

## Índice:

Mensaje del CEO .....	1
Cómo deshacerse de las etiquetas negativas en la vida .....	3
Actualización de Community Connect+ .....	5
Cambios de liderazgo .....	8
¡Su comunidad en un vistazo! .....	10
Tomarse un tiempo para “oler las rosas” .....	10
Buen clima y buenas acciones .....	12
Proteger nuestra comunidad .....	13
Una vida de alegría y creatividad. ....	14
Gracias a todos los voluntarios. ....	15
Seniors Speak está disponible en muchos idiomas .....	17
¡Manténgase conectado! .....	17

## Mensaje del CEO

Estimados inquilinos:

¡Prepárense para la edición de primavera de 2025 de Seniors Speak! Con el clima más cálido y las flores floreciendo, tenemos una excelente entrevista con un inquilino que nos está ayudando a desarrollar las nuevas directrices para el jardín.

La primavera es una época de renovación. Mientras crecía, ponía de mi parte para mantener la casa familiar ordenada, especialmente durante la limpieza de primavera. Al vivir en un edificio grande, con espacios

compartidos, los animo a que pongan de su parte para mantener los edificios limpios.

Sin duda, tendremos mucho trabajo por delante en 2025, ya que las solicitudes de actividades no dejan de llegar. Llevamos a cabo nuestras Reuniones Anuales de Planificación de Edificios en los primeros meses del año. Todo salió muy bien, se planificaron 72 reuniones y asistieron más de 1,000 inquilinos.

El reclutamiento del Comité Asesor de Inquilinos Mayores (Senior Tenants Advisory Committee, STAC) fue todo un éxito con más de 40 solicitantes. Será bueno escuchar ideas de los nuevos miembros, así como de los actuales, en la próxima reunión de mayo.

La Semana Nacional del Voluntariado en Canadá fue del 27 de abril al 3 de mayo. Tuvimos la oportunidad de reconocer a algunos de los muchos inquilinos voluntarios en las reuniones regionales de inquilinos voluntarios. Sabemos que muchos inquilinos de Viviendas para personas mayores de Toronto renuncian a su tiempo libre, tanto de manera formal como informal, para apoyar a las personas de su edificio y su comunidad. Gracias a todos ustedes por ayudarnos a crear comunidades vibrantes.

¡Junio es un mes ajetreado! Rendiremos homenaje a los adultos mayores, al Orgullo y la historia indígena nacional, además de celebrar el tercer aniversario de Viviendas para personas mayores de Toronto.

En esta edición, compartimos la historia de un voluntario cuyo desafiante periplo de vida lo llevó a llamar a Viviendas para personas mayores de Toronto “su hogar”. Dado que junio es el mes del Orgullo, también conocerán a un inquilino que comparte su historia con franqueza y gracia.

Finalmente, las giras del CEO continúan, así que busquen carteles que les indiquen dónde estoy y cuándo. Al tratarse de 83 edificios, voy llegando a cada uno de ellos de forma lenta pero segura.

**Disfruten del clima cálido y espero verlos pronto.**

**Tom Hunter**

Director ejecutivo

## **Cómo deshacerse de las etiquetas negativas en la vida**

Las etiquetas negativas pueden seguirnos a lo largo de la vida. Es injusto porque a veces no puede librarse de ellas. Para Don Masters, otro inquilino, fue un viaje de toda la vida lograr librarse de esas etiquetas.

“Después de muchos diagnósticos erróneos de mi salud mental, finalmente estoy tomando la medicación adecuada. Estoy saludable, contribuyendo a mi comunidad y reunido con mi familia”, comparte.

El arduo viaje de Don comenzó cuando tenía 30 años. Admite sin reparos que tomó malas decisiones que lo llevaron a terminar en la cárcel. Para empeorar las cosas, su padre, un antiguo oficial de policía, era el superintendente adjunto de la cárcel de Whitby en la que él se encontraba. En otra ocasión incluso se las arregló para escapar de un hospital.

A medida que su salud empeora, Don comparte abiertamente que luchó contra la depresión y un comportamiento antisocial y agresivo.

Un punto de inflexión se produjo en 1993, cuando formó parte de un nuevo programa de extensión en el Hospital General de Whitby. Ganó un premio por su trabajo con el programa.

“Iniciamos un club de desayuno para pacientes. La mayoría de ellos estaban luchando contra una enfermedad mental. Creímos en ellos”, dice. “Entonces les servíamos la comida con cubertería de verdad. Antes de esto, por razones de seguridad, solo tenían cubiertos de plástico. Esto les dio dignidad. Estoy realmente orgulloso de eso”, sonríe Don.

