

## Bienvenidos al número de primavera

### Índice

#### Contenido

Bienvenidos al número de primavera .....	1
Índice.....	1
¡Celebremos un año juntos!.....	1
Celebraciones de junio.....	1
100 años de bendiciones .....	3
Una oportunidad para seguir jugando a través de la pintura .....	4
Gira de escucha del director ejecutivo (CEO).....	5
Los inquilinos de Cliffwood Manor encuentran una comunidad y salud en el tenis de mesa.....	7
Un vistazo a su comunidad .....	8
Ustedes preguntaron, nosotros respondemos .....	8
Mantenga la casa limpia y segura .....	10
¡Manténgase pendiente de los eventos! .....	10
Póngase en contacto .....	11

### ¡Celebremos un año juntos!

Toronto Seniors Housing se enorgullece de celebrar el primer aniversario. Les agradezco por su compromiso y apoyo continuo a Toronto Seniors Housing a medida que nos «asentábamos» el pasado año. No habríamos recorrido este camino sin su ayuda.

¡Por muchos años más!

Tom Hunter, director ejecutivo

### Celebraciones de junio

En junio, comienza el verano y hay muchos días y celebraciones importantes. En junio, se celebra el Mes de las Personas Mayores y el Mes Nacional de la Historia Indígena, y comienza la temporada del orgullo. La ciudad tiene un calendario de

eventos en su sitio de Internet que usted puede visitar en cualquier momento para saber qué actividades se están realizando:

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

También puede llamar al 311 o acudir a la biblioteca local para obtener información sobre lo que ocurre en la ciudad.

### **Mes de las Personas Mayores**

En junio, se celebra el Mes de las Personas Mayores en Ontario. Reconocemos a nuestros maravillosos inquilinos por las contribuciones que hicieron a nuestras comunidades de toda la ciudad. Nuestro progreso no sería posible sin su orientación, iniciativa y apoyo. ¡Gracias!

Con motivo del Mes de las Personas Mayores, la ciudad de Toronto organiza una carrera/caminata llamada Toronto Challenge para celebrar los 30 años de apoyo a las personas mayores. Presentado por Hunt's Healthcare, el evento tendrá lugar el domingo, 11 de junio, en Nathan Phillips Square (ayuntamiento de Toronto). Los fondos recaudados beneficiarán a los residentes de los hogares de cuidados a largo plazo de la ciudad. También ayudará a las agencias comunitarias que apoyan a las personas mayores y a los grupos vulnerables de todo Toronto. Para obtener más información, visite el sitio de internet [www.toronto.ca/challenge](http://www.toronto.ca/challenge).

Para obtener más información sobre cómo la provincia reconoce las contribuciones de los mayores durante el mes, visite [ontario.ca/page/celebrating-seniors-ontario](http://ontario.ca/page/celebrating-seniors-ontario).

### **Actualización en el Comité Asesor de Inquilinos Mayores**

Los miembros del Comité Asesor de Inquilinos Mayores (STAC, por sus siglas en inglés) siguen compartiendo sus opiniones sobre diversos temas de Toronto Seniors Housing.

En los últimos meses, los miembros del STAC hicieron lo siguiente:

- Dieron su opinión sobre cómo mediremos nuestros objetivos.
- Se reunieron con el equipo del programa Rapid Rehousing de la ciudad para compartir sus opiniones y conocer mejor el programa.

- Se reunieron con varios equipos de personal, entre ellos los nuevos coordinadores de los Servicios de Participación Comunitaria y el equipo de Comunicación.
- Nos orientaron sobre cómo hablar mejor con los inquilinos con respecto a los problemas de alquiler que pueden ocasionarles angustia.

También aportaron ideas sobre la mejor manera de comunicarse con los inquilinos, ya que les pedimos comentarios sobre un modelo de participación nuevo para los inquilinos. Junto con otros inquilinos, muchos miembros del STAC también compartieron sus opiniones e ideas sobre muchos otros temas. Nos orientaron en las políticas y los proyectos que buscan mejorar la calidad de vida de los inquilinos.

