

目录:

首席执行官致辞	1
摆脱生活中的负面标签.....	3
社区连结+ 更新	4
领导层变动	7
快速了解您的社区!	9
花时间“闻闻玫瑰花香”	9
好天气、好活动	10
保护我们的社区	11
一生的欢乐与创造力.....	12
感谢所有志愿者	13
《老年之声》有多种语言版本	14
保持联系!	14

首席执行官致辞

尊敬的租户:

准备好迎接 2025 年春季刊《老年之声》吧! 随着春暖花开, 我们特别采访了一位正协助我们制定新版《花园指南》的租户。

春天是万物复苏的季节。小时候，我总会尽自己的力量来保持家中整洁，特别是在春季大扫除期间。如今住在一栋有着共享空间的大楼里，我鼓励大家也共同努力，保持大楼清洁。

随着活动申请接连不断，我们在 2025 年的工作无疑将迎来诸多挑战。今年年初，我们举办了一系列年度楼宇规划会议。我们安排了 72 场会议，并有超过 1,000 名租户参加，进展非常顺利。

老年租户咨询委员会（STAC）的招募工作也取得了巨大成功，共有超过 40 名申请者。我们期待在即将召开的 5 月会议上，聆听新成员和现任成员的想法。

加拿大全国志愿者周已于 4 月 27 日至 5 月 3 日举行。以此机会，我们在地区租户志愿者会议上表彰了多位租户志愿者。我们深知，许多住在我们住房的租户，无论是正式或非正式地，都贡献出了自己的空闲时间，支持其大楼和社区的其他人士。衷心感谢大家一同创造了这个充满活力的社区。

6 月将是忙碌的一个月！我们将庆祝老年人月、多元性别骄傲月以及国家原住民历史月，并庆祝多伦多老年人住房公司成立三周年紀念。

我们在本刊分享了一位志愿者的故事，他的人生充满挑战，而现在他将多伦多老年人住房视为自己的家。鉴于 6 月是骄傲月，我们也采访了一位坦诚而优雅地分享了自己人生故事的租户。

最后，首席执行官之旅仍继续进行，请留意海报，了解我会在哪里、什么时候出现。我会逐一走访我们的 83 栋大楼，慢慢但坚定地走访每栋大楼。

祝大家享受温暖的天气，希望不久后能与各位见面！

Tom Hunter

首席执行官

摆脱生活中的负面标签

负面标签可能会伴随您一生。有时您无法摆脱它们，这并不公平。对同为租户的 **Don Masters** 来说，摆脱这些标签是一场终生的旅程。

他说：“我的精神健康状况被多次误诊后，我终于得到了正确的药物治疗。现在我身体健康，能为社区做贡献，也重新与家人团聚了。”

Don 的艰难历程于他三十多岁时开始。他坦言，当时作出了一些错误的选择，导致最后入狱。更糟糕的是，他的父亲是一名退役警察，当时还是他所在的惠特比监狱的副典狱长。**Don** 甚至还从医院逃跑过。

随着健康状况恶化，**Don** 坦言曾饱受抑郁症以及反社会和攻击性行为的困扰。

1993 年，他参与了惠特比综合医院的一项新外展计划，这是他人生的转折点之一。他因参与该计划而获奖。

“我们为患创立了一个早餐俱乐部，他们大多数人都有心理健康问题。我们相信他们。”他说。“因此，我们为他们提供食物时，一同提供了真正的金属餐具让他们使用。在此之前，出于安全考虑，他们只能用塑料餐具。这举动维护了他们的尊严。我对此非常自豪。” **Don** 笑着说。

他很庆幸自己终于有了一个稳定的家。如今，他是一位安静、富有爱心的租户志愿者。几年前他的妻子去世了，医生说，由于他的照顾和个人护理员的帮助，他的妻子活得比预期更久。

“有三个词对我来说意义重大：尊严、尊重和信任。” Don 说道。
“现在我有了稳定的住所，我可以有尊严地为社区做出贡献。每次我帮助举办活动和在附近的食物银行帮忙时，我都能感受到自己的尊严。当我照顾我七岁的孙子时，我感受到信任，因为我知道我的女儿相信着我。” 他自豪地说。

