

Ласкаво просимо на наш літній випуск

Зміст

Зміст

Ласкаво просимо на наш літній випуск	1
Зміст.....	1
Визнання прав на землю	1
Визнання африканської спадщини	1
Послання генерального директора Джил Бада.....	2
Кіноспільнота старшого покоління у східній частині Торонто	3
Від центру уваги до закулісного успіху	4
R-PATH повідомляє: комітет відзначає свій 10-річний ювілей.....	4
Побудова спільноти через єднання: соціальний комітет Монтгомері Плейс	6
Запобігання падінням у домашніх умовах	7
Садіть насіння, і воно проросте: мешканці будинку Блер Корт вирощують не тільки рослини	9
Наша спільнота одним поглядом.....	10
Новини від STAC.....	11
Залишайтеся на зв'язку!.....	12
Зв'яжіться з нами.....	12

Визнання прав на землю

Житлова корпорація для літніх людей Торонто визнає, що ми перебуваємо на традиційній території багатьох націй, включно з народами Міссіссага Кредіт, Анішнабег, Чіппева, Хауденосауні та Вендат, яка наразі є домом для багатьох різноманітних корінних народів, інуїтів і метисів. Ми також визнаємо, що на Торонто поширюється Договір 13, підписаний з Міссіссага Кредіт, а також Вільямські договори, підписані з кількома групами Міссіссага і Чіппева.

Визнання африканської спадщини

Житлова корпорація для літніх людей Торонто визнає мігрантами всі зараховані до Договору народи - включно з тими, хто прибув сюди як

поселенці в нинішньому або минулих поколіннях, а також з тими, хто потрапив на ці землі мимоволі, зокрема, унаслідок трансатлантичної работоргівлі та перебування в рабстві.

Ми віддаємо данину поваги предкам африканського походження.

Послання генерального директора Джил Бада

Шановні мешканці,

Я дуже радий вступити на тимчасову посаду генерального директора Житлової корпорації для літніх людей Торонто і підтримати ту величезну роботу, яку виконують наші співробітники і мешканці.

Незважаючи на нещодавній вступ на цю посаду, я не новачок у тій роботі, яку Житлова корпорація для літніх людей Торонто виконувала до теперішнього часу. Як колишньому генеральному менеджеру відділу житла для літніх людей у Комунальному житловому фонді Торонто, мені дуже приємно спостерігати, як інтегрована модель обслуговування втілюється в життя в тих функціях і програмах, які TSHC запровадив за останні 14 місяців.

Я радий бачити, скільки зусиль було докладено до теперішнього часу для розроблення нової моделі взаємодії з мешканцями, що відповідає потребам і різноманітності літніх людей. Ми також працюємо з мешканцями над оновленням наших орієнтованих на мешканців правил, наприклад, фонду дій мешканців і правил використання приміщень. Я з нетерпінням чекаю осені, щоб поділитися з вами новими відомостями про ці проекти.

Ще один важливий проект, над яким ми працюємо, - це цілі нашої компанії: визначення того, хто ми є, чого ми варті і чого хочемо досягти в майбутньому. Ці тимчасові стратегічні напрямки (так ми їх називаємо) слугуватимуть нам орієнтиром у нашій спільній роботі зі створення безпечних, різноманітних і динамічних громад, де голос мешканців буде почуто, а самі мешканці зможуть гідно зустріти старість у домашніх умовах. Детальніше про це можна дізнатися на сайті www.TorontoSeniorsHousing.ca/Interim-Strategic-Directions

У період входження на посаду я буду смиренно просити вас допомогти мені зрозуміти вашу спільноту, потреби і те, як я можу змінити ваше життя на краще. Читання бюлетеня "Слово Старшим" дало мені можливість познайомитися з деякими з ваших життєвих історій. Ці історії пов'язують нас як з нашою великою метою, так і один з одним. Сподіваюся, що цей випуск сподобається вам так само, як і мені.

Дякую, що прийняли мене в організацію.

