

Пропонуємо вашій увазі зимовий випуск бюлетеня "Слово старшим"

Зміст

Зміст

Зміст	1
Послання генерального директора Джил Бада.....	2
Виховання канадських чорношкірих хокеїстів.....	3
Смажені плантани	4
Звіти комітету "Відповідальна персональна доступність у житловому секторі Торонто" (R-PATH): доступність для вас	5
Впровадження нових методів спільної роботи	6
Зйомка дикої природи в зрілому віці.....	7
Новини про проекти поліпшення якості	8
Святкові вечори	9
Податкові відрахування та пільги для пенсіонерів	9
Жінка з безліччю талантів: познайомтеся з Ліндою Робінсон	10
Консультативний комітет у справах літніх мешканців.....	12
Залишайтеся на зв'язку!.....	12
Зв'яжіться з нами.....	13
Вираз подяки	13

Послання генерального директора Джил Бада

Шановні мешканці,

Насамперед дозвольте мені привітати всіх із Новим роком. Сподіваюся, що ви почнете 2024 рік у доброму здоров'ї та в гарному настрої.

На початку року, з метою спільної роботи з мешканцями щодо розвитку соціальної активності, зміцнення здоров'я і гарного самопочуття, а також участі в житті наших спільнот, ми запустили програму Community Connect+ і Фонд громадської діяльності. Ми хотіли б з'ясувати, які види діяльності та програми потрібні мешканцям і яким чином вони хочуть брати участь у підтримці своїх спільнот. З цією метою ми проводимо збори мешканців.

Ми раді вашим відгукам, отриманим на регіональних зборах мешканців. Цього року вони відбудуться тричі. Інформацію про те, коли у вашому регіоні відбуватимуться наступні збори, можна отримати у координатора по роботі з населенням (CSC).

У майбутньому році я сподіваюся продовжити і розширити роботу, розпочату минулого року. Зокрема, це стосується впровадження в будівлях громадських програм, підвищення рівня безпеки та охорони, а також зниження соціальної ізоляції.

Я хотів би подякувати вам за незмінну прихильність до розвитку наших будівель і спільнот, роблячи їх кращими місцями для життя. Я з нетерпінням чекаю спільної роботи з вами зі створення більш взаємопов'язаних і динамічних спільнот.

Виховання канадських чорношкірих хокеїстів

У лютому відзначається місячник історії чорношкірого населення, протягом якого ми вшановуємо досягнення та історію канадців із темним кольором шкіри. У цьому випуску ми хотіли б поділитися двома історіями про наших темношкірих мешканців, які доклали зусиль для того, щоб життя наступних поколінь стало кращим.

Наша перша історія - про Кеті Террілл, представницю мешканців у Bunge Towers. Після переїзду до Канади з Гаяни у 1971 році вона не була впевнена, чим все закінчиться, але твердо знала одне: потрібно зробити все, що в її силах, щоб її дочка і двоє синів прожили гідне життя.

Поки Кеті разом із батьками жила в районі з високим рівнем насильства і наркоторгівлі, єдиним способом відволікти синів і захистити їх від неприємностей був хокей. Будучи матір'ю-одиначкою і працюючи на кількох роботах, вона записала своїх дітей на стільки гуртків і секцій, на скільки могла. Її старший син, Каліл, почав грати в хокей із п'яти років, а потім його приклад наслідував і молодший братик - Леонард.

Нелегко бути чорношкірим і займатися видом спорту, яким досі займаються переважно білі чоловіки. Будучи мультирасовою жінкою, Кеті схожа на білу, але ідентифікує себе як чорношкіру. Сидячи під час матчу на трибуні та вболіваючи за своїх хлопчиків, вона все спостерігала на власні очі. "Бувало, що я дивилася на ковзанку і бачила, як люди обзивають мого сина поганими словами і запитують, чи не його це мати", - каже вона. "Це важко, але потрібно просто виконувати свої батьківські обов'язки і втішати їх".

Її терпіння і наполеглива праця принесли свої плоди. Каліл став першим чорношкірим помічником тренера в Хокейній лізі Східного

узбережжя. Леонард став першим чорношкірим тренером у Південній Тихоокеанській хокейній лізі. Більше того, 2018 року її онук став першим представником сім'ї Террілл, прийнятим до Національної хокейної ліги (НХЛ). Акіл Томас грає за команду "Лос-Анджелес Кінгз". Щоб подивитися на гру онука і відвідати своїх синів у США, Кеті доводиться багато їздити.

Вся її сім'я складається з першопрохідців. Мати Кеті також була найкращою хокеїсткою Гайани.

