

# Bienvenidos al número de invierno de *Seniors Speak*

## Índice

### Contenido

|   |    |
|---|----|
| Table of Contents .....   | 1  |
| A Message from CEO Jill Bada .....  | 2  |
| Raising Black Canadian hockey superstars .....  | 2  |
| Fried plantains .....   | 4  |
| Responsible Personal Accessibility in Toronto Housing (R-PATH)<br>Committee reports: Accessibility Is for You ..... | 4  |
| Introducing a new way of working together .....   | 5  |
| Exploring wildlife photography in later life.....   | 6  |
| An update on Quality Improvement Projects.....  | 7  |
| Holiday parties .....   | 8  |
| Tax benefits and credits for seniors.....   | 8  |
| A woman of many talents: Meet Linda Robinson.....   | 9  |
| Senior Tenants Advisory Committee .....   | 11 |
| Stay Connected!.....  | 12 |
| Get in touch .....  | 12 |
| Acknowledgements.....   | 12 |

## **Mensaje de la directora general, Jill Bada**

Estimados inquilinos:

Feliz año nuevo a todos. Espero que hayan comenzado el 2024 con buena salud y de buen ánimo.

Empezamos el año poniendo en marcha Community Connect+ y el Fondo de Actividades Comunitarias para colaborar con los inquilinos en el fomento de las actividades sociales, la salud y el bienestar y la participación en nuestras comunidades. Me complace anunciar que se están celebrando reuniones para averiguar qué tipo de actividades y programas desean los inquilinos y cómo quieren participar para apoyar a sus comunidades.

Les agradeceremos su devolución en los círculos regionales de inquilinos. Este año, se realizarán tres veces. Póngase en contacto con su coordinador de Servicios a la Comunidad (CSC, en inglés) para saber cuándo tendrá lugar el próximo en su región.

En este año que comienza, espero continuar y ampliar el trabajo que iniciamos el año pasado. Específicamente, buscamos llevar programas comunitarios a los edificios, mejorar la seguridad y protección de la comunidad y reducir el aislamiento social.

Quiero darles las gracias por su compromiso constante en hacer de nuestros edificios y comunidades lugares brillantes donde vivir. Espero con ansias colaborar con ustedes para crear comunidades más conectadas.

## **Jóvenes promesas de raza negra del hockey canadiense**

Febrero es el Mes de la Historia Negra, un momento para celebrar los logros y la historia de los canadienses negros. En esta edición,

compartimos dos historias de inquilinos negros que allanaron el camino para hacerle lugar a las futuras generaciones.

La primera historia es de Kathy Terrill, la representante de los inquilinos de Byng Towers. Cuando Kathy se mudó a Canadá de Guyana en 1971, no sabía qué esperar, pero sí sabía una cosa: iba a hacer todo lo posible por darle a su hija y a sus dos hijos la mejor vida posible.

Para Kathy, el hockey era una forma de mantener entretenidos a sus dos hijos y alejarlos de los problemas mientras vivían con sus padres en un barrio con mucha violencia armada y traficantes de drogas. Los inscribió en todas las actividades extraescolares que le permitía sus múltiples trabajos como madre soltera. Su hijo mayor, Kahlil, empezó a jugar al hockey a los cinco años, y le allanó el camino a su hijo menor, Leonard.

No era fácil ser negro y practicar un deporte que todavía practican mayoritariamente los blancos. Kathy, que es multirracial y pasa por blanca pero se identifica como negra, lo vio de primera mano sentada en las gradas animando a sus hijos en los partidos. «Tenía que sentarme en el estadio y ver cómo la gente le decía cosas feas a mi hijo y me preguntaba si yo era su madre» —dice— «Es duro, pero hay que ser padre y consolarlos».

