

多倫多長者 服務概覽



23區 – 士嘉堡北
2022 年 5 月 25 日

封賴桂霞市議員及
Joseph Burley, 多倫多長者服務 (Seniors Services, City of Toronto)



封賴桂霞市議員介紹

今天要介紹的內容

- 如何獲得廣泛的長者和照顧者服務
 - 康樂和社交
 - 就業和財務
 - 交通
 - 健康
 - 房屋
 - 食物
 - 家居護理
- 您所在社區提供的特定服務

綜合服務

聯邦政府

省政府

多倫多市

家居和社區
關顧

社區機構

私營企業

住房提供者

社區中心

2018年我們收到了
10,000+ 長者和照顧者
的意見

搜索和了解如何查找和
取得服務對許多人來說
是一個持續的挑戰

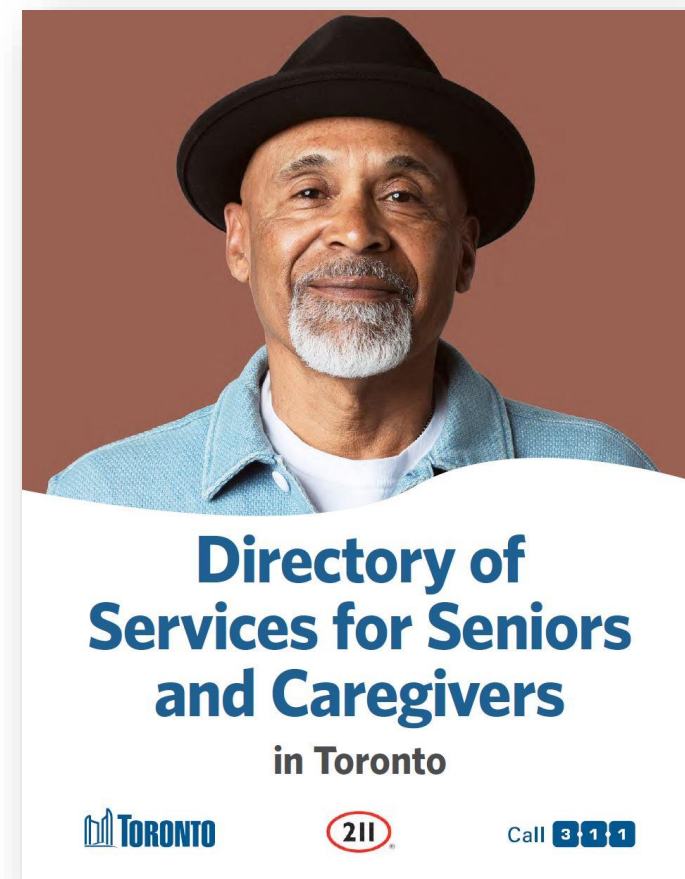
如何得到支援

長者服務指南

新的綜合指南所提供的服務信息包括:

- 康樂
- 就業
- 財務
- 交通
- 房屋
- 健康和精神健康
- 危機
- 虐老
- 還有更多 ...

現在可上網獲取或向您所在的多倫多公共圖書館索取



長者服務指南涵蓋對象



First Nations, Inuit and Metis Seniors and Elders



2SLGBTQI+ seniors



Black, African and Caribbean seniors



Francophone seniors



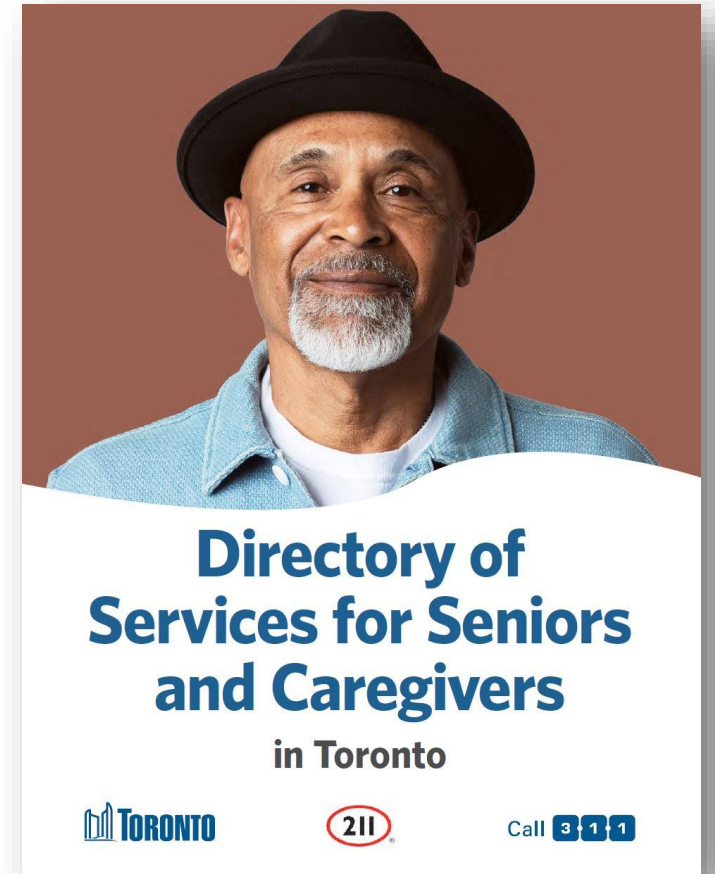
Seniors from other ethno-cultural communities