Seguimos escuchando a los inquilinos. A principios de junio, se publicarán carteles para pedirle su opinión sobre un modelo de participación nuevo para los inquilinos. Si desea que conozcan su opinión, comuníquese con su coordinador de Servicios para Personas Mayores o su coordinador de Servicios de Participación Comunitaria, o envíe un correo electrónico a [communities@torontoseniorshousing.ca](mailto:communities@torontoseniorshousing.ca).

Si desea obtener más información sobre el Comité Asesor de Inquilinos Mayores, envíe un correo electrónico a [STAC@torontoseniorshousing.ca](mailto:STAC@torontoseniorshousing.ca).

## 100 años de bendiciones

Hace un siglo, Maria DeSouza nació en Goa, India. Desde entonces, vivió la Gran Depresión y la Segunda Guerra Mundial, fue testigo del primer alunizaje y el auge de la era del Internet.

Ahora también marca otro hito: desde hace 30 años, María vive de forma independiente en Cliffwood Manor.

Al principio tuvo miedo de dejar a su familia, con la que estaba viviendo, y se mudó a su unidad de Toronto Seniors Housing a los 70 años. Sin embargo, poco a poco, empezó a disfrutar de su independencia. Ahora no puede estar fuera de casa mucho tiempo. “Me encanta mi casa”, afirma. “Siempre quiero regresar aquí”.

Con 100 años, María presencié muchas situaciones, incluso vio ir y venir a muchos de los vecinos. Es muy consciente de lo pasajera que puede ser la vida y atribuye su vida longeva a la fe católica romana. “No sé cómo lo logré, pero lo hice por la gracia de Dios”, declara.

No sólo vive, sino que progresa con una lista completa de pasatiempos creativos que la mantienen ocupada, como cocinar, coser, tejer, hacer ganchillo y pintar. Aprendió a pintar a los 80 años. Cuando sus nietos le regalaron un iPad, no estaba segura de que, si lo necesitara, pero aprendió a usarlo rápidamente.

María está acostumbrada a adaptarse a los cambios, ya que vivió muchos cambios históricos a lo largo de su vida.

Cuando se le pregunta qué consejo daría a su yo más joven, María hace una breve pausa antes de decir “Diviértete, sé fuerte y edúcate. Puedes hacer cualquier cosa”. No se le escapan el valor y la esperanza. Hoy, con 15 nietos y 18 bisnietos, María todavía tiene mucho por lo que anhelar.

### Una oportunidad para seguir jugando a través de la pintura

Entre los muchos títulos que Jacob de Jong consiguió a lo largo de los años como abogado y empresario jubilado, ahora puede añadir uno nuevo: pintor.

Creció en el seno de una familia numerosa de origen holandés y canadiense, en la que todos tenían un talento artístico, por lo que se podría decir que estaba destinado a pintar. Su tatarabuelo, cuyo autorretrato cuelga en la entrada del apartamento, era un artista consumado. En cuanto a Jacob, empezó a dibujar a mano alzada de adolescente, pero no empezó a pintar hasta que se mudó hace seis años a Toronto Community Housing (TCHC). Tenía una mesa de madera desgastada y sillas desiguales que “eran aburridas”. Así que cruzó la calle, se dirigió a la tienda de “todo a un dólar”, compró pinturas baratas y pintó los muebles de varios colores y tonos. El proyecto le resultó muy satisfactorio y divertido. Las cosas tomaron vuelo desde ese momento.

Jacob pinta principalmente acrílico sobre lienzo, pero también utiliza en otras superficies óleo, lápiz y grafito, desde lámparas hasta marcos de puertas. “Mi estudio es todo el apartamento”, indica Jacob. Así lo demuestran los cuadros y las fotografías que cuelgan de las paredes, un caballete maltratado, los muebles antiguos que están colocados cuidadosamente (y que probablemente los hayan

cambiado de sitio muchas veces) y los colores que no combinan armoniosamente que se encuentran de una manera que sólo un artista puede conseguir. Incluso usa el suelo para pintar algunos de los lienzos más grandes.

Cuando se le pregunta por sus influencias, Jacob dice “Siempre me gustó el arte holandés, así que empecé por allí”. Cada uno de los cuadros es único y cada uno tiene una historia personal, lo que hace difícil regalarlos. “La emoción y la historia personal del cuadro se van con la obra”.

