

Seniors Speak 겨울호가 여러분을 환영합니다

목차

목차

목차.....	1
질 바다 CEO 의 메시지	2
흑인 캐나다인 하키 슈퍼스타의 탄생	3
플랜틴 튀김.....	4
‘토론토 주택의 책임감 있는 장애인편의성 (Responsible Personal Accessibility in Toronto Housing - R-PATH)’ 위원회 보고서: 장애인편의성은 당신을 위한 것입니다.....	5
새로운 협력 방식을 도입합니다.....	5
노년의 야생 사진 탐구.....	7
품질개선프로젝트 업데이트.....	7
홀리데이 파티.....	8
고령자를 위한 세금 혜택 및 세액 공제	8
다재다능한 여인 - 린다 로빈슨을 만나보십시오.....	10
고령세입자자문위원회.....	11
항상 네트워크와 연결되어 있으십시오!.....	12
연락하십시오.....	12
감사의 말.....	12

질 바다 CEO 의 메시지

세입자 여러분,

모두들 새해 복 많이 받으십시오. 아무쪼록 2024 년이 건강하고 희망찬 한 해로 시작되었기를 바랍니다.

세입자 여러분과 협력하여 사회 활동, 보건 및 웰니스, 그리고 공동체 참여를 촉진하기 위해, 새해를 맞이하면서 저희는 Community Connect+와 공동체활동기금(Community Activities Fund)을 출범시킨 바 있습니다. 이에 따라 세입자 여러분이 어떤 종류의 활동 및 프로그램을 원하는지, 저마다의 공동체를 지원하는 활동에 어떤 식으로 참여하기를 원하는지 알아보기 위한 건물 회의가 현재 진행되고 있습니다.

지역 세입자 모임에서 여러분의 피드백을 공유해주시기 바랍니다. 이 모임은 올해 세 번 있을 것입니다. 여러분 지역에서 다음번 모임이 언제 열리는지 알아보려면 여러분 아파트 건물의 담당 지역사회서비스코디네이터(Community Services Coordinator - CSC)에게 문의하시기 바랍니다.

올 한 해를 내다보면서 저는 저희가 작년에 시작한 일을 지속하고 확대할 생각입니다. 특히 각종 공동체 프로그램을 도입하고, 공동체 안전 및 보안을 향상시키고, 사회적 고립을 줄이는 데 역점을 둘 계획입니다.

우리 건물들과 공동체들을 역동적인 삶의 터전으로 만들기 위한 여러분의 지속적인 노력에 감사드립니다. 아무쪼록 더욱더 공고하게 연결된 공동체를 만들기 위해 다 함께 협력하기를 고대합니다.

흑인 캐나다인 하키 슈퍼스타의 탄생

2 월은 흑인 역사의 달(Black History Month), 흑인 캐나다인의 업적과 역사를 기념하는 때입니다. 이번 호에서 우리는 미래 세대들을 위해 길을 닦아준 흑인 세입자 2 명의 이야기를 실었습니다.

첫 번째 이야기는 Byng Towers 의 세입자 대표, 캐시 테릴에 관한 이야기입니다. 1971 년 가이아나에서 캐나다로 이주할 때 캐시는 앞으로 어떻게 될지 막막하기만 했습니다. 하지만 한 가지는 알았습니다. 딸과 두 아들에게 최선의 삶을 제공하기 위해 최선을 다하겠다는 것입니다.

총기 폭력과 마약 거래가 난무하는 동네에서 부모와 함께 사는 두 아들이 그런 것에 혹하여 옆길로 빠지지 않도록 캐시가 할 수 있는 방법은 하키였습니다. 캐시는 편모로 복수의 직업을 가지고 일하면서 감당할 수 있는 한 아이들에게 최대한 많은 과외 활동을 시켰습니다. 큰 아들 칼릴은 다섯 살에 하키를 시작하여 동생 레너드가 갈 길을 터주었습니다.

아직도 백인 선수가 대부분인 스포츠를 흑인이 한다는 것은 결코 쉬운 일이 아니었습니다. 혼혈로서 백인으로 통하지만 스스로를 흑인 여성으로 식별하는 캐시는 스탠드에 앉아 경기를 하는 두 아들을 응원하면서 직접 목격했습니다. “빙상 경기장에 앉아 사람들이 우리 아들을 저속한 표현으로 부르면서 저 여자가 엄마인가 하고 쭈군거리는 걸 봤어요. 힘들지만 부모로서는 애들을 위로할 수밖에 없죠.”