生活是美好的。当 Don 和孙子在一起时，他们只会看《汪汪队立大功》的卡通和玩蜘蛛侠玩偶。孙子的想象力启发了 Don。

“多年来，我虽然感到愤怒，但从未迷失。我们无法独自面对人生，我们每人都需要一个社区。我额头上不再贴着标签，但如果有，标签现在写的是‘快乐’！我希望我的故事能够激励更多人参与社区的活动。” Don 笑容满面地说。



社区连结+ 更新

地区租户志愿者会议

地区租户志愿者会议已于今年春天举行，为租户志愿者和工作人员提供了一个机会，探讨适用于租户的项目和计划。

首席执行官 Tom Hunter 还在会议上介绍了新任参与、合作与传播总监 Deanna Veltri。



年度楼宇规划会议

感谢所有参加年度楼宇规划会议的租户，72 次会议均已全部顺利举行。社区服务协调员（CSC）现在将与租户志愿者合作，根据各栋大楼租户提出的优先事项，制定社区活动基金（CAF）申请。

工作人员正考虑将这一规划推迟到秋季，以便为下一年度的活动做准备。这样将有更多时间来完成包括至少 30 天处理时间的 CAF 申请流程，确保活动能从 2026 年 1 月起顺利启动。

《花园指南》正在制定中

越来越多多伦多老年人住房的租户希望参与园艺活动。

公平起见，多伦多老年人住房公司（TSHC）正与租户合作制定新的《花园指南》，该指南将在所有大楼中统一执行，确保更多租户都有机会参与园艺活动。

希望从事园艺的租户需要签署一份行为守则表，以确保大家都理解相关规定。每栋大楼还将设立一个园艺委员会来处理任何误会，这

将使园艺活动成为每人都能公平参与、乐在其中的活动。敬请期待更多消息！

为租户志愿者提供新的学习和发展课程

作为年度楼宇规划会议的一部分，社区服务协调员（CSC）组织了关于如何填写社区活动基金（CAF）申请表的学习讲座。很快，租户志愿者将能够参加会议，了解有关租户志愿者行为准则和社区连结+的更多信息。

STAC 招募反响热烈

感谢所有申请加入老年租户咨询委员会（STAC）的租户，我们很高兴看到大家的积极参与。截止到二月底，我们收到超过 40 名租户的申请，并已于 4 月完成面试。

STAC 在 2024 年取得了许多成果。我们期待新成员于 5 月加入委员会，与现有成员一同继续开展这项重要工作。

领导层变动

Arlene 将上任负责战略合作事务



过去两年来，我一直在 TSHC 担任参与、合作与传播临时总监一职。这个职位对我来说是一个挑战，因为我已经 30 多年没有在这一家公司担任职员的角色了。

感谢所有租户和工作人员，您们一直对我很有耐心，让我倾听、学习并在您们的引导下开展工作。过去的两年里，我倾听了许多声音，也听见了许多心声。

这些声音帮助我们奠定了信任和尊重的基础。关系的建立离不开信任的积累。我希望我们共同建立的尊重、信任和倾听的文化，能够持续并蓬勃发展。

帮助 TSHC 的下一阶段发展奠定基础是我职业生涯中的一大亮点。

目前已有新任总监上任，我相信我们所开展的工作将在新任领导的带领下继续推进。我将继续以兼职形式支持 TSHC 的战略合作工作，协助 Tom。

我相信，未来必会更好。

能参与这个故事，并尽自己绵薄之力，是我的莫大荣幸。

Arlene

期待加入团队！

大家好，



我非常高兴能够担任多伦多老年人住房的参与、合作与传播总监。我非常期待能够延续 Arlene 在 TSHC 任职期间的出色工作。

某种意义上，这就像回到了家一样。几年前，我在多伦多社区住房公司工作，参与过老年人住房部门的项目，因此我对与老年人、工作人员和租户志愿者合作非常熟悉。我很期待成为多伦多老年人住房的一份子，再次与老年人合作。

在我过去在公共、私人和非营利界别的工作中，我专注于经济适用住房、政策改进和商业战略。

在这个岗位上，我将继续推动 TSHC 加强租户参与，建立战略伙伴关系，并确保清晰有效的沟通。

我期待与租户、员工和合作伙伴一起改善老年人的生活质量。

Deanna Veltri

TSHC – 参与、合作和传播总监

快速了解您的社区！（照片）

花时间“闻闻玫瑰花香”