Jacob cree que la interpretación que cada persona hace de cualquiera de sus obras es tan válida como la suya. Encima de la mesa magistralmente pintada, cuelga un lienzo de gran tamaño titulado *Cafée No. 2*. En este cuadro, Jacob ve a dos personas que se encuentran enfrentados en los bancos y tienen una conversación complicada. En el sofá de la sala de estar, cuelga un cuadro colorido con muestras de color pastel amarillo, verde, rojo y azul, que él considera un lecho de flores nuevas. No obstante, Jacob cree que lo que le da sentido a un cuadro es lo que cada observador piensa y siente. De la misma manera, ninguno de los cuadros tiene su firma. “No es necesaria mi identidad... Cuando lo observas, se convierte en una obra de arte totalmente nueva; entonces, tu punto de vista es tan bueno como el mío. Sin embargo, no todas las obras deben tener un significado”, afirma Jacob. “A veces es solo lo que aparenta ser: unos colores bonitos sobre un lienzo”.

Jacob sigue creando desde la gratitud y el orgullo: está orgulloso de que los habitantes de Toronto hayan creado Toronto Seniors Housing y está agradecido porque ser su inquilino le permitió a él y a otros dedicarse a sus pasatiempos y pasiones. “Estoy muy contento”.

### [Gira de escucha del director ejecutivo \(CEO\)](#)

En junio de 2022, se diseñó una gira de escucha para que el director ejecutivo, Tom Hunter, se pusiera en contacto con los inquilinos y el personal para escuchar sus inquietudes, deseos y necesidades para la nueva corporación. Tom ya finalizó la gira y visitó a más de 2,300 inquilinos de los 83 edificios. Para brindar un mejor apoyo a estas conversaciones, Toronto Seniors Housing contrató a 65 intérpretes. Les agradecemos a los numerosos inquilinos y miembros del personal que contribuyeron al éxito de estos eventos.

Los problemas siguen siendo los mismos en gran medida en todos los edificios y los inquilinos identifican **estos temas prioritarios**:

- Plagas, entre los que se incluyen chinches, cucarachas y palomas en los balcones.
- Visitas no deseadas o que no fueron invitadas que pueden ocasionar problemas a los inquilinos.
- Mejora de la seguridad.
- Mejora en la traducción y la interpretación para que participen más inquilinos.
- Mejora o reemplazo de los equipos obsoletos.
- Más actividades en grupos grandes y reducidos para los inquilinos.

Ya se tomaron medidas con respecto a los comentarios que se realizaron en los eventos de la gira de escucha, entre las que se incluyen:

- Se propusieron tres proyectos para controlar las plagas y mejorar la seguridad y las relaciones entre el personal y los inquilinos.
- Está previsto realizar una encuesta para los inquilinos a finales de 2023 para recopilar mejor la información sobre los idiomas de los inquilinos y sobre otras necesidades con el fin de mejorar el apoyo que se les brinda.
- Se creó un equipo especializado en control de plagas y se pusieron en marcha nuevos proyectos para mejorar el proceso.
- Seguiremos conversando con los inquilinos sobre cómo hacer para que nuestras políticas se centren mejor en sus necesidades. Estamos recibiendo aportes importantes. Les agradecemos a aquellas personas que nos ayudan.

Los comentarios de la gira de escucha también nos ayudaron a crear nuestros objetivos. Estos objetivos nos ayudarán a centrarnos en nuestro trabajo, medirlo e informar sobre ello entre los próximos 12 a 18 meses.

Continuar las comunicaciones con los inquilinos es una prioridad para Toronto Seniors Housing. Tom volverá a recorrer los edificios para reunirse con los inquilinos a partir de finales de mayo. Espera visitar un edificio por semana, siempre que sea posible. Esté pendiente de los carteles en su edificio.

## Los inquilinos de Cliffwood Manor encuentran una comunidad y salud en el tenis de mesa

Al ingresar en la sala de recreación de la planta baja de Cliffwood Manor, es difícil pasar por alto las dos mesas azules de tenis de mesa. Si se pasa por allí por la mañana, verá jugar al grupo desprevenido de jugadores hábiles de tenis de mesa: los inquilinos mayores.

