

Índice de contenido

Mensaje del director ejecutivo	2
Construir una comunidad: una buena acción a la vez	4
Actualización de Community Connect+ y el Fondo de Actividades Comunitarias.....	5
Actualización del Comité Consultivo de Inquilinos Mayores	6
Programa de Alfabetización Digital de la Biblioteca Pública de Toronto da la bienvenida a los nuevos graduados	7
Conozca las estafas: colaboremos juntos para mantenernos a salvo	8
De administradora a autora: conozca a Linda Williams.....	9
Infiltrarse y aprovecharse.....	10
Consejos para el manejo de conflictos	11
A quién contactar y cuándo	12
Tributo a Maureen Clohessy.....	15
¡Manténgase en contacto!	15
Póngase en contacto	16
Reconocimientos.....	16

Mensaje del director ejecutivo

Estimados inquilinos:

A medida que nos acercamos al final del año, quería dedicar un momento a expresar mi más sincero agradecimiento a cada uno de ustedes. Sus historias y fotos compartidas para Seniors Speak han enriquecido nuestra comunidad, y sus comentarios a lo largo del año han sido invaluable para orientar nuestras mejoras.

Seguimos buscando nuevas y mejores formas de apoyarle. Como podrá leer en esta edición, hemos incluido algunos consejos sobre seguridad y fraude, una actualización sobre Community Connect+, historias inspiradoras de inquilinos, fotos de las barbacoas de verano y mucho más.

Me complace ver que en este verano se han celebrado más de 40 actos organizados por los inquilinos, usando el Fondo de Actividades Comunitarias, a los que han asistido más de 4,400 inquilinos. Están previstos más de sesenta actos para el resto del año. Es un logro increíble para el primer año del Fondo de Actividades Comunitarias. Estos eventos sociales no habrían sido posibles sin la voluntad de muchos de ustedes de dar un paso al frente y apoyar a sus comunidades: gracias. Prepárense para la próxima ronda de reuniones anuales de planificación de edificios, la cual tendrá lugar en los tres primeros meses de 2025. Estas reuniones les darán la oportunidad de dar su opinión sobre las actividades sociales y recreativas que se llevarán a cabo en su edificio.

Les invito a leer en esta edición los avances que hemos logrado juntos. Sus contribuciones continúan haciendo la diferencia. (Por favor, vean el breve video que hicimos para el Día Nacional de las Personas Mayores como muestra de nuestro agradecimiento) - bit.ly/4eWCxKd)

Le deseo un otoño y la próxima temporada de vacaciones saludables y seguras.

Tom Hunter

Director ejecutivo

Construir una comunidad: una buena acción a la vez

Estar pendiente por los demás es algo natural para Ed Menezes. Sabe de primera mano lo que es sentirse aislado y perdido, tras haber sido indigente en alguna ocasión.

«Antes era un corredor», dice, que huía de trabajos, relaciones y residencias. Una serie de acontecimientos en la vida lo dejaron sin hogar, con problemas de alcohol y drogas ilícitas, y luchando contra problemas de salud mental. Con el tiempo, fue capaz de desenvolverse en el sistema de vivienda, lo que le llevó a vivir en Toronto Seniors Housing.

Hoy en día, Ed está estable donde se encuentra y feliz ayudando a inquilinos. Acaba de celebrar nueve años de sobriedad. «Soy feliz con todo lo que no tengo», expresa. Ahora está en paz con su vida, pero le tomó tiempo y sacrificios. «He perdido a muchos amigos que siguen todavía en ese círculo vicioso», explica.

La vida de Ed ha dado un verdadero giro. Ahora, se levanta todos los días y se acerca al McDonald's antes de las 9 de la mañana para disfrutar de su café matutino. Luego vuelve al edificio, atiende a los inquilinos y les ayuda en lo que necesitan. Esta rutina positiva le ha ayudado a encontrar una nueva forma de vivir con alegría y propósito. Es un inquilino voluntario activo en Woods Manor, donde vive en Etobicoke. «Esta comunidad significa mucho para mí», afirma. «Crecí cerca de este edificio. Me siento afuera y hablo con los inquilinos y con cualquiera que pase por aquí. Me preguntan cosas como '¿puedes ayudarme con esto?'. A principios de este año, Ed recibió el Premio al Mérito de LAMP por «hacer un esfuerzo adicional» en su comunidad

como Embajador de la Comunidad de Jubilados de Origen Natural (NORC). (<https://norcambassadors.ca/>).