如果要找一位真正代表园艺健康益处的倡导者，那就非 Ingrid Collins 莫属了。作为一名长期的租户志愿者，Ingrid 对园艺的热爱毋庸置疑。

Ingrid 是一个租户小组的一员，这个小组在自己住的楼顶上放置了六个大型立式花盆。

“各种研究表明，由于园艺活动使人置身于户外，被鲜花和大自然包围，因此有放松心情的作用。” Ingrid 分享道。“看到我的邻居，尤其是那些喜欢独处、待在家里的邻居坐在花丛旁微笑，我感到非常高兴。”

对 Ingrid 来说，成为一名志愿者是理所当然的事。除了担任租户志愿者外，她还是新成立的花园指南工作组的成员。他们的任务是简化 TSHC 大楼内的园艺工作，让每人都有公平的机会参与并享受其中的乐趣。

Ingrid 相信公平，也相信同情心——要设身处地为他人着想，理解别人正经历的事情。这是她从辛酸的亲身经历中学到的。她曾经是一位单亲妈妈，独自抚养儿子。由于房东的一个错误，她甚至曾经无家可归，所以她深知生活的艰辛。

“生活并不容易，我还曾经不得不离开一些正经历酗酒和吸毒问题的朋友和家人。如今走出那段艰难时期，对我来说，关键在于坚毅不屈的心。当然，还要懂得享受园艺！”她高兴地说。



许多研究显示，园艺对身体、心理和灵魂的益处与定期锻炼相若。研究还显示，随着年龄增长，从事园艺的人的免疫系统可能会变得更强，压力也会减轻。

“通过加入新的花园指南工作组，我正在帮助确保花园能够茁壮发展。我知道花园对于租户来说是重要的社会联系。”她说。

花园能给人一种幸福和谐的感觉。简而言之，园艺能让你动起来，就像是去窗外的健身房一样。在我们的情况下，就是去屋顶的健身房。

好天气、好活动

安全享受春天

今年春天，您打算打开窗户吗？为了安全，窗户应只稍微打开，开启的幅度不应超过一只手的宽度。请确保窗户下方没有儿童或宠物可以攀爬的物品——只需很小的力量就能推破纱窗。

阳台安全

您的阳台不适合安装临时墙体和屏风，因为这类设施有火灾隐患。请勿从阳台上丢弃任何物品，包括香烟。请使用合适的烟灰缸，并确保所有烟头完全熄灭。

拨打 9-1-1 后，请致电 CSU

如果您因紧急情况拨打 9-1-1，请也务必致电社区安全部门（CSU）。我们的记录与多伦多警察局并不互通。让 CSU 知晓紧急情况十分重要，这有助于 CSU 安排人手，保障大家的安全。

感谢您的诚实！

非常感谢租户 Roslyn Welcome！她在自己所在大楼的大厅发现了一个装有现金的信封，并把此事告诉了 CSU 特别警员 Troy Lalor。这笔金钱已完整地归还给失主。感谢 Roslyn 的诚实与善良！



保护我们的社区

怀疑 TSHC 员工、租户、供应商或承包商存在**欺诈或不法行为**？

您可以通过以下方式私下、安全地报告您的疑虑：



1-866-781-7956（每周 7 天，每天 24 小时）



Mitrtech Syntrio, PO Box 11017, Toronto, ON M1E 1N0



访问 **bit.ly/3ERMU5i** 提交安全的在线表格，并选择
Toronto Community Housing Corporation（多伦多社区住房公司）作为组织名称：

欺诈行为会延误修复并减少项目资金。

应举报的事项：

- 虚报收入或家庭信息
- 滥用社区资金
- 租户转租单位

不应举报的事项：

- 维护问题，例如漏水或虫害；**请转而**联系租户支持中心（416-945-0800）
- 安全问题，例如噪音或非法进入；**请转而**联系社区安全部门（416-921-2323）