“El club de tenis de mesa estaba aquí mucho antes de que yo empezara”, afirma Theodora Li, coordinadora de Servicios para Personas Mayores. Los inquilinos llevan seis años reuniéndose de lunes a sábado a las 8:30 a. m. para jugar al tenis de mesa. En un edificio en el que el 75 % de las unidades están ocupadas por una sola persona, reunirse para jugar ayudó a combatir el aislamiento social que pueden experimentar muchas personas mayores que viven solas. El tenis de mesa unió a los inquilinos no sólo para mejorar su salud mental y física, sino también la calidad de vida. Por eso, no sorprende saber que éste es uno de los edificios de Toronto Seniors Housing que alberga a varios inquilinos de 100 años o más.

Mei Chen y Wen Juan Xu son vecinos del mismo piso desde hace mucho tiempo, pero no se conocieron hasta que empezaron a jugar al tenis de mesa. Ahora son amigos inseparables. “Nos alegrar tener un evento diario en el que nos reunimos y jugamos”, afirma Wen Juan Xu. “Es una comunidad armoniosa en la que todos se respetan de verdad”, comenta Mei Chen, como si fueran mejores amigos que se sincronizan y se compenetran entre sí.

Sus amigos, Jack Lim y Jiang Guan Zhen, también están de acuerdo. “Me estoy recuperando muy bien desde que me mudé aquí”, indica Jiang Guan Zhen, que se mudó al edificio hace dos años después de tener problemas de salud graves. “Tengo más libertad viviendo aquí; soy feliz todos los días”.

Es evidente que los inquilinos están muy contentos de vivir aquí. Con la incorporación de una segunda mesa para tenis de mesa, esperamos que nos inviten en un futuro cercano a un torneo en Cliffwood Manor.

Un vistazo a su comunidad

Ustedes preguntaron, nosotros respondemos

### **¿Cómo me traslado a otra unidad o edificio?**

Si desea trasladarse a otra unidad o edificio de Toronto Seniors Housing, deberá presentar una solicitud nueva a la lista de espera centralizada de la ciudad (Access to Housing). Puede obtener más información si visita [bit.ly/3AZPzV9](https://bit.ly/3AZPzV9). Algunos inquilinos pueden calificar para un traslado dentro de Toronto Seniors Housing en virtud de una categoría prioritaria. Esos inquilinos no tendrán que inscribirse en la lista de espera centralizada. Si desea obtener más información sobre esto, comuníquese con su coordinador de Servicios para Personas Mayores o visite nuestro sitio de Internet:

[torontoseniorshousing.ca/request-a-transfer/](https://torontoseniorshousing.ca/request-a-transfer/).

### **¿Cuántos días puedo irme de vacaciones?**

Si todos los miembros de un hogar se ausentan de la unidad por más de 90 días seguidos o por más de 90 días en total durante 12 meses, dejarán de tener derecho al alquiler de la vivienda en función de los ingresos (RGI). Existen algunas excepciones. Para obtener más información, comuníquese con el coordinador de Servicios para Personas Mayores.

### **Si necesito ayuda, ¿puede vivir un familiar conmigo?**

Sí. Un inquilino puede solicitar que se añada a un familiar como cuidador en el contrato de alquiler. Deberá comunicarse con el coordinador de Servicios para Personas Mayores para obtener un formulario de verificación del cuidador y completarlo. Se debe informar el cambio de persona que vive en la unidad en un plazo de 30 días a partir de la fecha en la que el miembro de la familia se mude.

### **¿Puedo subarrendar mi unidad o utilizarla para alquileres a corto plazo?**

No. Los inquilinos no pueden subarrendar la unidad ni utilizarla para alquileres a corto plazo. Esto incluye los estacionamientos. Constituye una violación del



contrato de alquiler de Toronto Seniors Housing y los inquilinos pueden perder su subsidio de RGI.