그녀의 인내심과 노력은 효과가 있었습니다. 칼릴은 동부연안하키리그 최초의 흑인 부감독이 되었고, 레너드는 태평양남부하키리그 최초의 흑인 감독이 되었습니다. 게다가 그녀의 손자는 테릴가 최초로 2018 년 북미하키리그(NHL) 선수로 발탁되었습니다. 아킬 토머스는 로스앤젤레스 킹스에서 뛰고

있습니다. 캐시는 종종 손자의 경기를 보러 가며 미국에 있는 아들들도 방문합니다.

이 집안은 개척자의 피가 흐릅니다. 캐시의 어머니도 가이아나에서 최고의 필드하키 선수였습니다.

멀리 떨어져 있음에도 캐시는 여전히 그녀의 가족들이 무슨 일만 있으면 찾는 사람입니다. 캐시는 활짝 웃으며 말합니다. “애들이 너무 자랑스러워요. 좋은 애들이 되도록 키웠는데 여전히 좋은 애들이니까요.”

플랜틴 튀김

플랜틴은 아프리카인이 먹는 식품의 하나로서 아프리카, 동남아시아, 카리브제도 등지에서 요리 재료로 사용됩니다. 바나나보다 조금 크지만 바나나처럼 생겼고 바나나보다 덜 달합니다. 식품점에 가면 농산물 코너에서 발견할 수 있으며, ‘요리용 바나나’ 또는 ‘플랜틴 바나나’라고 표시되어 있기도 합니다. 플랜틴 튀김은 달콤하고 맛있는 일반적 간식이자 부식으로서 전 세계 많은 사람이 좋아합니다.

1. 플랜틴 껍질을 벗기십시오. 끝부분을 조금 잘라낸 다음 껍질에 칼집을 내서 벗기면 됩니다.
2. 대각선으로 잘라 1/2인치 두께로 조각내십시오.
3. 플랜틴 조각에 소금을 뿌리십시오. 튀긴 후에 소금을 뿌릴 수도 있습니다.
4. 프라이팬에 식물성 식용유(또는 중성유)를 두르고 중저불로 가열하십시오.
5. 기름이 뜨거워지면 프라이팬에 플랜틴 조각을 넣으십시오. 금세 타므로 낮은 불로 천천히 익혀야 합니다.
6. 밝은 갈색이 될 때까지 플랜틴 양면을 7분쯤 익히십시오.
7. 플랜틴을 들어내고 과다한 기름을 털어내십시오.

8. 따뜻할 때 접시에 내서 맛있게 드십시오!

‘토론토 주택의 책임감 있는 장애인편의성

(Responsible Personal Accessibility in Toronto Housing - R-PATH)’ 위원회 보고서: 장애인편의성은 당신을 위한 것입니다

장애 또는 의학적 필요 때문에 자택에서 정상적 기능을 발휘하기가 힘듭니까? 그렇다면 아파트 개조를 받을 자격이 있을 수 있습니다.

자세히 알아보려면 ‘장애인편의성은 당신을 위한 것입니다 (Accessibility Is for You)’ 패키지를 읽어보십시오. 이는 R-PATH 위원회가 Toronto Seniors Housing 세입자를 위해 장애인편의성프로그램(Accessibility Program)에 관해 쓴 가이드입니다.

이 패키지는 여러분 아파트를 개조하는 방법을 단계별로 설명해줍니다. 개조 작업이 무엇을 어떻게 하는 것인지 설명하고, 개조 작업에 관한 가장 일반적인 질문 일곱 가지에 답해줍니다.

‘장애인편의성은 당신을 위한 것입니다’ 패키지는 아파트 건물의 고령자서비스코디네이터(Seniors Services Coordinator - SSC)에게서 받거나 저희 웹사이트에서 다운로드할 수 있습니다:

torontoseniorshousing.ca/accessibility-program/

새로운 협력 방식을 도입합니다

Community Connect+는 더 튼튼하고 건전한 고령 세입자 공동체를 구축하기 위해 세입자, 직원, 서비스 제공자, 지역사회 협력자 등과 협력하는 저희의 새로운 접근법입니다.

Community Connect+와 아울러 올해 저희는 새로운 공동체활동기금(Community Activities Fund - CAF)을 도입했습니다.

이 기금은 세입자의 건강 및 안녕을 지원하는 각종 행사, 프로그램 및 장비 구매의 자금원이 됩니다. 다음은 새로운 접근법과 동 기금에 관한 세입자들의 몇몇 일반적 질문에 대한 답입니다.