Su paciencia y su duro trabajo dieron sus frutos. Kahlil se convirtió en el primer entrenador asistente negro de la Liga de Hockey de la Costa Este. Leonard se convirtió en el primer entrenador negro de la Liga de Hockey del Pacífico Sur. Es más, su nieto fue el primer integrante de la familia Terrill en ser reclutado por la Liga Nacional de Hockey (NHL) en 2018. Akil Thomas juega en Los Ángeles Kings. Kathy viaja a menudo para ver jugar a su nieto y a visitar a sus hijos en los Estados Unidos.

Ser pioneros es de familia. La madre de Kathy también fue una de las mejores jugadoras de hockey sobre césped de Guyana.

A pesar de la distancia, Kathy sigue siendo la persona a la que todos recurren en su familia. «Estoy muy orgullosa de ellos» —articula Kathy radiante— «Los crié para que fueran buenos chicos, y siguen siéndolo».

## **Plátanos fritos**

Los plátanos son uno de los alimentos más consumidos por los africanos. Se utilizan en platos en África, el Sudeste Asiático y el Caribe. Se parecen a las bananas, pero son más grandes y menos dulces que estas. En los supermercados, los plátanos se encuentran en la sección de frutas y verduras, a veces etiquetados como «plátanos para cocinar» o «plátanos banana». Los plátanos fritos son un aperitivo y guarnición común, dulce y delicioso, muy apreciado en todo el mundo.

1. Cómo pelar los plátanos. Para hacerlo, corte los extremos, luego corte la cáscara y péla.
2. Córtelos en diagonal en trozos de media pulgada de espesor.
3. Sale los trozos de plátano. También puede salarlo después de freírlos.
4. Caliente aceite vegetal (o cualquier aceite neutro) en una sartén a fuego medio-lento.
5. Cuando el aceite esté caliente, sumerja los trozos de plátano en el aceite. Se queman rápido, así que cocínelos a fuego lento.
6. Cocínelos unos siete minutos de cada lado hasta que se doren.
7. Sáquelos y quíteles el exceso de aceite.
8. Sírvalos caliente y ¡buen provecho!

## **Informes del Comisión de Accesibilidad Personal Responsable en las Viviendas de Toronto (R-PATH): La accesibilidad es para usted**

¿Tiene dificultades para desenvolverse en su hogar debido a una discapacidad o necesidad médica? Es posible que tenga derecho a que se modifique su unidad.

Para informarse más, tome un ejemplar del paquete *La accesibilidad es para usted*. Es una guía escrita por el Comité R-PATH sobre el Programa de Accesibilidad para Inquilinos de Viviendas para Adultos Mayores de Toronto.

El paquete le ofrece una guía paso a paso sobre cómo modificar su unidad. Le explica lo que puede esperar durante el proceso y se responden las siete (7) dudas más frecuentes que tienen los inquilinos sobre este proceso.

Puede recoger el paquete de *La accesibilidad es para usted* en la oficina del coordinador de Servicios para Adultos Mayores (CSAM) de su edificio o descargarlo de nuestro sitio web en [torontoseniorshousing.ca/accessibility-program/](http://torontoseniorshousing.ca/accessibility-program/).

## **Presentamos una nueva forma de trabajar juntos**

Community Connect+ es nuestro nuevo enfoque de trabajo conjunto con inquilinos, personal, proveedores de servicios y socios comunitarios para construir comunidades de inquilinos adultos mayores más fuertes y saludables.

Junto con Community Connect+, este año hemos incorporado un nuevo Fondo de Actividades Comunitarias (FAC). Con esto, se ayudará a financiar eventos, programas y compras de equipos que fomenten la salud y el bienestar de los inquilinos. A continuación, encontrará algunas respuestas a las preguntas que los inquilinos han planteado sobre el nuevo enfoque y fondo.