### **¿A qué programas locales de alimentación puedo acceder en mi comunidad?**

Sai Dham Food Bank puso a disposición sus servicios del banco de alimentos durante las 24 horas, los 7 días de la semana, para los inquilinos de nuestros edificios. Los servicios están disponibles para quienes puedan tener necesidades económicas o de movilidad. Puede comunicarse con ellos mediante su línea de admisión al **437-988-4422**.

La Cruz Roja también gestiona un banco de alimentos móvil para inquilinos con necesidades de movilidad o que no pueden salir de la casa mediante su línea de admisión al **416-236-3180**. Meals on Wheels es una opción paga de entrega de alimentos que reparte comidas económicas a domicilio a las personas mayores de Ontario. Para obtener una lista de los bancos de alimentos locales y los programas de alimentación comunitarios en su comunidad, visite **[bit.ly/44x55Fy](https://bit.ly/44x55Fy)**.

Nuestro objetivo para el próximo año es mejorar nuestros programas comunitarios, incluidos los de seguridad alimentaria en nuestras cuatro regiones para ayudar a los inquilinos a acceder a los servicios. Si está interesado en obtener más información sobre cómo introducir programas de este tipo en su edificio, envíe un correo electrónico a **[communities@torontoseniorshousing.ca](mailto:communities@torontoseniorshousing.ca)** o comuníquese con su coordinador de Servicios para Personas Mayores.

### **¿Se instalarán inodoros de bajo consumo en los edificios de Toronto Seniors Housing?**

Sí. Se trata de un proyecto de varios años. Toronto Community Housing es propietaria de los edificios gestionados por Toronto Seniors Housing. Siempre buscamos proyectos de conservación del agua en los que invertir para ayudar a reducir el desperdicio de agua en nuestros edificios, incluida la instalación de

inodoros de bajo consumo. Lo mantendremos informado de cuándo se instalarán en su edificio.

## Mantenga la casa limpia y segura

No existe lugar mejor que la casa. Para nuestros inquilinos, envejecer en casa significa vivir en ella el mayor tiempo posible. Tener una casa segura y limpia contribuye a la libertad del inquilino y crea un lugar seguro, cómodo y familiar. A continuación, encontrará una lista de verificación de la seguridad en la casa que puede utilizar como guía.

### **Tener mayor seguridad en la casa**

- Evite extender los cables eléctricos en la habitación.
- Evite enchufar demasiados aparatos electrónicos en las barras de alimentación.
- Utilice siempre ceniceros para desechar los cigarrillos.
- Use calzado antideslizante de interior para evitar resbalones y caídas, y utilice alfombras antideslizantes en la bañera o la ducha.
- Coloque los muebles de manera tal que se creen caminos amplios para caminar.
- Instale luces nocturnas en el baño y en los pasillos y tenga una linterna cerca de la cama.

### **Evitar las plagas**

- Mantenga limpios los rincones y los lugares de difícil acceso.
- Antes de comprar un artículo de segunda mano, compruebe si tiene chinches.
- Deseche o guarde la comida y la bebida cuando haya terminado.
- Limpie el piso con regularidad para eliminar las migajas de comida y limpie los líquidos derramados de inmediato.

## ¡Manténgase pendiente de los eventos!

Para mantenerse conectado y actualizado con las noticias y eventos de Toronto Seniors Housing, recuerde seguirnos en redes sociales. Puede encontrarnos en

Facebook, Twitter y LinkedIn. También puede obtener más información en nuestro sitio web [www.TorontoSeniorsHousing.ca](http://www.TorontoSeniorsHousing.ca).

### Póngase en contacto

¿Quiere aparecer en un futuro boletín? ¿Prefiere recibir Seniors Speak en la bandeja de entrada de su correo electrónico? Comuníquese con nosotros mediante **SeniorsSpeak@torontoseniorshousing.ca**.

Puede llamar a estos números las 24 horas del día, los siete días de la semana o envíenos un correo electrónico a [support@torontoseniorshousing.ca](mailto:support@torontoseniorshousing.ca).

- **Centro de Ayuda al Inquilino:** 416-945-0800
- **Unidad de Seguridad Comunitaria:** 416-921-2323
- **Crime Stoppers:** 416-222-8477