어떻게 참여하나?

세입자는 건물 내 포스터, Community Connect+ 웹페이지 등 다양한 통신을 통해 자세히 알아보고 참여 기회를 찾아볼 수 있습니다:

torontoseniorshousing.ca/community-connect-plus/

정보를 찾을 때 TSHC 지역사회서비스코디네이터(CSC)는 여러분의 주요 접촉점입니다. 여러분의 지역 CSC 에게 연락하거나 이메일 communities@torontoseniorshousing.ca 로 문의하십시오.

공동체활동기금은 어떻게 운영되나?

해마다 각 아파트 건물은 거주 세입자 수에 따라 재정 지원을 받습니다. 한 해 동안 자금을 어떻게 사용할지 결정하기 위한 연례건물계획회의(Annual Building Planning Process)에 모든 세입자가 초대됩니다.

직원들의 지원을 받으며 세입자들은 해당 연도에 아파트 건물에서 시행되거나 설치되기를 바라는 각종 행사, 활동 및 장비에 관한 결정을 내립니다. 그리고 이러한 선호 사항이 결정되면 지역사회서비스코디네이터(CSC)가 필요에 따라 세입자들과 협의하여 신청서를 작성합니다.

CSC 의 도움과 세입자들의 동의에 따라 해당 연도 내내 수정 작업이 이루어질 수 있습니다.

세입자들이 한 해 동안 자금을 사용하는 방식을 바꿀 수 있나?

자금 사용 방식은 연례건물계획회의를 통해 세입자들이 결정합니다. 지역사회서비스코디네이터(CSC)가 세입자들과 협의하여 남은 자금의 사용 방식을 결정합니다.

노년의 야생 사진 탐구

Janet Magee Manor 의 공동체실과 체육관 벽에는 야생 사진들이 걸려 있습니다. 이 아름다운 사진들이 사람들을 끌어들이습니다. 이 사진들을 찍은 사람은 세입자인 존 나이트입니다.

존은 1960 년대, 그의 첫 미놀타 SLR 을 샀을 때 사진에 처음 입문했고, 얼마 후 삶이 바빠져서 사진에 몰두할 수 없게 되었습니다. 은퇴한 후에야 무엇인가 할 일을 찾다가 다시 사진을 찍기 시작했습니다. 디지털 사진은 그의 오래된 취미를 더 저렴하고 편리하게 다시 즐길 수 있는 방법이 되었습니다. 새로 구입한 디지털 카메라로 찍을 피사체가 필요하자 존은 토론토동물원을 방문하기 시작했습니다.

야생 사진을 찍을 때는 동물의 삶의 한 순간을 포착하는 데 많은 인내심이 필요합니다. 존은 동물들의 다음 동작을 예측하기 위해 동물원 사육사들로부터 동물들의 습성에 대해 배우는 것을 즐겼습니다. 머지 않아 그는 동물원에서 왜가리, 시베리아호랑이, 매, 북극곰, 늑대 등 여러 가지 동물의 사진을 찍게 되었습니다. 존은 “혼자 있는 동물과 진정한 연대감을 느낀다”고 말합니다.

오늘날 그는 주로 가족들 사진을 찍지만, 언젠가 다시 동물원으로 돌아가 동물들과 재회할 날을 고대합니다.

품질개선프로젝트 업데이트

품질개선프로젝트(Quality Improvement Project - QIP)는 직원들과 세입자들이 협력하여, Toronto Seniors Housing 아파트를 더 살기

좋은 곳으로 만들기 위해 여러 가지 문제를 이해하고 아이디어를 내도록 하려고 창설한 것입니다.

세입자들과 직원들이 만나 해충 방제, 안전 및 보안, 직원-세입자 관계 등 세 가지 주요 현안에 관해 협의했습니다. 이 회의에서 제시된 권고 조치는 저희의 잠정전략적지침로드맵(Interim Strategic Directions Roadmap)에 반영되었습니다. 이 로드맵은 Toronto Seniors Housing 의 개선 계획의 바탕이 됩니다.

2023 년 12 월 8 일 이사회 회의에서 품질개선프로젝트 분기 업데이트가 발표되었습니다. 회의 자료는 저희 웹사이트에서 볼 수 있습니다: bit.ly/3vqPH0o.