### **¿Cómo participo?**

Los inquilinos pueden encontrar más información y encontrar oportunidades para participar mediante diversas comunicaciones, como carteles en los edificios y la página web de Community Connect+:

[torontoseniorshousing.ca/community-connect-plus/](http://torontoseniorshousing.ca/community-connect-plus/)

Los coordinadores de Servicios a la Comunidad (CSC) de TSHC son su principal punto de contacto si busca información. Póngase en contacto con su CSC regional o con [communities@torontoseniorshousing.ca](mailto:communities@torontoseniorshousing.ca).

### **¿Cómo funciona el Fondo de Actividades Comunitarias?**

Cada año, cada edificio recibirá financiación en función de la cantidad de inquilinos que vivan en él. Se invitará a todos los inquilinos a participar en un proceso anual de planificación de edificios para decidir cómo se utilizarán los fondos durante el año.

Con la ayuda del personal, los inquilinos decidirán los eventos, las actividades y los equipos que desean tener en su edificio durante el año. Una vez establecidas estas preferencias, los coordinadores de Servicios a la Comunidad colaborarán con los inquilinos para completar los formularios de solicitud según sea necesario.

Pueden hacerse ajustes a lo largo del año, con la ayuda de los CSC y el acuerdo de los inquilinos.

### **¿Pueden los inquilinos cambiar el uso que hacen de los fondos a lo largo del año?**

Los inquilinos decidirán cómo se utiliza la financiación mediante el proceso anual de planificación del edificio. Los coordinadores de Servicios a la Comunidad colaborarán con los inquilinos para decidir cómo se utilizarán los fondos remanentes.

## **Explorar la fotografía de la naturaleza en la tercera edad**

La sala comunitaria y el gimnasio de Janet Magee Manor tienen paredes forradas con fotografías de fauna salvaje. Su imponente presencia atrae. El fotógrafo de estas imágenes es John Knight, inquilino del edificio.

John se inició en la fotografía en la década de 1960, cuando compró su primera cámara Minolta SLR. Poco después, dejó de dedicarse a la fotografía porque su vida se volvió más ajetreada. Volvió a la fotografía tras jubilarse, cuando buscaba algo que hacer. La fotografía digital se convirtió en una forma más asequible y accesible de volver a disfrutar de su antigua afición. En busca de qué fotografiar con su nueva cámara digital, John empezó a visitar el zoológico de Toronto.

La fotografía de animales salvajes requiere mucha paciencia para captar un momento fugaz de sus vidas. John disfrutó aprendiendo sobre los animales de los cuidadores para anticiparse a su próximo movimiento. No tardó en fotografiar animales como la gran garza azul, los tigres siberianos, el halcón, los osos polares y los lobos del zoológico. «Sientes un verdadero parentesco con los animales en su soledad», expresa John.

En la actualidad, fotografía sobre todo a su familia, pero espera volver algún día al zoológico para reencontrarse con los animales.

## **Novedades sobre los proyectos de mejora de la calidad**

Los proyectos de mejora de la calidad (PMC) se crearon para reunir al personal y a los inquilinos con el fin de trabajar juntos para comprender los problemas y aportar ideas para mejorar las cosas en Toronto Seniors Housing.

Los inquilinos y el personal se reunieron para tratar tres temas principales: control de plagas, seguridad y protección, y relaciones entre el personal y los inquilinos. Las acciones recomendadas en estas reuniones se incluyeron en nuestro plan a futuro provisional de orientaciones estratégicas. Allí, se expone el plan de Toronto Seniors Housing para hacer mejoras.

En la reunión de la Junta del 8 de diciembre de 2023, se presentó una actualización trimestral del proyecto de mejora de la calidad. Puede consultar el material de la reunión en nuestro sitio web:

**[bit.ly/3vqPH0o](https://bit.ly/3vqPH0o).**

La próxima actualización trimestral del proyecto de mejora de la calidad se dará en la reunión del Comité de Calidad y Participación de los Inquilinos del lunes 5 de febrero de 2024. Encontrará más información en **[torontoseniorshousing.ca/about/board-committees/quality-tenant-engagement-committee/](https://torontoseniorshousing.ca/about/board-committees/quality-tenant-engagement-committee/)**.