Está agradecido de tener finalmente un hogar estable. Hoy en día, es un inquilino voluntario tranquilo y atento. Habiendo perdido a su esposa hace unos años, los médicos dicen que ella vivió más allá de las expectativas gracias a sus cuidados y a los trabajadores de apoyo personal.

“Hay tres palabras que significan mucho para mí: dignidad, respeto y confianza”, dice Don. “Ahora que tengo un hogar estable, tengo dignidad y contribuyo a mi comunidad. Tengo respeto por mí mismo cada vez que ayudo con actividades y en un banco de alimentos cercano. Tengo confianza cuando cuido a mi nieto de siete años porque sé que mi hija confía en mí”, dice con orgullo.

La vida es buena. Cuando está con su nieto, todo gira en torno a los dibujos animados de Paw Patrol (Patrulla Canina) y jugar con figuras del hombre araña. Se inspira en la imaginación de su nieto.

“Durante muchos años estuve enojado, pero no perdido. No podemos hacerlo solos. Todos necesitamos una comunidad. Ya no tengo ninguna etiqueta en la frente. Pero si la tuviera ahora diría: "¡feliz"! Espero que mi historia inspire a otros a involucrarse”, sonríe Don.



## **Actualización de Community Connect+**

### **Reuniones regionales de inquilinos voluntarios**

Las reuniones regionales de inquilinos voluntarios se celebraron esta primavera. Brindaron una oportunidad para que los inquilinos voluntarios y el personal discutieran programas e iniciativas para los inquilinos.

El director ejecutivo, Tom Hunter, también presentó en las reuniones a la nueva directora de Participación, Asociaciones y Comunicaciones, Deanna Veltri.



## **Reuniones anuales de planificación de edificios**

Gracias a todos los que asistieron a las reuniones anuales de planificación de edificios. Las 72 reuniones transcurrieron muy bien. Los Coordinadores de Servicios Comunitarios (Community Services Coordinators, CSCs) ahora trabajarán con los Inquilinos Voluntarios para preparar las solicitudes del Fondo de Actividades Comunitarias (Community Activities Fund, CAF) con un enfoque en las prioridades identificadas por los inquilinos en cada edificio.

El personal está considerando trasladar esta planificación al otoño para los eventos que ocurrirán el año siguiente. Esto da más tiempo para completar las solicitudes del CAF, incluido el tiempo mínimo de procesamiento de 30 días, para que los eventos puedan comenzar en enero de 2026.

## **Se están desarrollando directrices para el jardín.**

Cada vez más inquilinos de viviendas para personas mayores de Toronto desean tener un jardín.

Para que sea justo para todos, la Corporación de Viviendas para personas mayores de Toronto (TSHC) está trabajando con los inquilinos para crear nuevas directrices para el jardín. Esto hará que el enfoque sea el mismo en todos los edificios y dará a más inquilinos la oportunidad de tener un jardín.

Los inquilinos que deseen cultivar un jardín deberán firmar un formulario de código de conducta para asegurarse de que todos comprendan las directrices. También se creará un comité de jardinería en cada edificio para solucionar cualquier malentendido. Esto hará que la jardinería sea justa y divertida para todos. ¡Pronto habrá más novedades!

## **Nuevas sesiones de aprendizaje y desarrollo para inquilinos voluntarios**

Como parte de las Reuniones Anuales de Planificación de Edificios, los CSC organizan sesiones de aprendizaje sobre cómo completar una solicitud del CAF. Próximamente, los inquilinos voluntarios podrán tomar sesiones para aprender más sobre el Código de conducta de los inquilinos voluntarios y Community Connect+.

## **Gran participación en el reclutamiento del STAC**

Gracias a todos los inquilinos que solicitaron formar parte del Comité Asesor de Inquilinos Mayores (STAC). Estamos contentos con el entusiasmo por participar. Más de 40 inquilinos presentaron sus solicitudes antes de la fecha límite de fines de febrero y las entrevistas se completaron en abril.

El STAC tuvo muchos logros en 2024. Esperamos que se unan nuevos miembros al comité en mayo, junto con los miembros actuales, a medida que continúa este importante trabajo.