La aceptación y apertura de Ed han sido un faro de esperanza para los demás. Tras haber superado varios cambios en su vida para llegar a donde está ahora, Ed es capaz de poner en contacto a otras personas que quieren dar un giro en su vida con el apoyo de la comunidad. «El sistema me ha ayudado mucho», afirma Ed. Desea seguir ayudando a su comunidad a encontrar soluciones positivas con el fin de salir adelante y participar más.

Actualización de Community Connect+ y el Fondo de Actividades Comunitarias

La Mesa de Implementación de Community Connect+ se reúne cada seis semanas para crear, planificar y avanzar en actividades clave que refuercen el enfoque de participación de los inquilinos de TSHC. Entre sus miembros, hay cinco inquilinos voluntarios y dos miembros del personal. Juntos definieron y propusieron el código de conducta de los voluntarios inquilinos. Ahora trabajan en la definición de las funciones y responsabilidades de los círculos de inquilinos y de los inquilinos voluntarios. Este pequeño, pero dedicado equipo, también está asesora sobre un programa de aprendizaje y desarrollo del voluntariado y sobre actividades de apoyo a los voluntarios. Estamos muy agradecidos por sus continuos esfuerzos y su invaluable contribución.

Community Connect+ cuenta con el apoyo del Fondo de Actividades Comunitarias (CAF) para actividades dirigidas por los inquilinos. Este es el primer año tanto de Community Connect+ como del CAF. Los inquilinos utilizan el CAF para organizar noches de cine, juegos, manualidades y otros eventos sociales. A finales de septiembre, se habían gastado más de \$125,000 dólares en eventos dirigidos por los

inquilinos en todo el TSHC. Desde abril hasta principios de septiembre, el personal apoyó 44 eventos dirigidos por los inquilinos, a los que acudieron más de 4,400 para conocer a sus vecinos. Ahora hay 58 círculos de inquilinos que planifican y ejecutan programas en sus edificios.

¡Gracias a todos los inquilinos voluntarios por todo lo que hacen!

Actualización del Comité Consultivo de Inquilinos Mayores

Miembros del Comité Consultivo de Inquilinos Mayores (STAC) han estado muy ocupados en el verano, orientando el trabajo de TSHC.

- Hicieron valiosos aportes al borrador del código de conducta de los inquilinos voluntarios, el cual se finalizó el 30 de septiembre y entrará en vigor en el primer trimestre de 2025.
- Aprobaron la actualización de los términos de referencia, elaborados conjuntamente con el personal.
- STAC también brindó aportes al borrador de la política de derechos humanos que fue aprobado por la Junta Directiva de TSHC el 24 de octubre.
- Brindaron un primer aporte a la traducción e interpretación de la política, la cual se actualizará el próximo año.
- También recibieron en septiembre información actualizada de un año sobre los proyectos de mejora de la calidad. En general, se mostraron satisfechos con los avances realizados por TSHC en abordar las preocupaciones de los inquilinos. Puede seguir los avances de los QIP en la hoja de ruta de las orientaciones estratégicas (bit.ly/4hdOwF7)

Antes de que finalice el año, STAC tendrá más información sobre los eventos que quedan para 2024 dirigidos por los inquilinos y financiados

por el Fondo de Actividades Comunitarias, la Mesa de Asociaciones de TSHC y brindará su aporte sobre el proceso de contratación de STAC para 2024/25.

La contratación de nuevos miembros de STAC tendrá lugar entre principios de diciembre y finales de enero. Esté atento a los carteles en su edificio con los detalles sobre cómo aplicar.

Seguimos contando con el apoyo de STAC y agradecemos su apoyo, ya que representa a muchos inquilinos.