Кіноспільнота старшого покоління у східній частині Торонто

Завдяки організованим Джессі Кохуном кіновечорам "Movie Nights", починаючи з грудня місяця минулого року мешканці будинку №717 по Бродв'ю Авеню щомісяця збираються в громадській кімнаті на спеціальний кіносеанс. "Я просто захотів згуртувати нашу спільноту", - пояснює Джессі. Джессі не новачок у кіно. До виходу на пенсію він понад 50 років пропрацював на різних посадах у кіноіндустрії та на телебаченні. Останній фільм, у продюсуванні якого Джессі брав участь, "Другий раз поспіль" (The Second Time Around), ішов у Торонто протягом шести тижнів.

Щомісяця Джессі вибирає фільми, цікаві для літніх людей, і вивішує в будинку відповідну афішу. Цього літнього вечора 12 мешканців зібралися на перегляд двох документальних фільмів режисера-документаліста Лін Райт, яка вийшла на пенсію і проживає до того ж у тому ж будинку. У залі були присутні як звичайні кіноглядачі, так і нові обличчя, які прийшли підтримати Лін. Протягом усього сеансу допитливі мешканці зазирали до зали, щоб подивитися, що ж привабило сюди стільки глядачів. Ірма, яка нещодавно заселилася в будинок, розповіла нам, що відвідує кіносеанси вперше. Обговорюючи в антракті перший документальний фільм, вона швидко завела собі нових друзів.

У цьому краса кінематографії. Незалежно від віку вона об'єднує всіх. Джессі сподівається і далі, раз по раз, посувати великий екран ближче до порога своїх сусідів.

Від центру уваги до закулісного успіху

Лін Райт - не новачок у кіноіндустрії. Закінчивши акторський факультет того ж австралійського театрального училища, що й Кейт Бланшетт та Мел Гібсон, Лін спочатку закохалася в театр. Однак саме знайомство в 70-ті роки з групою "Liberation Media", що базується в Торонто, надихнуло Лін на відхід від акторської професії та на заняття кінотовиробництвом. У цій групі жінки прогресивних поглядів використовували відеотехніку для розв'язання таких проблем, як запровадження рівної оплати праці, відкриття нових дитячих садочків, викорінення зґвалтувань і патріархального укладу. Як незалежний фрілансер Лін зняла серію фільмів про робітничий рух, зокрема, про проблеми пенсіонерів, зокрема про жорстоке поводження з літніми людьми, безпритульність і відсутність житла. "У той час існувала реальна потреба в таких фільмах, і деякі з них продовжують виходити у світ досі", - сказала вона.

Як режисер Лін дотримується простого підходу: "вивчити тему, потім - з повагою - попросити людину розповісти свою життєву історію і дати їй можливість повести себе туди, куди вона хоче". За час своєї кар'єри в якості сценариста, режисера і продюсера вона об'їздила весь світ. На кіновечорі Лін відповіла на запитання своїх сусідів і розповіла про свій закулісний досвід постановки двох фільмів: "Don't Take My Sunshine Away" (для Національної ради з кінематографії) і "Sisters of Mersey" (для компанії "Бі-бі-сі"). Подивившись ці фільми, стає зрозуміло, що героїні Лін втілюють її власний непохитний дух.

R-PATH повідомляє: комітет відзначає свій 10-річний ювілей

11 липня 2023 р. Комітет R-PATH відзначив 10-ту річницю з дня свого першого засідання. Протягом десяти років члени комітету R-PATH добровільно віддавали свій час і сили роботі з Комунальним житловим фондом Торонто (ТСНС) і Житловою корпорацією для літніх людей Торонто (TSHC), допомагаючи створювати доступні та інклюзивні спільноти для мешканців і співробітників з обмеженими можливостями.

У момент першого 10-річного ювілею ми запитали членів комітету про те, що для них означає бути частиною R-PATH.

"Під час організації R-PATH моєю метою було поліпшення якості життя людей з обмеженими можливостями в ТСНС і ТSHС і продовження їхнього проживання в домашніх умовах. Зараз мені дуже приємно усвідомлювати, що ми успішно справляємося з цим завданням і одночасно просвіщаємо людей у питаннях доступності".