## Cambios de liderazgo

### Un nuevo rol para Arlene al frente de las asociaciones estratégicas



Durante los últimos dos años he desempeñado el cargo de directora interina, compromiso, asociaciones y comunicaciones, en la Corporación de Vivienda para Personas Mayores de Toronto (Toronto Seniors Housing Corporation, TSHC). Asumir este papel fue todo un reto, ya que no había trabajado como miembro del personal de una corporación durante más de 30 años.

Agradezco a todos los inquilinos y al personal que han sido pacientes conmigo mientras escuchaba, aprendía y actuaba con sus voces guiándome. En los últimos dos años he escuchado y oído muchas voces.

Esto nos ayudó a construir una base de confianza y respeto. Las relaciones solo pueden crecer a la velocidad de la confianza. Espero que el respeto, la confianza y la escucha que comenzamos a trabajar juntos continúen y prosperen.

Ayudar a sentar las bases para la siguiente etapa del crecimiento de la TSHC ha sido un momento destacado en mi carrera.

Ahora hay un nuevo director y estoy seguro de que el trabajo que iniciamos continuará bajo el nuevo liderazgo. Continuaré apoyando la labor de la asociación estratégica en TSHC a tiempo parcial, apoyando a Tom.

Creo que lo mejor está por venir.

Haber desempeñado un pequeño papel en esta historia hasta ahora ha sido un privilegio,

Arlene

**¡Estoy deseando unirme al equipo!**

Hola a todos:



Estoy muy contento de asumir el cargo de director de participación, asociaciones y comunicaciones con Viviendas para personas mayores de Toronto. Estoy muy emocionado de continuar el increíble trabajo que Arlene ha realizado durante su tiempo en la organización.

En muchos sentidos, es como volver a casa. Hace unos años trabajé para la Corporación de Viviendas de Toronto. Trabajé en proyectos con la Unidad de hogares para personas mayores, por lo que estoy familiarizado con la colaboración con personas mayores, personal e inquilinos voluntarios. Espero formar parte de Viviendas para personas mayores de Toronto y trabajar nuevamente con personas mayores.

En mi trabajo anterior en los sectores público, privado y sin fines de lucro, me he enfocado en la vivienda asequible, la mejora de políticas y la estrategia empresarial.

En este rol, continuaré el gran trabajo que realiza la organización para fortalecer la participación de los inquilinos, crear asociaciones estratégicas y garantizar comunicaciones claras y efectivas.

Espero unirme a los inquilinos, el personal y los socios para mejorar la calidad de vida de las personas mayores.

**Deanna Veltri**

TSHC – Directora de participación, asociaciones y comunicaciones

**¡Su comunidad en un vistazo!** (fotos)

**Tomarse un tiempo para “oler las rosas”.**

Si alguna vez ha habido una defensora de los beneficios de la jardinería para la salud, no hay nadie "que se le den mejor las plantas" que Ingrid Collins. Como inquilina voluntaria desde hace mucho tiempo, el gozo de Ingrid por la jardinería es indiscutible.

Ingrid fue parte del Círculo de Inquilinos que consiguió seis grandes jardineras de pie para la azotea de su edificio.

“Hay todo tipo de estudios que demuestran cómo la jardinería, estar al aire libre, rodeado de flores y naturaleza, tiene un efecto calmante”, comparte Ingrid. “Me alegra mucho ver a mis vecinos, especialmente a aquellos que suelen ser más reservados y quedarse en sus casas, sentados junto a las flores y sonriendo”.

Para Ingrid, ser voluntaria es algo natural. Además de ser inquilina voluntaria, forma parte del recién formado Grupo de trabajo sobre



directrices para el jardín. Su tarea es simplificar la jardinería en los edificios de TSHC para que todos tengan la oportunidad justa de participar y divertirse.

Ingrid cree en la justicia. También cree en la compasión y en ponerse en el lugar del otro para comprender lo que está pasando una persona. Aprendió esto de la manera difícil. Fue madre soltera y crio a su hijo por su cuenta. Debido a un error de su propietario, incluso se quedó sin hogar, por lo que sabe lo que es luchar.

“No fue una vida fácil. También tuve que alejarme de amigos y familiares mientras luchaban contra el alcoholismo y la adicción a las drogas. Ahora que hemos salido de una vida difícil, lo importante es la resiliencia. “¡Y, por supuesto, disfrutar de los jardines!” comenta alegremente.

Muchos estudios muestran que la jardinería tiene efectos positivos sobre el cuerpo, la mente y el alma similares a los del ejercicio regular. Los estudios también dicen que las personas que hacen jardinería pueden tener un sistema inmunológico más fuerte a medida que envejecen y se sienten menos estresadas.