欲了解更多信息，请访问我们的网站：
TorontoSeniorsHousing.ca/Report-Fraud

一生的欢乐与创造力



对于租户 John Hodgson 来说，无论他是否有意，创意一直是他生活中的一部分！尽管他的大部分职业生涯是在企业界度过，但他对音乐、艺术和娱乐的热爱贯穿了他的一生。John 出生于苏格兰，20 岁出头时把握了机会来到加拿大。

“我是一名受过培训的厨师，从事餐饮服务管理和人力资源工作，但一直被音乐和时尚项目所吸引。”他沉思道。“就好像宇宙早有安排！”

他现在是一名租户志愿者。他的大楼里有许多热衷于回馈社会的艺术家，他们的“周二咖啡社交活动”非常受欢迎，其他租户小组也纷纷效仿。

“我现在是国际和平花园组织的董事会成员，致力于在全球范围内推动和平与自然。我还在制作一部关于同志村诞生的纪录片。”

John 自豪地分享道。

John 非常重视这个项目，他在年轻时就公开了自己的同性恋身份，也非常幸运地得到了家人的完全接纳。

“我非常幸运，我一直清楚自己是同性恋一事，只是我身份的一部分。对许多曾经经常到访同志村的人来说，那里是他们唯一可以安全表达自己的地方。在那暴力和仇恨盛行的时代，这是一个受保护的社区。”他坚定地说。

1970 年代早期，同志村是工匠、音乐家，以及不同种族和文化背景的人群的避风港，人们在这里不会因为性取向而受到迫害。

“如今，我们普遍认为感到安全是理所当然的。但即使是现在，针对我们社群成员的仇恨，仍然以各种形式不断增长且根深蒂固。从争取已久的人权被侵蚀，到面对仇恨言论、恐同、反跨性别行为等等，无法一言蔽之。”John 说道。“在家里、社区中、甚至在自己身体里感到安全，是十分重要的。这就是多伦多老年人住房为租户所做的事，这里让你感到安全。难道我们不都应拥有这权利吗？”

感谢所有志愿者

全国志愿者周已于 4 月 27 日至 5 月 3 日举行。今年的主题是“志愿者掀起浪潮”，聚焦于个人和团体志愿行动的力量、影响和重要性。

我们知道，多伦多老年人住房的租户志愿者致力于建设社区、建立联系并改善其他租户的生活质量。我们在地区租户志愿者会议上向许多热心贡献的租户志愿者表示感谢。

我们还知道，许多老年人会通过其他方式帮助邻居和社区，不论是与组织合作的正式方式，还是在日常生活中的行动。无论您选择以何种方式进行志愿工作，我们都向您表示感谢！



想听听有关变老的建议吗？

一些 TSHC 租户志愿者加入了 WoodGreen 老年人咨询委员会，并开设了一个播客节目，名为“老龄学生”（**Students of Aging**）

（bit.ly/3GK3fJS）。节目会分享老年人随着年龄增长而发生的奇妙故事和经历。这些有趣的对话展示了老年人多样的活动和兴趣——例如使用科技、应对变化，以及在人生各个阶段寻找乐趣。

您可以在网上搜索“Students of Aging”，或在 Spotify 和苹果播客上收听。

《老年之声》有多种语言版本

请拨打 **416-945-0800** 以其他语言或格式索取此文档。

保持联系！

随时了解多伦多老年住房的新闻和活动，请务必在社交媒体上关注我们。您可以在 Facebook 和 LinkedIn 上找到我们。您也可以在我们的网站上了解更多信息：TorontoSeniorsHousing.ca。

想在即将发布的新闻通讯中亮相吗？希望在您的电子邮箱里收到《老年之声》吗？联系我们：

SeniorsSpeak@TorontoSeniorsHousing.ca。

联系我们

您可以在任意时间拨打这些号码，也可以通过电子邮件 **Support@TorontoSeniorsHousing.ca** 联系我们。我们提供多种语言的支持。

租户支持中心：416-945-0800

社区安全部门：416-921-2323

犯罪举报热线：416-222-8477

鸣谢

多伦多老年人住房公司重视我们城市和我们支持的租户的多样性。我们也承认历史，无论是正面的还是负面的，都带来丰富多样的人们在多伦多共同生活。

请浏览 **TorontoSeniorsHousing.ca/Acknowledgements** 了解多伦多老年人住房对所在土地和非裔祖先的致谢。