- Кеті Берч, засновник і голова R-PATH

"Я виросла з бажанням змінити світ. Членство в R-PATH дозволяє мені крок за кроком просуватися до досягнення цієї мети. Завдяки роботі R-PATH сотні мешканців і членів їхніх родин почуваються краще як у своїх квартирах, так і у своїх спільнотах. Я пишаюся цим".

- Лін Андерсен

"Я завжди хотіла стати частиною групи, яка так само, як і я, прагнула б до підвищення доступності житла. Це така фантастика - бачити, що робиться для мешканців з обмеженими можливостями. Мені дуже приємно брати участь у цій роботі".

- Аманда Будро

"Ми багато чого змінюємо на краще. Було зроблено так багато, і прогрес мене дуже здивував. Це було так приємно".

- Джейн Донахью

"R-PATH - яскравий приклад того, як квартиронаймачі можуть керувати областями, у яких у них є досвід. Завдяки порадам мешканців ми змогли вдосконалити роботу ТСНС і ТSHС і створити безбар'єрне середовище в багатьох областях".

- Джо Кнаппер

Побудова спільноти через єднання: соціальний комітет Монтгомері Плейс

Якщо ви проживаєте в Монтгомері Плейс або в будь-якому з сусідніх будинків, то, найімовірніше, ви відвідували їхні громадські заходи або чули про них. Створений у Монтгомері Плейс 40 років тому соціальний комітет протягом року проводить безліч заходів для літніх людей.

Щоб з'ясувати, як їм вдається проводити заходи, які змушують мешканців (і літніх людей із сусідніх будинків) приходити сюди знову і знову, ми зустрілися з чотирма членами волонтерського комітету: Гері Брігденом, Джеком Шапелем, Терезою Шиманські та Вільямом Томасом.

Монтгомері Плейс складається з 206 квартир для холостяків і 55 квартир з однією спальнею. Багато квартиронаймачів живуть у своїх квартирах самі, при цьому не мають жодних соціальних зв'язків і почуваються ізольованими від суспільства. "Наші заходи дають їм можливість вийти зі своїх квартир, поспілкуватися з іншими людьми і чимось зайнятися", - каже Джек.

Після насичених довгих вихідних 1 липня з організацією барбекю для 80 мешканців, Гері, Джек, Тереза і Вільям, схоже, не виявляють жодних ознак втоми, ділячись історіями і фотографіями з минулих подій. Вони працюють як добре налагоджений механізм, що прагне до досконалості. Їхній девіз простий: від друку квитків на заходи до реклами в групі Facebook і організації харчування на заходах - надати мешканцям максимальну віддачу. За невеликий щорічний членський внесок у розмірі 7 доларів мешканці отримують знижку на відвідування одного-двох заходів на місяць. Не член клубу? Не біда. Вітається кожен пенсіонер. "Близько 25 відсотків наших відвідувачів - літні люди, які живуть у сусідніх будинках", - каже Гері.

Розпродажі, що проводяться раз на два тижні, концерти за участю відомих місцевих талантів, ринки вживаного одягу за 1 долар, різдвяний концерт із повноцінною вечерею - ось лише деякі із заходів, які комітет проводив досі.

Що змушує їх виконувати цю роботу? "Ну, це просто розвага і продовження того, чим я займався раніше", - пояснює Гері. Як колишні музиканти, Гері та Джек насолоджуються можливістю використати свої таланти і принести користь суспільству, в якому живуть. "Я дуже вдячний за те, що живу в будівлі TSHC, і дуже радий поділитися цим", - каже Джек.

"Тепер у мене є вагома причина вставати вранці", - каже Тереза. Тереза перенесла рак, і вдячна за ще один шанс продовжити своє життя. "Цим потрібно скористатися", - пояснює вона. Вільям, людина небагатослівна, висловлюється ще простіше: "згуртованість", - каже він.

Очевидно для всіх, що мешканці Монтгомері Плейс раді зустріти старість у домашніх умовах.