Programa de Alfabetización Digital de la Biblioteca Pública de Toronto da la bienvenida a los nuevos graduados

En junio de 2022, nos asociamos con la Biblioteca Pública de Toronto (TPL) para impulsar la alfabetización digital de las personas mayores. Los bibliotecarios de la comunidad ofrecieron formación periódica presencial y programas de alfabetización digital a personas mayores en las salas comunitarias de varios edificios para ayudar a aumentar la alfabetización digital y la conectividad social y reducir la soledad.

La región noreste dio la bienvenida a su nuevo grupo de graduados del programa este verano en Tam O'Shanter Towers. Estaban muy contentos de beneficiarse del programa y de recibir formación en su edificio. Disfrutaron interactuando con otros inquilinos y con los bibliotecarios de la comunidad.

Esto es lo que averiguamos:

- El 63% no tenía acceso a internet ni formación en computación.
- El 85% se sintió cómodo usando una computadora después de la formación.
- El 80% disfrutó de la formación en grupo.

- El 70% seguiría en contacto entre sí después de la formación.

Una de las graduadas compartió su entusiasmo por aprender a utilizar en su teléfono la cámara de la aplicación móvil Google Translate. Ahora puede comunicarse más fácilmente en su lengua materna y leer las etiquetas en los supermercados.

Esperamos continuar con esta asociación con TPL y dar a más inquilinos la oportunidad de participar.

Aprenda más sobre el programa de alfabetización digital aquí:
bit.ly/3MhT7I0

Conozca las estafas: colaboremos juntos para mantenernos a salvo

¡Es importante conocer los distintos tipos de estafas para que se pueda proteger!

Llamadas telefónicas o mensajes de textos: pueden afirmar que ha ganado un premio, decirle que un familiar necesita ayuda económica o que hay un problema con su cuenta bancaria.

Correos electrónicos o mensajes en las redes sociales: pueden parecer urgentes e indicar que debe hacer clic en un enlace o confirmar sus datos.

Cartas por correo: pueden parecer oficiales, como si fueran de un banco o de una agencia gubernamental, y pedirle sus datos personales.

En persona: puede que alguien le ofrezca un trato que parece demasiado bueno para ser verdad.

Aquí hay dos ejemplos:

Estafa familiar: un estafador lo llama y pretende ser un familiar que está en problemas y necesita dinero de inmediato. ¡No le envíe dinero sin confirmar con su familia!

Correo electrónico de phishing: recibe un correo electrónico que dice ser de su banco y le pide que verifique la información de su cuenta haciendo clic en un enlace. ¡No haga clic!

Recuerde, no facilite información personal por teléfono o correo electrónico a menos que esté seguro de con quién está hablando. Verifique siempre la información con una fuente de confianza.

Si usted cree que ha sido víctima, repórtelo al Centro Antifraude de Canadá (1-888-495-8501 - antifraudcentre-centreantifraude.ca).

De administradora a autora: conozca a Linda Williams

En los últimos 12 años, Linda Williams ha llamado a Janet Magee Manor su hogar. Criada en Ottawa, Linda se trasladó a Toronto en 1979 después de vivir y trabajar en el Reino Unido y en Victoria (Columbia Británica). Trabajó como administradora en la Facultad de Enfermería de la Universidad de Toronto hasta finales de los años noventa, antes de centrarse en su trabajo creativo a tiempo completo.

«Es divertido», dice reflexionando sobre su pasado. «Siempre he querido averiguar qué quería hacer y, a medida que me hacía mayor y me iba adentrando cada vez más en mi creatividad, eso se convirtió en mi carrera». Y vaya carrera para alguien que empezó a los 50 años. Linda, o LJ Williams, tal como la conocen los lectores, ha escrito y autopublicado con éxito una trilogía. Su libro debut, *Salvaging the Heart: Chromium Angel*, está disponible en Amazon.

Escritora de toda la vida, Linda empezó con la poesía de niña. Sus inquietudes creativas están impulsadas por el deseo de expresarse. «Soy muy curiosa», explica. «Me gusta aprender siempre algo diferente». Muchas de sus inspiraciones de carácter provienen de la vida cotidiana, incluida la portada de *Salvaging the Heart*, una imagen creada a partir de un recuerdo paseando por caminos rurales cuando era niña.