“Al formar parte del nuevo Grupo de trabajo sobre directrices para el jardín, estoy ayudando a garantizar que los jardines sigan floreciendo. Sé que son una conexión social importante para los inquilinos”, dice.

Los jardines fomentan una sensación de bienestar y armonía. En pocas palabras, la jardinería lo pone en movimiento. Es como ir al gimnasio justo afuera de su ventana. O en este caso, la azotea.

## Buen clima y buenas acciones

### Cómo disfrutar del clima primaveral con seguridad

¿Abrir las ventanas esta primavera? Para estar seguro, las ventanas deben abrirse solo levemente, como el ancho de su mano. Asegúrese de que no haya nada debajo de la ventana a lo que un niño o una mascota puedan subirse: se necesita muy poco peso para atravesar una mosquitera.

### Seguridad en balcones

Su balcón no debe tener paredes y mosquiteras temporales porque representan un peligro de incendio. No arroje nada desde su balcón, incluidos cigarrillos. Utilice un cenicero adecuado y asegúrese de apagar todos los materiales para fumar.

### Llame a la CSU después de llamar al 9-1-1

Si llama al 9-1-1 por una emergencia, llame también a la Unidad de Seguridad Comunitaria (Community Safety Unit, CSU). Nuestros registros no están vinculados con el Servicio de Policía de Toronto. Es importante que la CSU esté al tanto de las emergencias para que puedan priorizar sus esfuerzos para mantener a todos a salvo.

### ¡Gracias por su honestidad!

Un gran agradecimiento a la inquilina Roslyn ¡Bienvenida! Ella encontró un sobre con dinero en el vestíbulo de su edificio y se lo contó al agente especial de la CSU, Troy Lalor. El dinero fue devuelto a su propietario a salvo. Gracias, Roslyn, por su honestidad y amabilidad.



## Proteger nuestra comunidad

¿Sospecha de fraude o irregularidades por parte del personal, inquilinos, proveedores o contratistas de TSHC?

**Puede informar sus inquietudes de forma privada y sin preocupaciones al:**



**1-866-781-7956** (las 24 horas del día, los 7 días de la semana)



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



Envíelas utilizando el formulario seguro en línea y eligiendo Toronto Community Housing Corporation como nombre de la organización: **[bit.ly/3ERMU5i](https://bit.ly/3ERMU5i)**

El fraude retrasa las reparaciones y reduce la financiación de los programas.

### Qué informar:

- Declaración falsa de ingresos o información del hogar
- Mal uso de los fondos comunitarios
- Inquilinos que subarriendan unidades

### Lo que no se debe informar:

- Problemas de mantenimiento, como fugas o plagas; **en su lugar**, comuníquese con el Centro de apoyo al inquilino (416- 945-0800)
- Preocupaciones de seguridad, como ruido o intrusión; **en su lugar**, comuníquese con la Unidad de seguridad comunitaria (416-921-2323)

**Para obtener más información, visite nuestro sitio web:  
[TorontoSeniorsHousing.ca/Report-Fraud](http://TorontoSeniorsHousing.ca/Report-Fraud)**

## **Una vida de alegría y creatividad.**



Para el inquilino John Hodgson, la creatividad ha sido parte de su mundo, ¡lo haya querido o no! Su amor por la música, el arte y el entretenimiento se entretrejieron en su vida a pesar de que la mayor parte de su carrera transcurrió en el mundo corporativo. Nacido en Escocia, John aprovechó una oportunidad cuando tenía poco más de 20 años que lo llevó a Canadá.

“Soy un chef de formación, trabajé en gestión de servicios de alimentación y recursos humanos, pero seguí involucrándome en proyectos de música y moda”, reflexiona. “¡Es como si el universo lo hubiera sabido!”.

Actualmente dedica su tiempo a ser inquilino voluntario. Su edificio está lleno de compañeros artistas deseosos de contribuir. Sus reuniones sociales de café de los martes tienen tal éxito que otros círculos de inquilinos han adoptado la idea.

“Soy miembro de la junta directiva de la organización Jardines Internacionales de la Paz para promover la paz y la naturaleza a escala

global. “También estoy desarrollando un documental sobre el nacimiento de Gay Village”, comparte John con orgullo.

El proyecto está muy cerca del corazón de John. John, que se declaró gay cuando era joven, tuvo suerte porque su familia lo aceptó con los brazos abiertos.

