

# Bienvenidos a la edición de verano

## Índice

### Índice

Bienvenidos a la edición de verano.....	1
Índice.....	1
Reconocimiento de la tierra.....	1
Reconocimiento del pasado africano.....	2
Mensaje de la gerente general Jill Bada.....	2
Una comunidad cinematográfica para adultos mayores en el lado este de Toronto.....	3
De estar en el centro del escenario a convertirse en un éxito tras bambalinas.....	4
Informes del R-PATH: el comité celebra su 10.º aniversario.....	4
Fortalecemos la comunidad mediante la unión: Comité Social de Montgomery Place.....	6
El Programa de Prevención de Caídas apoya el envejecer en casa.....	7
“Siembra semillas y ellos vendrán”: los inquilinos de Blair Court están cultivando algo más que plantas ..	9
Un vistazo a su comunidad.....	10
Noticias sobre el STAC.....	11
¡Siga en contacto!.....	12
Comuníquese con nosotros.....	12

## Reconocimiento de la tierra

Toronto Seniors Housing reconoce que estamos en el territorio tradicional de muchas naciones, como los mississaugas de la primera nación de Credit, los anishnabee, los chippewa, los haudenosaunee y los wendat, que ahora es el hogar de diversos pueblos inuit, métis y de las primeras naciones. También reconocemos que en Toronto tiene vigencia el Tratado 13 que se firmó con los mississaugas de la primera nación de Credit y los Tratados de Williams que se firmaron con múltiples grupos mississaugas y chippewa.

## Reconocimiento del pasado africano

Toronto Seniors Housing reconoce a todos los pueblos de los tratados –incluidos aquellos que llegaron aquí como colonizadores, bien como migrantes de esta generación o de generación pasadas– y aquellos de nosotros que llegamos involuntariamente, en particular a quienes trajeron a estas tierras como resultado de la esclavitud y el comercio transatlántico de esclavos.

Rendimos homenajes a los ancestros de origen africano y su descendencia.

## Mensaje de la gerente general Jill Bada

Estimado inquilino:

Me complace asumir el puesto temporal de gerente general de Toronto Seniors Housing y respaldar el increíble trabajo que han llevado a cabo el personal y los inquilinos.

Si bien soy nueva en este puesto, estoy familiarizada con el trabajo que Toronto Seniors Housing ha hecho hasta la fecha. Como la anterior gerente general de Seniors Housing Unit de Toronto Community Housing, estoy muy feliz de ver la manera en que se implementa el modelo de servicio integrado en los trabajos y la programación que TSHC ha puesto en marcha los últimos 14 meses.

También me alegra ver todo el esfuerzo hecho hasta ahora en el trabajo con los inquilinos para crear un nuevo modelo de participación que satisfaga las necesidades y la diversidad de los adultos mayores. También colaboramos con inquilinos para actualizar nuestras políticas de inquilinos, como las relacionadas con los fondos de acción para los inquilinos y el uso de los espacios. Estoy ansiosa por compartir con ustedes más novedades sobre estos proyectos durante el otoño.

Otro proyecto importante en el que hemos estado trabajando es las metas de nuestra empresa: definir quiénes somos, qué representamos y qué queremos lograr a futuro. Estas directrices estratégicas provisionales (como las llamamos) nos guiarán en nuestro trabajo para crear comunidades seguras, diversas y dinámicas en que se escuche la opinión de los inquilinos y en que ellos puedan vivir felizmente en sus hogares. Pueden obtener más información sobre estas

directrices en el sitio web [www.torontoseniorshousing.ca/interim-strategic-directions](http://www.torontoseniorshousing.ca/interim-strategic-directions).

A medida que me acostumbre a este nuevo puesto de trabajo, les pediré ayuda para entender sus comunidades, sus necesidades y cómo puedo hacer una diferencia en sus vidas. Leer Seniors Speak me ha permitido conocer algunas de sus historias: nuestras historias nos conectan a un propósito superior y entre nosotros. Espero que disfruten de la lectura de esta edición de Seniors Speak tanto como lo he hecho yo.

Muchas gracias por recibirme en esta organización.

