie City (Access to Housing). Więcej informacji można znaleźć pod adresem [bit.ly/3AZPzV9](https://bit.ly/3AZPzV9). Niektórym lokatorom może przysługiwać przeniesienie w obrębie Toronto Seniors Housing w ramach kategorii priorytetowej. Tacy lokatorzy nie muszą się rejestrować na scentralizowanej liście oczekujących. Jeśli potrzebujesz więcej szczegółów na ten temat, porozmawiaj ze swoim Koordynatorem Usług dla Seniorów lub wejdź na naszą stronę: [torontoseniorshousing.ca/request-a-transfer/](https://torontoseniorshousing.ca/request-a-transfer/)

### **Na ile dni mogę wyjechać na wakacje?**

Jeśli wszyscy mieszkańcy przebywają poza swoim lokalem przez nieprzerwany okres ponad 90 dni lub łącznie ponad 90 dni w ciągu 12-miesięcznego okresu, nie będzie im już przysługiwać dopłata RGI. Jest od tego kilka wyjątków. Aby uzyskać więcej informacji, porozmawiaj ze swoim Koordynatorem Usług dla Seniorów.

### **Czy może mieszkać ze mną krewny, jeśli potrzebuję pomocy?**

Tak. Lokator może poprosić o dopisanie członka rodziny jako opiekuna w umowie najmu. Trzeba zgłosić sprawę do Koordynatora Usług dla Seniorów, aby uzyskać i wypełnić Formularz Weryfikacji Opiekuna. Zmiana składu mieszkańców lokalu musi zostać zgłoszona w terminie 30 dni po wprowadzeniu się członka rodziny.

### **Czy mogę podnająć swój lokal lub wykorzystać go do wynajmu na krótki termin?**

Nie. Lokatorom nie wolno podnajmować swojego lokalu ani wynajmować go na krótki termin. Dotyczy to również miejsc parkingowych. Stanowi to naruszenie umowy najmu Toronto Seniors Housing i lokatorzy mogą utracić swoją dopłatę do czynszu RGI.

### **Z jakich lokalnych programów żywnościowych mogę korzystać na moim osiedlu?**

Sai Dham Food Bank udostępnił swoje usługi banku żywności 24/7 lokatorom we wszystkich naszych budynkach. Jego usługi są przeznaczone dla osób, które są w potrzebie finansowej lub w zakresie poruszania się. Można się z nim skontaktować za pośrednictwem linii zgłoszeń, tel. **437-988-4422**.

Również Czerwony Krzyż obsługuje Ruchomy Bank Żywności dla lokatorów, którzy mają trudności z poruszaniem się lub nie są w stanie opuścić mieszkania, za pośrednictwem swojej linii zgłoszeń, tel. **416-236-3180**. Meals on Wheels to płatna opcja dostaw żywności, która dostarcza niedrogie posiłki do domów seniora w całym Ontario. Wykaz lokalnych banków żywności i społecznych programów żywnościowych w Twojej okolicy znajdziesz pod adresem **[bit.ly/44x55Fy](http://bit.ly/44x55Fy)**.



Naszym celem w nadchodzącym roku jest ulepszenie naszych programów społecznych, w tym programów zabezpieczenia dostaw żywności, we wszystkich czterech naszych regionach, aby pomóc lokatorom korzystać z usług. Jeśli potrzebujesz więcej informacji o tym, jak wprowadzić tego rodzaju programy do swojego budynku, wyślij e-mail do [communities@torontoseniorshousing.ca](mailto:communities@torontoseniorshousing.ca) lub skontaktuj się ze swoim Koordynatorem Usług dla Seniorów.

### **Czy w budynkach Toronto Seniors Housing zostaną zainstalowane toalety z niskim spłukiwaniem?**

Tak. Jest to projekt wieloletni. Właścicielem budynków obsługiwanych przez Toronto Seniors Housing jest Toronto Community Housing. Zawsze wspólnie rozważamy projekty w zakresie oszczędzania wody, w które chcemy zainwestować, aby pomóc ograniczyć marnotrawstwo wody w naszych budynkach, w tym również zainstalowanie toalet z niską objętością spłukiwania. Powiadomimy Cię o terminie ich zainstalowania w Twoim budynku.

### **Dbaj o bezpieczny czysty dom!**

Dom jest miejscem jedynym w swoim rodzaju. Dla naszych lokatorów długowieczność na miejscu oznacza mieszkanie we własnym domu możliwie jak najdłużej. Bezpieczny i czysty dom przyczynia się do zapewnienia lokatorowi swobody i tworzy miejsce bezpieczne, wygodne i znajome.

Poniżej podajemy listę kontrolną bezpieczeństwa w domu, którą możesz wykorzystać jako przewodnik.

### **Poprawa bezpieczeństwa w domu**

- Unikaj przeciągania kabli elektrycznych przez pokój
- Unikaj podłączania zbyt wielu urządzeń elektronicznych do listwy zasilającej
- Zawsze wyrzucaj papierosy do popielniczki
- Noś w domu obuwie przeciwpoślizgowe, aby uniknąć poślizgnięcia i upadku, używaj mat antypoślizgowych w wannie lub kabinie prysznicowej
- Ustaw meble tak, aby utworzyć szerokie ścieżki do przechodzenia
- Zainstaluj lampkę nocną w łazience i zawsze trzymaj przy łóżku latarkę

## Unikanie szkodników!

- Utrzymuj czystość w kątach i trudno dostępnych miejscach
- Zanim kupisz używany przedmiot sprawdź, czy nie ma w nim pluskiew
- Wyrzucaj lub chowaj żywność i napoje po jedzeniu
- Regularnie czyść podłogi, aby usunąć okruchy jedzenia i natychmiast wycieraj rozlane płyny

## Bądź w kontakcie!

Aby być w kontakcie i na bieżąco otrzymywać aktualne komunikaty i powiadomienia o imprezach Toronto Seniors Housing, koniecznie śledź nas na portalach społecznościowych. Możesz nas znaleźć na Facebooku, Twitterze i LinkedIn. Możesz także dowiedzieć się więcej na naszej stronie internetowej [www.TorontoSeniorsHousing.ca](http://www.TorontoSeniorsHousing.ca)

## Zgłoś się do nas

Chcesz, aby opisano Cię w następnym biuletynie? Wolisz otrzymywać Seniors Speak do swojej skrzynki e-mailowej? Skontaktuj się z nami pod adresem **SeniorsSpeak@torontoseniorshousing.ca**.

Możesz zadzwonić pod te numery 24 godziny na dobę, siedem dni w tygodniu, lub dotrzeć do nas drogą e-mailową na adres: [support@torontoseniorshousing.ca](mailto:support@torontoseniorshousing.ca).

- **Centrum Wsparcia Lokatorów:** 416-945-0800
- **Lokalna Jednostka Bezpieczeństwa:** 416-921-2323
- **Crime Stoppers (zgłaszanie przestępstw):** 416-222-8477