## **Fiestas**

En diciembre, hubo celebraciones comunitarias de invierno en más de la mitad de los edificios de Toronto Seniors Housing. Esta cifra duplica aproximadamente la cantidad de eventos celebrados el año anterior. Gracias a los numerosos inquilinos que organizaron estos eventos, con el apoyo del personal y los proveedores de servicios. Es maravilloso ver a los inquilinos socializando de nuevo. Esperamos que el nuevo Fondo de Actividades Comunitarias y la modalidad de participación de Community Connect+ contribuyan a consolidar este éxito.

## **Prestaciones y créditos fiscales para adultos mayores**

Toda persona que viva en una vivienda de renta conforme al ingreso (RGI) debe declarar impuestos todos los años. La fecha límite para presentar la declaración de impuestos de 2023 es el martes 30 de abril de 2024. Este año, volverán los centros de asistencia con los impuestos a algunos de nuestros edificios. Puede encontrar información sobre los centros de asistencia gratuita con los impuestos en **[torontoseniorshousing.ca/taxinfo/](https://torontoseniorshousing.ca/taxinfo/)**.

Si presenta su declaración de impuestos este año, es posible que reúna los requisitos para recibir prestaciones y créditos fiscales. Pídale



asesoramiento profesional a un asesor fiscal antes de presentar la declaración de impuestos para saber qué créditos y prestaciones fiscales puede solicitar.

### **Prestación Trillium de Ontario (OTB, en inglés)**

La Prestación Trillium de Ontario es un pago exento de impuestos que ayuda a los residentes de Ontario con ingresos bajos o moderados a pagar los gastos de energía, el impuesto sobre las ventas y el impuesto sobre bienes inmuebles. La mayoría de los edificios de Toronto Seniors Housing están exentos del impuesto municipal sobre bienes inmuebles, lo que puede repercutir en el derecho del inquilino a percibir la prestación Trillium de Ontario.

Compruebe la situación fiscal de su edificio en [torontoseniorshousing.ca/building-tax-status/](http://torontoseniorshousing.ca/building-tax-status/) o llamando al Centro de Asistencia al Inquilino al 416-945-0800 para confirmar si su edificio está exento de impuestos. Consulte [ontario.ca/page/ontario-trillium-benefit/](http://ontario.ca/page/ontario-trillium-benefit/) para obtener más información sobre la prestación Trillium de Ontario.

### **Crédito fiscal por discapacidad (DTC, en inglés)**

Una persona mayor que sufra un deterioro grave y prolongado de sus funciones físicas o mentales puede reunir los requisitos para beneficiarse del crédito fiscal por discapacidad. Visite el sitio web del Gobierno de Canadá en [bit.ly/2OF88aF](http://bit.ly/2OF88aF) para comprobar si reúne los requisitos.

## **Una mujer de muchos talentos: conozcan a Linda Robinson**

Si busca inspiración para levantarse de la cama cada mañana, no busque más: Linda Robinson.

Linda es abuela, fundadora de una organización benéfica, cantante de gospel, empresaria y dramaturga. A sus setenta y tres años, Linda le dirá (sonriendo) que no sabe «envejecer».

Cuando se mudó por primera vez a Edwards Manor en 2014, estaba decidida a vivir de forma independiente y saludable. Una década después, Linda ha hecho más en esos años que muchas personas en toda su vida. Para Linda, la vida es acción.

Unos años antes de mudarse a Etobicoke, Linda fundó *Send a Child to Camp* (mande a un niño a la escuela de verano), una organización sin fines de lucro que ayuda a niños desfavorecidos a disfrutar de las alegrías de una escuela de verano. Desde su puesta en marcha, se han beneficiado sesenta niños de esta organización benéfica. Cada año, Linda recauda aproximadamente 2 000 dólares para dar a unos cinco niños la oportunidad de vivir la experiencia de la escuela de verano Big Canoe. Linda colabora con su iglesia, *Parkdale United Church*, en la organización de varios eventos a lo largo del año para recaudar fondos, como una barbacoa anual, una venta de tejidos y ganchillos y un concierto anual.