## Una comunidad cinematográfica para adultos mayores en el lado este de Toronto

Gracias a la “Noche de películas” de Jesse Cohoon, los inquilinos de 717 Broadview Avenue se reúnen mensualmente en la sala comunitaria para ver una película. “Noté que había una necesidad de volver a conectar a la comunidad”, explicó Jesse, quien inició la “Noche de películas” en diciembre. Jesse es muy conocido en el mundo de las películas, ya que antes de jubilarse trabajó más de 50 años en diferentes puestos en el sector cinematográfico y de la televisión. La última película en cuya producción participó, “The Second Time Around”, estuvo seis semanas en las carteleras de Toronto.

Cada mes, Jesse elige películas que sean atractivas para los adultos mayores y coloca un afiche en el edificio para promover el evento. Durante esta particular noche de verano, 12 inquilinos se reúnen para ver dos documentales de Lyn Wright, una documentalista e inquilina del edificio. Los espectadores frecuentes asisten a la función, así como caras nuevas que quieren apoyar a Lyn. Durante las proyecciones, inquilinos curiosos llegan a la sala para ver qué ha atraído a la multitud de espectadores. Irma, una inquilina nueva del edificio, nos dice que es la primera vez que asiste a este evento y vemos cómo rápidamente hace nuevos amigos a medida que hablan sobre el primer documental durante el intermedio.

Esa es la belleza de las películas: junta a todos sin importar su edad. Jesse espera seguir trayendo la gran pantalla hasta la puerta de sus vecinos gracias a la “Noche de películas”.

## De estar en el centro del escenario a convertirse en un éxito tras bambalinas

Lyn Wright es muy conocida en la industria cinematográfica. El primer amor de Lyn fue el teatro y se formó como actriz en la misma escuela de arte dramático que Cate Blanchett y Mel Gibson; sin embargo, fue un encuentro durante la década de 1970 con un grupo de Toronto llamado “Liberation Media” lo que inspiró a Lyn a alejarse de la actuación y adentrarse en la producción de películas. Las mujeres progresivas de este grupo aprendían técnicas de video para abordar temas como la igualdad salarial, las guarderías, la violación y el patriarcado. Como independiente, Lyn hizo varias películas sobre el movimiento obrero y, en particular, sobre temas relacionados con los adultos mayores como el maltrato a ancianos, el autoabandono y el envejecimiento. “Había una necesidad real para este tipo de películas en aquel entonces y muchas de estas aún se muestran en la actualidad”, señaló Lyn.

Como cineasta, el enfoque de Lyn es sencillo: “investiga el tema, después alienta con respeto a las personas a hablar sobre su historia y déjalos que te lleven a donde deseen hacerlo”. Su carrera como escritora, directora y productora la ha llevado a distintas partes del mundo. Durante la “Noche de películas”, Lyn responde preguntas de sus vecinos y comparte historias de su experiencia tras bambalinas en la dirección de ambas películas: “Don’t Take My Sunshine Away” (para la National Film Board of Canada) y “Sisters of Mersey” (para la BBC). Con ver estas películas, queda claro que los personajes de Lyn representan su propio espíritu indomable.

## Informes del R-PATH: el comité celebra su 10.º aniversario

El 11 de julio del 2023, el Comité R-PATH celebró el 10.º aniversario de su primera reunión. Durante la última década, los miembros del Comité R-PATH han dedicado de manera voluntaria su tiempo y energía en trabajar con Toronto Seniors Housing Corporation (TCHC) y Toronto Community Housing Corporation (TSHC) para ayudar a dar vida a comunidades accesibles e inclusivas para inquilinos discapacitados y el personal.

Para celebrar 10 años de dedicación y compromiso, preguntamos a los miembros del comité qué significaba para ellos ser parte de R-PATH.

“Cuando creé R-PATH, la meta era mejorar la calidad de vida de las personas con discapacidades en TCHC y TSHC, así como que pudieran vivir por más tiempo en sus hogares. Me alegra mucho ver que lo estamos logrando y que, al mismo tiempo, estamos educando a la gente sobre la accesibilidad”.