Seniors who are newcomers



Veterans



www.toronto.ca/seniors



[toronto.ca/seniors](http://www.toronto.ca/seniors)



市政府網站:

- 健康
- 房屋
- 康樂
- 就業
- 財務
- 交通
- 還有更多

多倫多 311 – 有關所有市政服務

- 市政府電話，全年無休提供 180 多種語言
- 有關市政府運行的所有計劃和服務的信息
 - 廢物和回收
 - 庇護所
 - 道路
 - 無障礙停車位
 - 公園
 - 地稅、水
 - 噪音投訴
 - 還有更多



社區和社會支援



Toronto Seniors Helpline is here for you.

416-217-2077

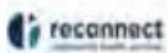
1-877-621-2077

www.torontoseniorshelpline.ca

Calls are answered 365 days a year.
Interpretation available in 100+ languages.
Web Chat available



Opportunity made here.



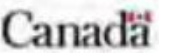
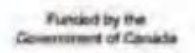
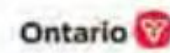
Need Help? Contact 211 Day or Night to Find Support

Нужна помощь? Свяжитесь с 211 днем или ночью, чтобы найти поддержку

需要帮忙? 白天或晚上与211联系以求支持

معددا يلجأ روث على أرقام 211 في لسانها في دعمهم حاجات

¿Necesitas ayuda? Póngase en contacto con 211 de día o de noche para encontrar asistencia



健康及長期護理支援

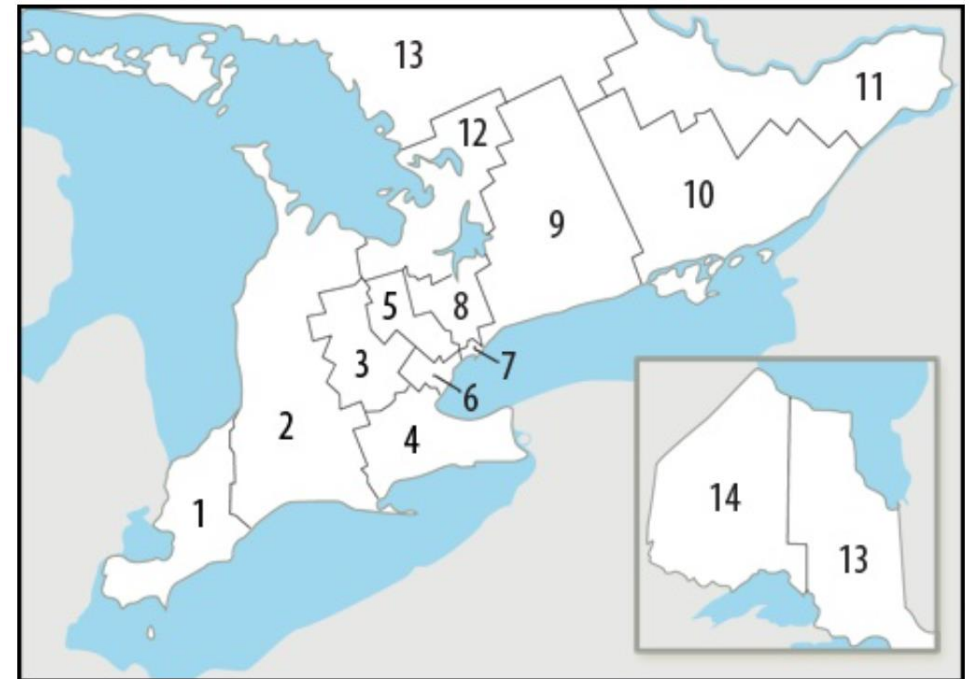
家居及社區護理支援服務

致電 310-2222 (沒有區號)

www.healthcareathome.ca

- 前 “CCAC” 或 “LHIN”
- 政府資助的家居健康支援
- 申請長期護理院舍

HOME AND COMMUNITY CARE SUPPORT SERVICES



技術支援

TechServe www.techserveto.com 或 1-888-418-4771

Welcome to TechServe

Make technology easy for you. We help older adults figure out technology, free of charge.