Незважаючи на відстань, що розділяє їх, усі її діти досі звертаються до неї за порадою. "Я так пишаюся ними", - сяючи каже Кеті. "Я виховувала їх хорошими дітьми, і вони стали хорошими дітьми".

Смажені плантани

Плантан - один із продуктів, що вживаються в їжу африканцями. Їх використовують у стравах по всій Африці, в Південно-Східній Азії та на Карибах. Плантани схожі на банани, тільки вони більші й не такі солодкі. У продуктових магазинах плантани можна знайти у відділі продуктів під назвою "кулінарний банан" або "банан-плантан". Смажені плантани - поширена закуска і гарнір, солодка і смачна страва, яку люблять багато людей по всьому світу.

1. Очистіть плантан. Для цього зріжте кінці, потім проріжте шкірку й очистіть її.
2. Наріжте їх по діагоналі на шматочки завтовшки 1/2 дюйма.
3. Посипте шматочки плантана сіллю. Ви також можете посолити їх після обсмажування.
4. Розігрійте рослинну (або будь-яку нейтральну) олію в сковороді на середньому вогні.
5. Коли олія нагріється, додайте в неї шматочки плантана. Вони швидко підгорають, тому готуйте їх на повільному вогні.

6. Готуйте їх близько семи хвилин з кожного боку, поки вони не стануть золотисто-коричневими.
7. Вийміть плантан і витріть надлишки олії.
8. Подавайте теплими і приємного апетиту!

Звіти комітету "Відповідальна персональна доступність у житловому секторі Торонто" (R-PATH): доступність для вас

Вам важко жити вдома через інвалідність або проблеми зі здоров'ям? У вас може бути право на модифікацію свого житла.

Щоб дізнатися більше, візьміть примірник брошури "Доступність для вас". Це - написаний комітетом R-PATH посібник про програму доступності житла для літніх людей у Торонто.

У цій брошурі ви знайдете покрокове керівництво про те, як домогтися модифікації своєї квартири. У ній розповідається про те, чого слід очікувати під час цього процесу, а також даються відповіді на сім (7) найпоширеніших запитань.

Брошуру "Доступність для вас" можна отримати у координатора з обслуговування літніх людей (SSC) у своїй будівлі або завантажити з нашого сайту за адресою: torontoseniorshousing.ca/accessibility-program/

Впровадження нових методів спільної роботи

Community Connect+ - це наш новий підхід до спільної роботи з мешканцями, персоналом, постачальниками послуг і громадськими партнерами з метою створення сильніших і здоровіших спільнот літніх мешканців.

Поряд із програмою Community Connect+ цього року ми відкрили новий Фонд громадської діяльності (CAF). Він допоможе

фінансувати заходи, програми та закупівлі обладнання, що сприяють зміцненню здоров'я і гарного самопочуття мешканців. Нижче наведено відповіді на запитання мешканців про новий підхід і фонд.

Як мені взяти в цьому участь?

Мешканці можуть отримати додаткову інформацію і знайти можливості для участі в проєкті за допомогою різних засобів комунікації, включно з оголошеннями в будівлях і веб-сторінкою Community Connect+:

torontoseniorshousing.ca/community-connect-plus/

Для отримання інформації - першими, до кого слід звернутися, є координатори громадських послуг TSHC (CSC). Будь ласка, зв'яжіться з регіональним CSC або напишіть на адресу: communities@torontoseniorshousing.ca.

Як працює Фонд громадської діяльності?

Залежно від кількості мешканців, що проживають, кожен будинок отримуватиме відповідне щорічне фінансування. З метою ухвалення рішення про раціональне використання коштів усіх мешканців буде запрошено до участі в щорічному процесі планування роботи в будинках.

За підтримки персоналу мешканці визначають, які заходи, види діяльності та обладнання вони хотіли б отримати у своєму будинку протягом року. Щойно список уподобань буде складено, координатори громадських послуг (CSC) спільно з мешканцями розпочнуть заповнення необхідних форм заявок.

За сприяння CSC і за погодженням із мешканцями протягом року до цього списку можуть вноситися корективи.

Чи можуть мешканці протягом року змінювати порядок використання коштів?

Рішення про використання коштів ухвалюватимуть мешканці в рамках щорічного процесу планування роботи в будівлях. Координатори громадських послуг (CSC) спільно з мешканцями ухвалюють рішення про використання коштів, що залишилися.

Зйомка дикої природи в зрілому віці

У громадській кімнаті та тренажерному залі Janet Magee Manor стіни прикрашені фотографіями диких тварин. Їхня присутність захоплює і притягує вас. Фотографа, який створив ці знімки, звать Джон Найт, і він проживає в цьому ж будинку.