Además de escribir, Linda también incursiona en la joyería, y a menudo muestra sus creaciones y organiza en su edificio talleres de bisutería. Su consejo a los inquilinos es «aprovechar las oportunidades para aprender algo nuevo» y perseguir lo que realmente les gusta. Tras haber pasado gran parte de su vida centrada en hacer lo que se esperaba de ella en lugar de seguir su pasión, ahora valora la libertad de crear. Desea publicar el último libro que ha terminado de escribir recientemente.

Su viaje creativo es un buen ejemplo de su convicción de que hay que seguir el corazón para tener una vida plena.

Infiltrarse y aprovecharse

Usted puede ayudar a que su comunidad sea segura. Conozca los riesgos asociados con ‘infiltrarse’ e ‘aprovecharse.’

Infiltrarse sucede cuando alguien le sigue inesperadamente después de que usted ha abierto la puerta. Aprovecharse es cuando usted abre la puerta y la mantiene abierta para que otros entren. Aunque pueda parecer agradable, es posible que no sepa si tienen permiso para entrar en el edificio. Ambas acciones pueden tener graves consecuencias para la seguridad.

Mantenga la seguridad de su comunidad:

- Siempre asegúrese de que la puerta cierre completamente detrás de usted.
- No le abra la puerta a desconocidos.
- Si observa que alguien que no reconoce intenta entrar en el edificio, notifíquelo inmediatamente.
- No deje entrar en el edificio a visitantes que no estén allí para visitarle a usted o a alguien de su hogar.
- Nunca preste el llavero ni las llaves.
- Utilice únicamente la inicial de su primer nombre en el directorio del vestíbulo, el timbre de la puerta, el buzón y la guía telefónica para proteger su privacidad.

Notifique inmediatamente cualquier actividad sospechosa al personal de Toronto Seniors Housing o póngase en contacto con la Unidad de Seguridad Comunitaria llamando al 416-921-2323. En caso de emergencia, llame siempre al 911.

¡Gracias por ayudar a que la comunidad sea segura!

Consejos para el manejo de conflictos

Vivir en un apartamento en Toronto ofrece la oportunidad de estar rodeado de vecinos con culturas, experiencias y estilos de vida muy diferentes. A veces, estas diferencias pueden dar lugar a conflictos. Nos hemos asociado con el Programa de Resolución Alternativa de Conflictos del Humber College para ofrecerle los siguientes consejos para el manejo de conflictos:

Aquí hay algunos consejos que le ayudarán a manejar y resolver conflictos:

Hable abiertamente:

Comparta con calma cómo se siente sin culpar a los demás. Utilice oraciones con el «yo» para expresar sus sentimientos. Por ejemplo, diga «Me siento estresado», en lugar de «Me estás estresando».

Escuche con atención:

Deje que la otra persona comparta su punto de vista. Escuchar para entender su punto de vista puede ayudar a resolver el problema.

Encuentre puntos en común:

Busque soluciones que funcionen para los dos. Céntrese en lo que ambos estén de acuerdo.

Sea respetuoso:

Sea educado, incluso cuando no esté de acuerdo. Evite los insultos personales y límitese en el tema.

Pida ayuda si es necesario:

Si no puede resolver el problema por sí mismo, puede ponerse en contacto con su coordinador de servicios para mayores, que puede tener los recursos para ayudarlo o puede remitirlo a los servicios de mediación.

Esté dispuesto a perdonar:

A veces, dejar pasar pequeños problemas puede ayudar a mantener la paz. Perdonar a los demás ayuda a crear un entorno de convivencia mejor para todos.

A quién contactar y cuándo

Centro de Apoyo al Inquilino 416-945-0800

support@TorontoSeniorsHousing.ca

.

Llame o envíe un correo electrónico para las solicitudes de mantenimiento y reparaciones diarias y fuera del horario laboral, preguntas sobre su alquiler o contrato o para presentar una queja.

Unidad de Seguridad Comunitaria (CSU) 416-921-2323

Llame para notificar:

- Problemas de seguridad.
- Perturbaciones por ruido.
- Merodear o invadir propiedad privada.
- Una infracción de estacionamiento en nuestra propiedad.