BOOK AN APPOINTMENT

CALL US TOLL FREE 1-888-418-4771

受虐長者支援



1-866-299-1011



Anonymous, Confidential
24/7, 365 days of the year



Live counsellors,
over 200 languages



awhl.org/online-chat
Monday to Friday 11am-8pm

awhl.org/seniors



- 長者安全熱線 – 1-866-299-1011
- 受虐者安全熱線 (律政廳) – 416-314-2447
www.attorneygeneral.jus.gov.on.ca/english/ovss
- 輔導服務

法律支援



- 維護長者中心
www.ancelaw.ca
- 安省法律援助
www.legalaid.on.ca
- 社區法律診所

危機處理服務



- 周一至周五上午9點至晚上8點、周末及公眾假期上午9點至下午6點可致電 **416-217-2077**
- 為患有癡呆症、癮癖或精神疾病的長者提供所需臨時流動危機化解和外展支援服務
- 可在24至72 小時到場
- 進行適當的聯繫
- 跟進6至8周

其他全年支援

Distress Centres of Greater Toronto

416-408-4357

Gerstein Centre – 416-929-5200

照顧者支援

CAREGIVER HELPLINE
1-833-416-2273

ontariocaregiver.ca



- 就業假
- 就業保險福利
- 稅收抵免
- 輔導 / 熱線
- 支援小組
- 網絡研討會及活動
- 臨時護理 – 在家、長期護理院 / 養老院、成人日間課程

支援長者服務類別 (一般)

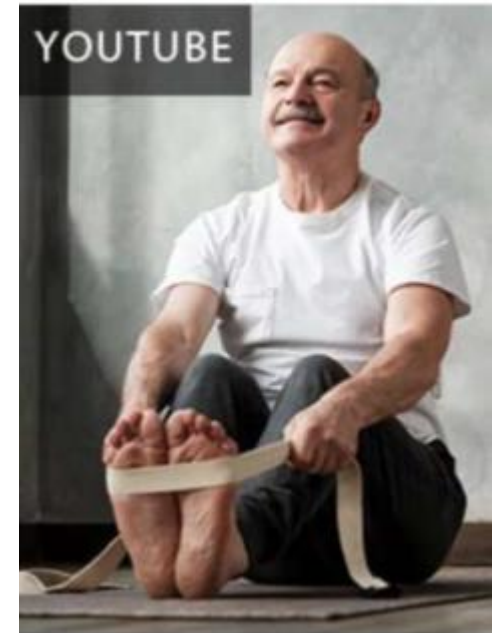
康樂和社交



- 長者活動中心
- 沒有圍牆的老人中心
- 成人日間活動
- 圖書館活動
- 虛擬活動
- 終身學習課程
- 社區花園、廚房
- 友好致電 / 探訪

可做的事情 (網上)

- 逗留在家玩和學習 (www.Toronto.ca/stayplaylearn) – 超過 100 個免費網上活動如舞蹈課、讀書組、討論組、健身、瑜伽、椅子瑜伽、語言班、藝術等等 – 還有很多特別為長者而設的
- 多倫多公共圖書館: 38 種在家使用圖書館的方法取得免費數碼圖書館卡
- 免費 YMCA 體操鍛練視頻，包括 GentleFit - <https://www.ymcahome.ca/fitness> 及 YMCA The Bright Spot <https://brightspot.ymcagta.org/>



交通



- 輔助社區交通 – Toronto Ride, iRide, Scarborough Ride
- 公車及輪椅人士用交通
- 旅行培訓計劃
- 長者安全區「零傷亡願景」(Vision Zero)
- 無障礙停車證 / 車位