Lleva diecisiete años comprometida con su causa porque cree que los niños son el futuro. «Tenemos que cuidarlos y ayudarlos como podamos» —explica— «Y la escuela de verano proporciona eso».

Linda es una orgullosa canadiense de sexta generación que ha dedicado gran parte de su vida a retribuir a la comunidad. «Las cosas que hago, las hago de corazón porque quiero hacerlas» —asevera Linda— «Hay mucha gente que me ha ayudado en el camino y quiero transmitirlo». Cuando Linda no está involucrada en sus esfuerzos de recaudación de fondos y en la iglesia, está ocupada buscando nuevas formas de acercar a su comunidad a recursos a los que pueden tener acceso pero que desconocen. ¿Su próximo acto? No pierda de vista a Linda cuando

presente su obra en el Centro de Adicciones y Salud Mental (CAMH) este año.

## **Comité Asesor de Inquilinos Adultos Mayores**

Los integrantes del Comité Asesor de Inquilinos Adultos Mayores (CAIAM) siguen activos y comprometidos. En los últimos tres meses, han hecho lo siguiente:

- Asistieron a reuniones regionales de líderes de inquilinos. Entre otras cosas, se hicieron aportes a las Directrices para Salas Comunitarias y se recibió información actualizada sobre la nueva modalidad Community Connect+ y el Fondo de Actividades Comunitarias.
- Se informaron sobre el procedimiento de tramitación de quejas de TSHC.
- Proporcionaron aportes a la encuesta sobre la experiencia de los inquilinos adultos mayores.
- Recibieron información actualizada sobre los programas comunitarios y la labor de asociación. Entre ellos, el modelo de Equipo de Atención Vecinal del Norte de Toronto, que se está implementando en la región nordeste, y el Programa de Embajadores de Inquilinos del Centro de Innovación de Comunidades de Jubilados de Origen Natural (CINN), en el suroeste.

Anne James, miembro activo de la comunidad de inquilinos de 9 Haldon, falleció recientemente. Ayudó a defender y organizar eventos comunitarios en 9 Haldon después de que se levantaran las restricciones de COVID-19. Anne también participó en reuniones regionales de líderes de inquilinos y reunió a nuevos voluntarios para apoyar programas y eventos en 9 Haldon Ave. Echaremos de menos la

personalidad amable y extrovertida de Anne, y la recordaremos con cariño.

## **¡Manténgase al tanto!**

Para estar al día de las noticias y eventos de Toronto Seniors Housing, no deje de seguirnos en las redes sociales. Puede encontrarnos en Facebook, Twitter y LinkedIn. También puede obtener más información en nuestro sitio web en [TorontoSeniorsHousing.ca](http://TorontoSeniorsHousing.ca).

## **Comuníquese con nosotros**

¿Quiere aparecer en un próximo boletín? ¿Prefiere recibir *Seniors Speak* en su buzón de correo electrónico? Póngase en contacto con nosotros en [\*\*SeniorsSpeak@torontoseniorshousing.ca\*\*](mailto:SeniorsSpeak@torontoseniorshousing.ca).

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

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

## **Agradecimientos**

Toronto Seniors Housing valora la diversidad de nuestra ciudad y de los inquilinos a los que apoyamos. También reconocemos la historia, tanto positiva como negativa, que ha dado lugar a esta rica variedad de personas que conviven en Toronto.

Visite [torontoseniorshousing.ca/acknowledgements/](http://torontoseniorshousing.ca/acknowledgements/) para consultar los reconocimientos de las tierras y ancestros africanos de Toronto Seniors Housing.