Джон захопився фотографією в 1960-х роках, коли купив свій перший дзеркальний фотоапарат Minolta. Однак незабаром після цього життя стало більш напруженим і фотографія відійшла на другий план. Після виходу на пенсію в пошуках відповідного заняття Джон повернувся до фотографії. Доступним і недорогим способом знову насолодитися старим хобі цього разу стало придбання цифрового апарату. У пошуках об'єктів для зйомки на свою нову цифрову камеру Джон почав відвідувати зоопарк Торонто.

Щоб закарбувати швидкоплинну мить із життя тварин, фотозйомка дикої природи вимагає величезного терпіння. Джон дізнавався про життя тварин від доглядачів зоопарку і таким чином передбачав, що вони будуть робити. Незабаром він уже знімав у зоопарку великих блакитних чапель, сибірських тигрів, яструбів, білих ведмедів і вовків. "Ви відчуваєте справжню спорідненість із цими тваринами і поділяєте їхню самотність", - каже Джон.

Зараз він здебільшого фотографує родичів, але з нетерпінням чекає на мить, коли знову повернеться до зоопарку і зустрінеться з тваринами.

Новини про проекти поліпшення якості

З метою об'єднання зусиль персоналу та мешканців, розв'язання поточних проблем і пропонування ідей щодо поліпшення умов проживання, Житлова корпорація для літніх людей Торонто розробила проекти з поліпшення якості (QIPs).

На зборах мешканців і персоналу обговорювали три основні питання: боротьба зі шкідниками, безпека та охорона, а також відносини між персоналом і мешканцями. За результатами цих зустрічей до дорожньої карти проміжних стратегічних напрямів було включено деякі рекомендовані заходи. Ця дорожня карта також містить план щодо поліпшення умов проживання літніх людей у Торонто.

На засіданні Ради директорів, що відбулося 8 грудня 2023 року, було представлено щоквартальний звіт про проекти поліпшення якості. З матеріалами засідання можна ознайомитися на нашому сайті за адресою: bit.ly/3vqPH0o.

Наступне щоквартальне оновлення проекту з поліпшення якості буде представлено на засіданні Комітету з якості та взаємодії з мешканцями в понеділок, 5 лютого 2024 року. Додаткову інформацію можна знайти в інтернеті за адресою: torontoseniorshousing.ca/about/board-committees/quality-tenant-engagement-committee/.

Святкові вечори

У грудні в більш ніж половині будинків для літніх людей у Торонто відбулися святкові зимові заходи. Порівняно з минулим роком їхня кількість зросла приблизно вдвічі. Ми хотіли б подякувати багатьом мешканцям за організацію та проведення цих заходів за підтримки персоналу та постачальників послуг. Чудово бачити, як наші мешканці збираються разом і спілкуються. Ми сподіваємося, що нещодавно створений Фонд громадських заходів за участю Community Connect+ допоможе розвинути цей успіх.

Податкові відрахування та пільги для пенсіонерів

Усі, хто проживає у квартирах із прив'язкою квартплати до розміру доходу (RGI), повинні щорічно подавати податкову декларацію. Крайній термін подання податкової декларації за 2023 рік - вівторок, 30 квітня 2024 року. Цього року в деяких із наших будинків знову відбудуться податкові консультації. Інформацію про безкоштовні податкові консультації ви також можете знайти на сайті: torontoseniorshousing.ca/taxinfo/.

Під час подання податкових декларацій у вас може бути право на певні податкові відрахування та пільги, тому перш ніж подавати декларацію, зверніться за консультацією.

Допомога "Онтаріо Триліум" (Ontario Trillium Benefit, ОТВ)

Ontario Trillium Benefit - це безподаткова виплата, покликана допомагати жителям Онтаріо з низьким і середнім рівнем доходу в оплаті витрат на електроенергію, а також сплати податку з продажів і податку на нерухомість. Більшість будівель, що входять до системи Житлової корпорації для літніх людей Торонто, звільняються від сплати муніципальних податків на нерухомість, що може вплинути на право мешканця на отримання допомоги Ontario Trillium Benefit.

Ви можете перевірити податковий статус своєї будівлі та дізнатися, чи звільнена ваша будівля від сплати податку на нерухомість, відвідавши сайт torontoseniorshousing.ca/building-tax-status/ або зателефонувавши до Центру підтримки мешканців за номером 416-945-0800. Додаткову інформацію про Ontario Trillium Benefit можна знайти за адресою: ontario.ca/page/ontario-trillium-benefit/.

Податкові пільги з інвалідності (Disability Tax Credit, DTC)

Люди похилого віку з важкими та тривалими порушеннями фізичного або психічного здоров'я можуть відповідати критеріям для отримання податкових пільг за інвалідністю. Про умови отримання цих пільг можна дізнатися на вебсайті уряду Канади за адресою: bit.ly/2OF88aF.