En caso de emergencia, llame siempre al 911.

Su personal de edificio

Disponible de lunes a viernes, de 8:30 a.m. a 4:30 p.m. Su información de contacto figuran en el tablón azul de anuncios de su edificio.

- **Coordinador de servicios para mayores (SSC):** le ayuda con cualquier consulta o solicitud de servicios no relacionados con el mantenimiento, tales como revisiones de alquileres y remisiones a servicios de apoyo.

Equipo de mantenimiento

Responsable de las reparaciones en su casa, áreas comunes, así como la limpieza y otras tareas. El equipo incluye:

- **Superintendente:** lidera el equipo; su primer punto de contacto de cualquier solicitud de servicio relacionado con mantenimiento.
- **Persona encargada de mantenimiento (CMP)**
- **Limpiador/conserje**

Su personal regional

Gerente regional de operaciones (ROM): supervisa al personal regional.

Supervisor de viviendas comunitarias (CHS): supervisa el equipo de mantenimiento.

Supervisor de servicios y participación de los inquilinos (TESS): supervisa al personal de apoyo a los inquilinos, incluidos los SSCs.

Coordinador de servicios comunitarios (CSC): trabaja con inquilinos y socios comunitarios para planificar y ejecutar programas y actividades en su edificio y región.

Contactos comunitarios de emergencia y no urgentes

211 211ontario.ca/contact

Teléfono de información y remisión a servicios comunitarios, sociales, gubernamentales y sanitarios no urgentes.

311 Toronto.ca/311

Información sobre servicios y programas municipales.

411 Canada411.ca

Asistencia en guía telefónica local

711 crtc.gc.ca/eng/phone/acces/mrsrt.htm

Servicio de retransmisión de mensajes (MRS): permite a las personas con discapacidad auditiva o del habla utilizar el sistema telefónico a través de un teléfono de texto (TTY) u otro dispositivo para llamar a personas con o sin dicha discapacidad.

811 health811.ontario.ca

Servicios telefónicos de triaje de atención sanitaria no urgente, antes telesalud.

911 tps.ca/contact/9-1-1-emergency/

Llame en caso de emergencia, tales como incendio, un delito en curso o una emergencia potencialmente mortal.

Tributo a Maureen Clohessy

Con gran pesar compartimos la noticia del fallecimiento de nuestra antigua miembro de la Junta Directiva de inquilinos, Maureen Clohessy, a principios de octubre. Maureen marcó la vida de muchos con su espíritu, inteligencia y amabilidad.

Maureen era feroz, fuerte, inteligente y amable. Nunca tuvo miedo de decir lo que pensaba, hacer preguntas difíciles y buscar la claridad. Tuvimos la suerte de contar con su orientación en la Junta de TSHC, el Comité de Calidad y Participación de los Inquilinos, y varios otros comités internos, incluso como miembro original del Comité Consultivo de Inquilinos Mayores. Dedicó su tiempo a defender a los inquilinos, escuchar sus preocupaciones y aprender de sus experiencias.

Nuestro más sentido pésame a sus seres queridos. Su sonrisa, gracia y buen humor serán echados de menos por todos aquellos a los que ella marcó su vida.

Siempre recordaremos a Maureen como una campeona compasiva y un valioso miembro de nuestra comunidad TSHC.

¡Manténgase en contacto!

Para mantenerse en contacto y actualizado con las noticias y eventos de Toronto Seniors Housing, asegúrese de seguirnos en las redes sociales. Puede encontrarnos en Facebook, Twitter y LinkedIn. También puede

obtener más información en nuestro sitio web en
www.TorontoSeniorsHousing.ca

Póngase en contacto

¿Desea aparecer en un próximo boletín? ¿Prefiere recibir en su buzón de correo electrónico a Seniors Speak? Póngase en contacto con nosotros en **SeniorsSpeak@torontoseniorshousing.ca**.

Puede llamar a estos números 24 horas al día, siete días a la semana, o ponerse en contacto con nosotros por correo electrónico al support@torontoseniorshousing.ca.

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

Reconocimientos

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/ para consultar los reconocimientos de Toronto Seniors Housing por la tierra y los ancestros africanos.