다음번 품질개선프로젝트 분기 업데이트는 2024 년 2 월 5 일(월) 품질및세입자참여위원회(Quality and Tenant Engagement Committee) 회의에서 발표됩니다. 자세히 알아보려면 다음 웹페이지를 방문하십시오: torontoseniorshousing.ca/about/board-committees/quality-tenant-engagement-committee/.

홀리데이 파티

12 월에 전체 Toronto Seniors Housing 아파트 건물의 절반 이상에서 공동체 겨울 축하 파티가 열렸습니다. 이는 작년에 열린 행사 수의 약 2 배입니다. 직원 및 서비스 제공자들의 지원을 받아 이 행사들을 조직한 많은 세입자에게 감사를 표합니다. 세입자 여러분의 사교 활동을 다시 보게 되어 정말 좋았습니다. 새로운 공동체활동기금 및 참여에 대한 Community Connect+ 접근법이 이러한 성공을 더한층 제고하기를 고대합니다.

고령자를 위한 세금 혜택 및 세액 공제

소득별집세(RGI) 아파트 거주자는 매년 세금을 신고해야 합니다. 2023 년도 세금 신고 기한은 2024 년 4 월 30 일(화)입니다. 저희는

올해도 몇몇 아파트 건물에 세금 클리닉을 다시 설치할 계획입니다. 무료 세금 클리닉 관련 정보는 다음 웹사이트에서도 찾아볼 수 있습니다: torontoseniorshousing.ca/taxinfo/.

올해 세금을 신고할 때는 몇몇 세액 공제 및 세금 혜택을 받을 자격이 있을 수 있습니다. 어떤 세액 공제 및 세금 혜택을 받을 수 있는지 알아보려면 세금을 신고하기 전에 세금 전문가에게 전문적 조언을 받으십시오.

온타리오주 트릴리엄급여(Ontario Trillium Benefit - OTB)

온타리오주 트릴리엄급여는 중/저소득 온타리오주 주민이 에너지 비용, 판매세, 재산세 등을 납부하는 데 도움을 주는 면세 급여입니다. 대부분의 Toronto Seniors Housing 아파트 건물은 지방자치단체 재산세가 면제되며, 이는 세입자의 온타리오주 트릴리엄급여 수급 자격에 영향을 줄 수 있습니다.

여러분 아파트 건물의 재산세 상황을 알아보려면 웹사이트 torontoseniorshousing.ca/building-tax-status/를 방문하거나, 세입자지원센터(Tenant Support Centre)에 전화하여(416-945-0800) 여러분 아파트 건물의 면세 여부를 확인하십시오. 온타리오주 트릴리엄급여에 관해 자세히 알아보려면 웹사이트 ontario.ca/page/ontario-trillium-benefit/을 방문하십시오.

장애세액공제(Disability Tax Credit - DTC)

장기적으로 지속된 중증 신체 또는 정신 기능 장애가 있는 고령자는 장애세액공제(Disability Tax Credit)를 받을 자격이 있을 수 있습니다. 여러분의 수급 자격을 알아보려면 캐나다 정부 웹사이트 bit.ly/2OF88aF 를 방문하십시오.

다재다능한 여인 - 린다 로빈슨을 만나보십시오

매일 아침 잠자리에서 벌떡 일어나게 하는 정신적 고취를 찾고 있다면 린다 로빈슨을 만나보십시오.

린다는 할머니, 자선 단체 설립자, 복음성가 가수 및 기업가이자 극작가입니다. 아직 젊은 나이인 일흔셋에 린다는 “늙어가는” 방법을 모른다면 빙그레 웃습니다.

2014 년에 처음 Edwards Manor 로 이사왔을 때 그녀는 독립적으로, 건강하게 살겠다고 마음먹었습니다. 그리고 10 년 뒤에는 많은 사람이 평생 동안 하는 일보다 많은 일을 했습니다. 린다에게 삶은 곧 행동입니다.

몇 년 뒤 이토비코로 이사가기 전에 린다는 빈곤한 아이들이 여름 캠프의 즐거움을 체험할 수 있도록 돕는 비영리 단체, ‘Send a Child to Camp’를 설립했습니다. 출범 이후 이 자선 단체는 60 명의 아동에게 혜택을 주었습니다. 해마다 린다는 약 \$2,000 을 모금하여 약 5 명의 아동에게 ‘Camp Big Canoe’를 체험할 기회를 줍니다. 그녀는 자신이 다니는 파크데일연합교회와 협력하여 연중 내내 연례 바비큐 파티, 뜨개질 판매, 연례 콘서트 등 여러 가지 기금 모금 행사를 열고 있습니다.