- Cathy Birch, fundadora y presidenta de R-PATH

“Siempre quise cambiar el mundo desde pequeña. Ser parte de R-PATH me permite hacerlo un paso accesible a la vez. Cientos de inquilinos y sus familiares viven mejor en sus apartamentos y comunidades gracias al trabajo que hace R-PATH, lo cual me enorgullece”.

- Lene Andersen

“Siempre quise estar en un grupo que estuviera tan apasionado como yo por la accesibilidad. Es fantástico ver lo que se ha hecho por los inquilinos con discapacidades y me hace sentir genial ser parte de este trabajo”.

- Amanda Boudreau

“Marcamos una diferencia. Se ha hecho mucho y me ha sorprendido todo lo que hemos avanzado. Es un verdadero placer estar aquí”.

- Jane Donohue

“R-PATH es un maravilloso ejemplo de la forma en que los inquilinos pueden proporcionar liderazgo en áreas en que tenemos experiencia. Puesto que los inquilinos son nuestros líderes, hemos podido cambiar TCHC y TSHC, al igual que eliminar obstáculos para la accesibilidad en diversas áreas”.

- Joe Knapper

## Fortalecemos la comunidad mediante la unión: Comité Social de Montgomery Place

Si vive en Montgomery Place o en algunos de los edificios cercanos, lo más probable es que haya asistido a sus eventos sociales o escuchado sobre ellos. Desde sus inicios hace 40 años, el Comité Social de Montgomery Place realiza varios eventos al año para los adultos mayores.

Nos reunimos con cuatro miembros del comité de voluntarios: Gary Brigden, Jack Chapelle, Teresa Szymanski y William Thomas, con el fin de descubrir cómo organizan estos eventos que hacen que los inquilinos (y los vecinos adultos mayores) siempre quieran volver.

Montgomery Place es el hogar de 206 solteros y 55 unidades de una habitación. Muchos inquilinos viven solos en sus unidades y se sienten aislados y sin una conexión social. “Nuestros eventos les dan la oportunidad de salir de sus unidades, relacionarse con los demás y hacer algo”, dice Jack.

Luego de un movido fin de semana largo del 1 de julio en el que organizaron una parilla para 80 inquilinos, los miembros del comité Gary, Jack, Teresa y William no parecen estar cansados y nos comparten estas historias y fotos de eventos anteriores. Son una máquina bien aceiteada que está comprometida con la excelencia. Desde imprimir boletos para los eventos hasta promocionarlos en el grupo de Facebook de los edificios y organizar el servicio de comidas para los eventos, su lema es simple: “Lograr que los inquilinos aprovechan al máximo el dinero que pagan”. Con una pequeña membresía anual de \$7, los inquilinos pueden disfrutar de acceso con descuento a uno o dos eventos todos los meses. ¿No es un miembro? No hay problema. Todos los adultos mayores son bienvenidos. “Aproximadamente el 25 % de quienes asisten a los eventos son adultos mayores que viven en

edificios cercanos”, explica Gary. Las ventas de artículos usados cada dos semanas, los conciertos en vivo con talento local de renombre, los mercados de ropa de segunda mano por \$1 y el concierto de Navidad con cena completa son algunos ejemplos de eventos llenos que el comité ha organizado hasta la fecha.

¿Qué los motiva a seguir haciendo este trabajo? “Es divertido y es una extensión de lo que solía hacer”, dice Gary. Gary y Jack, quienes eran músicos en el pasado, disfrutan de la oportunidad de usar sus talentos y retribuirle a la comunidad en que viven. “Estoy muy agradecido de vivir en un edificio de TSHC y me alegra mucho poder compartir esta experiencia”, comenta Jack.

“Es una buena razón para despertar por las mañanas”, señala Teresa. Teresa, quien superó el cáncer, está agradecida de tener otra oportunidad de vivir. “Quiero hacer algo con mi vida”. William, un hombre de pocas palabras, lo explica con aún más sencillez: “unión”.

Juntos podemos ver que los inquilinos en Montgomery Place definitivamente viven muy felices en sus hogares.

### [El Programa de Prevención de Caídas apoya el envejecer en casa](#)

Einat Danieli, directora clínica de Servicios Ambulatorios en el hospital Baycrest, quiere llevar a todos el Programa Comunitario de Prevención de Caídas y comenzar por los adultos mayores de Toronto. Actualmente, su equipo está a cargo del programa en las instalaciones de Baycrest y en varios edificios de Toronto Seniors Housing Corporation (TSHC).