Жінка з безліччю талантів: познайомтеся з Ліндою Робінсон

Якщо вам потрібне особливе натхнення тільки для того, щоб уранці піднятися з ліжка - зверніть увагу на Лінду Робінсон.

Лінда - бабуся, засновниця благодійної організації, співачка госпелів, підприємець і драматург. У свої 73 роки Лінда, посміхаючись, скаже вам, що не знає, що означає "старіти".

У 2014 році, після переїзду в Edwards Manor, вона була сповнена рішучості продовжувати вести незалежне і здорове життя. За останні десять років Лінда встигла зробити більше, ніж багато людей за все своє життя. Усе життя Лінди - активна діяльність.

За кілька років до переїзду в Етобіко Лінда заснувала некомерційну організацію Send a Child to Camp, що допомагає дітям із неблагополучних сімей провести літо в таборі. З моменту заснування цієї благодійної організації її послугами скористалися 60

дітей. Лінда щорічно збирає близько 2000 доларів, що дає можливість приблизно 5 дітям побувати в таборі Big Canoe. Лінда співпрацює зі своєю церквою Parkdale United Church, і протягом року проводить кілька заходів для збору коштів, включно зі щорічними барбекю, розпродажами в'язаних речей і концертами.

Вона залишається вірною своїй справі вже 17 років, бо вважає, що діти - це наше майбутнє. "Ми повинні піклуватися і допомагати їм усім, чим можемо, - пояснює вона, - а літній табір якраз надає таку можливість".

Лінда пишається тим, що є канадкою в шостому поколінні і більшу частину свого життя присвятила служінню суспільству. "Чим би я не займалася - я все роблю від чистого серця, тому що просто налаштована на це", - каже Лінда. "Дуже багато людей допомагали мені на цьому шляху, і я хочу продовжити цей шлях". Коли Лінда не бере участі в зборі коштів і не співає в церкві, вона зайнята пошуком нових способів познайомити оточуючих з ресурсами, про які вони можуть не знати. А що в найближчих планах? Цього року Лінда представить свою п'єсу в Центрі наркоманії та психічного здоров'я (САМН).

Консультативний комітет щодо бажань літніх мешканців

Члени Консультативного комітету у справах літніх мешканців (STAC) продовжують брати активну участь у громадському житті. За останні три місяці вони:

- Відвідали регіональні наради представників мешканців, на яких висловили свою думку щодо розроблення керівництва з використання громадських приміщень та отримали

інформацію про новий підхід Community Connect+ і про Фонд громадської діяльності.

- Дізналися про процес розгляду скарг у TSHC.
- Зробили свій внесок у проведення опитування літніх мешканців.
- Отримали інформацію про наші громадські програми та партнерські відносини. Зокрема, йшлося про модель North Toronto Neighbourhood Care Team, впроваджувану в Північно-Східному регіоні, а також про програму скерування представників мешканців до інноваційного центру Naturally Occurring Retirement Community (NORC) у Південно-Західному регіоні.

Ми нещодавно попрощалися з Енн Джеймс, яка була активним членом спільноти мешканців будинку на 9 Haldon. Після зняття обмежень COVID-19 вона допомагала захищати інтереси та організувати громадські заходи будівлі на 9 Haldon. Енн також брала участь у регіональних зустрічах представників мешканців і залучала нових волонтерів до проведення програм і заходів на 9 Haldon Ave. Нам буде не вистачати м'якого, товариського характеру Анни, і ми будемо згадувати її з любов'ю.

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. Крім того, детальніше дізнатися про нас можна на нашому сайті за адресою: TorontoSeniorsHousing.ca

Зв'яжіться з нами

Хочете, щоб про вас розповіли в наступному інформаційному бюлетені? Надаєте перевагу отримувати бюлетень "Слово старшим" на свою електронну пошту? Зв'яжіться з нами за адресою:

SeniorsSpeak@torontoseniorshousing.ca.

Ви можете телефонувати за цими номерами 24 години на добу, сім днів на тиждень, а також звертатися до нас електронною поштою: support@torontoseniorshousing.ca.

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

Вираз подяки

Житлова корпорація для літніх людей Торонто цінує розмаїття нашого міста і квартирнаймачів, які проживають у нас. Ми також визнаємо як позитивні, так і негативні моменти історії, які призвели до такого розмаїття людей, що проживають у Торонто.

Ознайомитися з інформацією про нашу землю та африканських предків Житлової корпорації для літніх людей Торонто ви можете відвідавши сайт: torontoseniorshousing.ca/acknowledgements/.