Запобігання падінням у домашніх умовах

Ейнат Даніелі, клінічний керівник амбулаторної служби лікарні Бейкрест, хоче зробити громадську програму запобігання падінням доступною кожному, починаючи з людей похилого віку, які проживають у Торонто. Наразі її бригада проводить цю програму в кампусі Бейкрест і в кількох будівлях Житлової корпорації для літніх людей Торонто (TSHC).

Веде програму Ніколь Кемпбелл, зареєстрований кінезіолог. Раз на тиждень протягом 10 тижнів учасники зустрічаються на півторагодинних заняттях, які часто проводяться в тій самій будівлі,

де вони живуть. З метою запобігання падінь, на цих заняттях Кемпбелл допомагає учасникам розвинути навички володіння власним тілом. Кожне заняття включає в себе силові тренування під бадьору музику, вправи на розвиток опорно-рухового апарату, що показують, як людське тіло підтримує рівновагу, а також лекції про причини падінь.

Численні дані свідчать про те, що заняття з розвитку сили та рівноваги запобігають падінню і покращують швидкість реакції. Ці дослідження стали ключовими для ухвалення рішення про проведення занять у будівлях TSHC.

Незважаючи на те, що програма проводиться вдома, Кемпбелл все одно вважає, що учасники починають цікавитися нею пізніше, ніж потрібно. "Найкраще пройти програму до того, як ви впали", - радить вона. "Профілактика падінь - один із найважливіших моментів у підтримці проживання літніх людей у домашніх умовах", - пояснює Даніелі. Наразі падіння є основною причиною госпіталізації людей похилого віку у зв'язку з отриманням травм.

Нещодавня випускниця програми Тереза Макдугалл каже, що цей курс змінив її уявлення про світ. "Просто з'явилося абсолютно нове усвідомлення свого тіла", - каже вона. Тепер вранці замість капців вона одягає тверде взуття і, незважаючи на те, що пересувається знайомою, як їй здається, територією, все одно вмикає світло.

Прихід на заняття не лише дає змогу літнім людям засвоїти методи запобігання падінням, а й створює атмосферу спільності. "Тут можна почути, як інші долають труднощі", - каже Макдугалл. Кемпбелл уже спостерігає, що участь мешканців у програмі дає позитивні результати. Коли комусь із них вдається втриматися на ногах під час складної демонстрації рівноваги, весь клас аплодує. "Програма дає змогу кожному зрозуміти, що важко не тільки йому".

У рамках цього партнерства ми з нетерпінням чекаємо продовження співпраці з лікарнею Бейкрест, для того, щоб люди старшого покоління могли гідно зустріти старість у комфортних домашніх умовах. Детальну інформацію можна знайти на сайті bit.ly/3rJGIWi.

Садіть насіння, і воно проросте: мешканці будинку Блер Корт вирощують не тільки рослини

Комітет садівництва в Блер Корт переживає свій перший вегетаційний сезон, при цьому город існує вже понад десять років, годуючи мешканців і надаючи їм розкішний громадський простір для зустрічей.

Завдяки Фонду дій мешканців, який було знову запроваджено торік для фінансування проєктів та ініціатив, що відповідають пріоритетам мешканців, Ліз Райан вдалося отримати від Житлової корпорації для літніх людей Торонто 1000 доларів на розширення садової ділянки. Решта мешканців доклали руку до благоустрою території. Для того, щоб город став доступнішим для мешканців, які пересуваються на інвалідних візках, таких як Іона Тімплару, вони встановили там нову решітку і розбили додаткові грядки. Партнерське агентство TSHC WoodGreen також надало горщики, добрива та ґрунт.

До складу садового комітету входять п'ятеро мешканців: Ліз Райан, Цугі Ііда, Джон Керрінгтон, Сандра Хант і Бранко Манасьєв. Цього року комітет разом із координаторкою з роботи з населенням Орнеллою Кавазін займався створенням комітету, розробкою правил садівництва та організацією справедливого процесу розподілу ділянок. Результат був позитивно сприйнятий, об'єднавши мешканців різного походження для занять спільним хобі. "Мешканці постійно перебувають тут, насолоджуючись відкритим простором", - каже Джейн Ірвінг, координаторка по

роботі з літніми людьми в цьому будинку. "У нас так багато мешканців, які не розмовляють англійською, але вони можуть приходити сюди і разом з усіма насолоджуватися цим місцем".