Nicole Campbell, una kinesióloga certificada, está a cargo de la dirección de este programa. Durante una hora y media semanal por 10 semanas, los participantes se reúnen en una clase que suele realizarse en el edificio en que viven. Cada semana, Campbell enseña a

los participantes a desarrollar las habilidades y conciencia corporal que necesitan para evitar las caídas. Cada sesión comprende ejercicios de fortaleza con música animada, ejercicios básicos que demuestran cómo el cuerpo humano mantiene el equilibrio y educación sobre qué ocasiona las caídas.

Existen muchas pruebas que evidencian que ejercitarse con un programa enfocado en la fuerza y el equilibrio evita las caídas y mejora el tiempo de reacción. Esta investigación fue fundamental para optar por hacer las clases en los edificios de TSHC.

A pesar de que el programa tiene lugar en sus edificios, los participantes llegan a Campbell mucho después de lo que a ella le gustaría. “El mejor momento para participar en nuestro programa es antes de sufrir una caída”, recomienda Campbell. “Evitar las caídas es una de las cosas más importantes para ayudar a los adultos mayores en sus hogares”, explica Danieli. Actualmente, las caídas son el motivo principal por el que los adultos mayores ingresan a hospitales a causa de una lesión.

Theresa MacDougall, una recién graduada del programa, comenta que el curso cambió su manera de moverse por el mundo. “Este curso te enseña una nueva percepción de tu cuerpo”, afirma Theresa. Ahora se pone zapatos firmes en lugar de sandalias y enciende la luz cuando se desplaza por un lugar con el que cree estar familiarizada.

Volver a clases no solo permite a los adultos mayores aprender estrategias para evitar las caídas, sino que también crea una comunidad. “Es de mucha ayuda conocer los problemas de los demás”, dice MacDougall. Campbell ha visto una respuesta positiva en los inquilinos del programa. Cuando las personas pueden mantener el equilibrio durante un ejercicio difícil, toda la clase lo celebra. “El



programa hace posible que todos se reúnan y aprendan que no están solos en esta situación”.

Esperamos seguir trabajando en esta asociación con el hospital Baycrest para ayudar a que los adultos mayores vivan tranquilos en sus hogares y mejoren su calidad de vida. Puede obtener más información en el sitio web [bit.ly/3rJGIWi](http://bit.ly/3rJGIWi).

### “Siembra semillas y ellos vendrán”: los inquilinos de Blair Court están cultivando algo más que plantas

El Comité de Jardinería de Blair Court está en su primera temporada de cultivo; sin embargo, este jardín ya tiene 10 años de antigüedad en los que ha alimentado a los inquilinos y les ha proporcionado un espacio comunitario exuberante en el que reunirse.

Gracias a los fondos de acción para los inquilinos, que se retomaron el año pasado para financiar las iniciativas y los proyectos dirigidos por inquilinos que responden a las prioridades que estos identificaron, Liz Ryan pudo obtener \$1000 de Toronto Seniors Housing para ampliar el jardín. Otros inquilinos también colaboraron para ayudar a mejorar este espacio. Se colocó un enrejado nuevo y almácigos adicionales para que la jardinería fuera más accesible para los inquilinos en sillas de rueda, como Iona Timplaru. WordGreen, un socio de TSHC, también proporcionó almácigos, fertilizante y tierra.

El Comité de Jardinería está compuesto por cinco inquilinos: Liz Ryan, Tsugi Iida, John Carrington, Sandra Hunt y Branko Manasiev. Este año, el comité trabajó con su coordinadora de Servicios Comunitarios, Ornella Cavasin, para organizar el comité, crear reglas de jardinería y definir un proceso justo para la asignación de parcelas en el jardín. El resultado obtuvo una recepción positiva y reunió a inquilinos con diferentes historias de vida en torno a un pasatiempo compartido. “Los inquilinos siempre están aquí disfrutando de este espacio”, comenta Jane Irving, la

coordinadora de Servicios para Adultos Mayores del edificio. “Tenemos muchos inquilinos que, a pesar de no hablar inglés con fluidez, pueden venir al jardín y disfrutar de este espacio juntos”.