“Tuve la increíble suerte de haber vivido la vida sabiendo que ser gay era simplemente parte de lo que soy. Para muchas personas que frecuentaban el Gay Village, no había ningún otro lugar donde ir para expresarse con seguridad. “Era una comunidad protegida en una época de violencia y odio”, dice con conocimiento de causa.

A principios de la década de 1970, el Gay Village era un refugio para artesanos, músicos y personas de todas las razas y culturas, libre de persecución a causa de la propia sexualidad.

“Hoy en día, generalmente damos por sentado que nos sentimos seguros. Sin embargo, incluso ahora existe un odio creciente y profundamente arraigado contra los miembros de nuestra comunidad en muchas formas. “Esto incluye la erosión de nuestra larga batalla por los derechos humanos, para contrarrestar el discurso de odio, la homofobia, el comportamiento transfóbico, y la lista continúa”, revela John. “Es de vital importancia sentirse seguro en su hogar, en su vecindario e incluso en su propia piel. Eso es lo que Viviendas para personas mayores de Toronto hace por los inquilinos. Te hace sentir seguro. ¿No deberíamos todos tener ese derecho?

## **Gracias a todos los voluntarios.**

La Semana Nacional del Voluntariado fue del 27 de abril al 3 de mayo. El tema de este año fue Los voluntarios crean olas, y se centró en el

poder, el impacto y la importancia de los esfuerzos voluntarios tanto personales como grupales.

Sabemos que los inquilinos voluntarios de Viviendas para personas mayores de Toronto construyen comunidad, crean conexiones y mejoran la calidad de vida de otros inquilinos. Agradecemos a muchos de estos dedicados inquilinos voluntarios en las reuniones regionales de inquilinos voluntarios.

También sabemos que muchas personas mayores encuentran otras formas de ayudar a sus vecinos y comunidades, tanto de manera formal con organizaciones como en sus acciones cotidianas. Cualquiera que sea la forma en que usted elija ser voluntario, ¡le decimos gracias!



### **¿Quiere consejos sobre el envejecimiento?**

Algunos inquilinos de TSHC se ofrecen como voluntarios en el Consejo Asesor de Personas Mayores de WoodGreen y han iniciado un pódcast llamado **Estudiantes del Envejecimiento** ([bit.ly/3GK3fJS](https://bit.ly/3GK3fJS)). Comparte las increíbles historias y experiencias de las personas mayores a medida que envejecen. Estas interesantes charlas muestran la diversidad de actividades e intereses de las personas mayores: usar la tecnología, afrontar el cambio y encontrar la alegría en cada etapa de la vida.

Puede buscar Estudiantes del Envejecimiento en línea o escucharlo en Spotify y en los pódcasts de Apple.

## **Seniors Speak está disponible en muchos idiomas**

Llame al **416-945-0800** para solicitar este documento en un idioma o formato alternativo.

### **¡Manténgase conectado!**

Para mantenerse conectado y actualizado con las noticias y eventos de Viviendas para personas mayores de Toronto, asegúrese de seguirnos en las redes sociales. Puede encontrarnos en Facebook y LinkedIn. También puede obtener más información en nuestro sitio web en **TorontoSeniorsHousing.ca**.

¿Quiere aparecer en un próximo boletín informativo? ¿Prefiere recibir Seniors Speak en su bandeja de entrada del correo electrónico? Contáctenos en **SeniorsSpeak@TorontoSeniorsHousing.ca**.

### **Póngase en contacto con nosotros**

Puede llamar a estos números las 24 horas del día, los siete días de la semana, o comunicarse con nosotros por correo electrónico a **Support@TorontoSeniorsHousing.ca**. El apoyo está disponible en varios idiomas.

**Centro de apoyo al inquilino: 416-945-0800**

**Unidad de Seguridad Comunitaria: 416-921-2323**

**Agentes de prevención del crimen: 416-222-8477**

### **Agradecimientos**

Viviendas para personas mayores de Toronto valora la diversidad de nuestra ciudad y los inquilinos que apoyamos. También reconocemos la

historia, tanto positiva como negativa, que ha llevado a esta rica variedad de personas a vivir juntas en Toronto.

Visite **[TorontoSeniorsHousing.ca/Acknowledgements](https://torontoseniorshousing.ca/Acknowledgements)** para conocer los reconocimientos ancestrales africanos y sobre tierras de Viviendas para personas mayores de Toronto.