그녀가 17 년 동안 자신의 대의명분에 헌신해온 것은 아이들이 곧 미래라는 믿음 때문입니다. “우리는 어떻게든 아이들을 돌보고 도와야 해요. 캠프가 바로 이것을 제공하죠.”

린다는 자신의 노년기의 상당 부분을 지역사회에 환원한, 긍지 높은 6 세대 캐나다 시민입니다. 그녀는 “내가 하는 일들은 내가 하고 싶기 때문에 마음에서 우러나와 하는 일”이라며 “그동안 수많은 사람이 나를 도와주었고, 앞으로도 이 일을 계속할 것”이라고 말합니다. 모금 운동과 교회 일을 하지 않을 때도 린다는 사람들이

이용할 수 있지만 모르고 있는 여러 가지 자원을 그녀의 지역사회와 연결하는 새로운 방법을 찾느라 바쁩니다. 그녀의 다음 행동은 뭐냐고요? 올해는 중독정신건강센터(Centre for Addiction and Mental Health - CAMH)에서 연극을 올리는 린다를 기대하십시오.

고령세입자자문위원회

고령세입자자문위원회(Senior Tenants Advisory Committee - STAC) 위원들은 계속 열심히 활동하고 있습니다. 지난 3 개월 동안 이들이 한 일은 다음과 같습니다:

- 지역 세입자 대표 회의 참석 – 공동체실지침(Community Room Guidelines)에 대한 의견을 제시하고 새로운 Community Connect+ 접근법 및 공동체활동기금 관련 업데이트를 받음.
- TSHC 의 민원 처리 절차에 관한 설명을 들음.
- 고령세입자체험설문조사(Seniors Tenant Experience Survey)에 대한 의견 제시.
- 각종 공동체 프로그램 및 파트너십 작업 관련 업데이트를 받음 – 동북부 지역에서 시행되는 North Toronto Neighbourhood Care Team 모델, 서남부 지역의 자연발생은퇴공동체(Naturally Occurring Retirement Community - NORC) 혁신센터(Innovation Centre)의 세입자 대사 프로그램 등.

9 Haldon 의 세입자 공동체 정회원이었던 앤 제임스가 최근 세상을 떠났습니다. 그녀는 COVID-19 제한이 해제된 후 9 Haldon 을 위한 옹호를 돕고 각종 공동체 행사를 조직했습니다. 또한, 지역 세입자 대표 회의에 참여하고, 새로운 자원봉사자들을 규합하여 9 Haldon Ave 의 각종 프로그램 및 행사를 지원하도록 했습니다. 저희는 앤의 부드러우면서도 활달한 성격이 그리울 것입니다. 애정을 가지고 그녀를 기억하겠습니다.

항상 네트워크와 연결되어 있으십시오!

저희 네트워크와 연결되어 있으면서 Toronto Seniors Housing 의 뉴스 및 각종 행사에 관한 업데이트를 받으려면 소셜 미디어에서 저희를 팔로하십시오. 페이스북, 트위터 및 링크드인에서 저희를 찾을 수 있습니다. 또한, 저희 웹사이트 TorontoSeniorsHousing.ca 에서 자세히 알아볼 수도 있습니다.

연락하십시오

다음 소식지에서 특집 기사로 다루어지고 싶습니까? Seniors Speak 를 이메일로 받고 싶습니까? 저희에게 연락하십시오: **SeniorsSpeak@torontoseniorshousing.ca.**

주중 무휴, 하루 24 시간 운영되는 아래 번호로 전화하거나, 이메일 support@torontoseniorshousing.ca 로 저희에게 연락하십시오.

- **세입자지원센터(Tenant Support Centre): 416-945-0800**
- **공동체안전부(Community Safety Unit): 416-921-2323**
- **범죄예방단(Crime Stoppers): 416-222-8477**

감사의 말

Toronto Seniors Housing 은 우리 시, 그리고 저희가 지원하는 세입자들의 다양성을 중시합니다. 저희는 또한 토론토에서 더불어 살아가는 사람들의 풍부한 다양성으로 이어진 긍정적 또는 부정적 역사를 인정합니다.

웹사이트 torontoseniorshousing.ca/acknowledgements/에서 Toronto Seniors Housing 의 ‘영토 및 아프리카계 인정(Land and African Ancestral Acknowledgements)’을 읽어보십시오.