Es difícil creer que, como muchos inquilinos nos han dicho, este espacio solía ser un “tiradero de basura”. Durante la pandemia, Liz y Tsugi tomaron las riendas para embellecer este espacio y se reunieron a diario para sembrar flores y quitar hiedra y maleza. Lento pero seguro, comenzaron a aparecer señales de vida en la que antes era una tierra seca y muerta. En la actualidad, para los inquilinos es un oasis lleno de mucho césped verde, flores coloridas, un gran jardín de vegetales y árboles que brindan sombra durante los días calurosos de verano.

Para los adultos mayores que viven en Blair Court, los beneficios de pasar tiempo juntos al aire libre y dedicarse a la jardinería son tan abundantes como lo que cosechan. Visitamos a los inquilinos unas semanas después de que plantaran flores, vegetales y hierbas. Había al menos 20 inquilinos reunidos al aire libre (algunos eran jardineros con experiencia y otros estaban dando sus primeros pasos en la jardinería) y todos estaban muy contentos y dispuestos a mostrarnos con orgullo su parcela del jardín. “Cuando te enorgullece el lugar en que vives, quieres que sea un lugar hermoso para vivir”, dice John.

“Es **nuestro** jardín”, comenta Liz. “Esperamos que otros inquilinos vean nuestro jardín y se sientan inspirados para crear algo parecido en sus comunidades”.

### Un vistazo a su comunidad

Incluya dos páginas de fotos del verano.

## Noticias sobre el STAC

Ha sido otro año muy movido para los miembros del Senior Tenants Advisory Committee (Comité Asesor de Inquilinos Mayores, STAC).

Entre las muchas actividades que llevaron a cabo, se incluyen las siguientes:

- Proporcionar ideas sobre los procesos de colaboración y asesoría para crear un modelo de participación de inquilinos y brindar retroalimentación sobre lo que quieren y necesitan los inquilinos.
- Revisar las ideas que aportan los inquilinos sobre el proceso de revisión de políticas orientadas a ellos, el uso del espacio y la priorización de actualización de otras políticas.
- Brindar retroalimentación sobre las actividades de participación de los inquilinos en el R-PATH cuando se pongan en marcha proyectos de accesibilidad en los edificios de Toronto Seniors Housing.
- Reunirse con el personal de operaciones comerciales de Toronto Seniors Housing, el cual presentó información sobre el proceso de transferencia interna.
- Dar la bienvenida a personal de la ciudad de Toronto que trabajaría con Toronto Seniors Housing.

A principios de este otoño, los miembros del comité también colaborarán con otros líderes de inquilinos, trabajadores y proveedores de servicio para diseñar talleres para un modelo de participación de inquilinos.

Nos entristece haber perdido recientemente a uno de los miembros del STAC, Maureen Clohessy, aunque fue por la mejor razón posible. Maureen se retiró del comité para asumir el puesto de directora de

inquilinos en la Junta de Directores de Toronto Seniors Housing.  
¡Felicitaciones a Maureen!

### ¡Siga en contacto!

Para estar informado sobre las noticias y los eventos de Toronto Seniors Housing, asegúrese de seguirnos en nuestras redes sociales (Facebook, Twitter y LinkedIn). También puede obtener más información en nuestro sitio web [www.torontoseniorshousing.ca](http://www.torontoseniorshousing.ca).

### Comuníquese con nosotros

¿Le gustaría aparecer en nuestro próximo boletín? ¿Preferiría recibir nuestro boletín Seniors Speak por correo electrónico? Escríbanos a [seniorsspeak@torontoseniorshousing.ca](mailto:seniorsspeak@torontoseniorshousing.ca).

Puede llamar a los siguientes números las 24 horas, todos los días, o escribirnos un correo electrónico a [support@torontoseniorshousing.ca](mailto:support@torontoseniorshousing.ca).

- **Centro de Asistencia para Inquilinos:** 416-945-0800
- **Community Safety Unit:** 416-921-2323
- **Crime Stoppers:** 416-222-8477