Важко повірити, але за словами багатьох мешканців, це місце колись було "сміттєзвалищем". Під час пандемії Ліз і Цугі взяли справу у свої руки і взялися за благоустрій ділянки. Вони приходили сюди щодня - видаляли плющ, виривали бур'яни, садили квіти. Повільно, але вірно в колись мертвому і сухому ґрунті стали з'являтися ознаки життя. Сьогодні це оаза для мешканців: тут ростуть соковита зелена трава, строкаті квіти, є великий город і дерева, що дають тінь у спекотні літні дні.

Для літніх людей, які проживають у Блер Корт, спільні заняття садівництвом і городництвом приносять стільки ж користі, скільки і сам урожай. Ми побували тут через кілька тижнів після того, як мешканці висадили на ділянці свої квіти, овочі та зелень. На вулиці зібралося щонайменше 20 квартиронаймачів - деякі з них були досвідченими садівниками, інші - початківцями, але всі вони були явно задоволені і з гордістю показували нам свою ділянку. "Коли ви пишаєтеся тим місцем, де живете, то хочете, щоб воно завжди залишалось красивим", - каже Джон.

"Це **наш** сад", - каже Ліз. "Ми сподіваємося, що інші мешканці побачать нашу ділянку і вона надихне їх на створення чогось подібного у своїх районах".

[Наша спільнота одним поглядом](#)

Фотографії, включно з двома сторінками літніх фотографій

Новини від STAC

Останній час став ще одним напруженим періодом для членів Консультативного комітету з роботи з літніми мешканцями (STAC).

До числа їхніх численних заходів входили:

- надання інформації про процеси консультацій і співробітництва для розроблення моделі взаємодії з мешканцями та надання додаткової інформації про те, що хочуть і чого потребують мешканці;
- розгляд пропозицій мешканців щодо процесу перегляду орієнтованих на мешканців правил, включно з фондами дій мешканців, використання приміщень і визначення пріоритетності оновлення інших правил;
- надання відгуків про роботу R-PATH щодо взаємодії з мешканцями під час реалізації проєктів із забезпечення доступності в будинках Житлової корпорації для літніх людей Торонто;
- зустріч із співробітниками відділу ділових операцій Житлової корпорації для літніх людей Торонто, які представили комітету інформацію про процес внутрішнього переселення; і
- знайомство зі співробітниками адміністрації міста Торонто, які опікуються питаннями житлового забезпечення людей похилого віку.

Крім того, на початку осені цього року члени комітету разом з іншими лідерами мешканців, співробітниками та постачальниками послуг візьмуть участь у семінарах із розробки моделі взаємодії з мешканцями.

Нещодавно ми з жалем втратили одного з членів STAC, Морін Клохессі, але з найбільш поважної причини. Морін пішла у

відставку, щоб обійняти посаду директора з роботи з мешканцями в Раді директорів Житлової корпорації для літніх людей Торонто.
Вітаємо Морін!

Залишайтеся на зв'язку!

Щоб залишатися на зв'язку та бути в курсі новин і подій Житлової корпорації для літніх людей Торонто, обов'язково стежте за нами в соціальних мережах. Ви можете знайти нас на Facebook, Twitter і LinkedIn. Ви також можете дізнатися більше на нашому сайті за адресою www.TorontoSeniorsHousing.ca

Зв'яжіться з нами

Хочете, щоб про вас розповіли в майбутньому інформаційному бюлетені? Надаєте перевагу отримувати "Слово старшим" на свою електронну скриньку? Зв'яжіться з нами за адресою **SeniorsSpeak@torontoseniorshousing.ca**.

За наведеними нижче номерами ви можете телефонувати 24 години на добу, сім днів на тиждень, крім того, ви можете зв'язатися з нами електронною поштою support@torontoseniorshousing.ca.

- **Центр підтримки мешканців: 416-945-0800**
- **Відділ громадської безпеки: 416-921-2323**
- **Організація "Crime Stoppers": 416-222-8477**