就業和財務



- 地稅和水電費減免
- 康樂優惠
- 醫療費用、殯葬援助
- 家居裝修援助
- 政府養老金計劃
- 財政預算和財務掃盲計劃
- 受託人計劃
- 就業支援服務

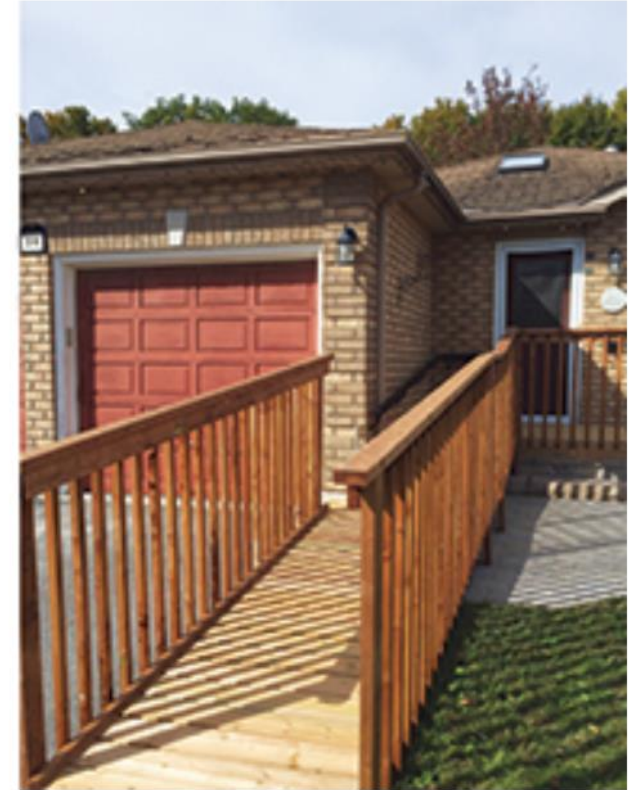
房屋： 一系列住房選項



							
緊急庇護所	資助房屋 (如 TCHC 及 其他房屋福利)	可負擔房屋 及市值租金 房屋	支援性住房	養老院	長期護老院	其他 – 共同住房， 終身租賃住 房	房產權 (和住房共 享)

住房 (續)

- 房屋輔助中心
- 租金、搬家費用、公用設施、無障礙裝修方面的經濟援助
- 草坪護理
- 協助處理床蟲、臨時圍牆
- 租戶辯護基金
- 安全租屋 RentSafeTO



住房共享

- Canada HomeShare™ 是世代間解決住房方案
- 將提供住房的長者與學生配對，以創造互惠互利的的生活解決方案。
- 為了換取每月400至600元的租金減免，學生提供長達 7 小時的陪伴或協助完成輕巧的家務
- 詳情上網 canadahomeshare.com 或致電 1-800-786-9773



健康： 保持健康及精神健康



- 體育和康樂
- 健康活動
- 牙齒護理
- 醫生上門探訪
- 預防跌倒和受傷
- 資助輔助設備 / 醫療設備
- 失智症護理支援 / 老年保健
- 善終護理和關顧
- 精神健康; 輔導, 支援小組

食物



- 食物賙濟庫
- 送餐
- 雜貨配送
- 小組 / 集體用餐
- 社區廚房
- 分配花園
- 社區花園
- 營養建議

家居護理



- 家居個人護理和健康服務
- 家政支援服務
- 社區輔助醫療計劃
- 出院後護理
- 家庭臨終關懷和紓緩治療

家務料理和護士服務計劃 (HMNS)



- 適用於需要協助處理家務及經濟資源有限的個人
- 服務包括：簡單的家務、洗衣、購物、準備膳食
- 聯繫接收個案工作人員**416-392-8579**

23區內有關服務

市政府長者康樂設施

- 提供實體活動（免費或優惠）：
- 健身（太極、瑜伽、椅子健身操）
 - 社交活動（遊戲、藝術及手工藝）
 - 體育活動（草地滾球）
 - 還有更多！
- 區內場地：
 - Milliken Park Community Recreation Centre
 - Commander Recreation Centre
 - Agincourt Recreation Centre
 - Burrows Hall CC
 - Berner Trail CC

Centre for Immigrant and Community Services (華咨處)

- **一對一諮詢服務**：新移民安居服務、長者房屋服務、社會福利、醫療健康、入籍、稅務、交通等等；
- **小組活動**：社區諮詢講座、休閒娛樂活動、社區交流聚會、電子產品技能學習、健康生活、興趣小組等等；
- **語言學習**：加拿大新移民語言課程 (LINC);
- **心理健康**：華裔長者服務大使培訓、短期個案管理、心理健康小組活動、心理健康熱線等等；
- **住房信息服務**：為多倫多市租客提供一對一諮詢服務、科普講座及社區活動、多種語言住房資訊等等；

社區資源



Centre for Immigrant and Community Services (華咨處)

www.cicscanada.com | 416-292-7510 | info@cicscanada.com

- **Woodside Square 活力廣場辦事處:**
1571 Sandhurst Circle (McCowan/Finch) 414室
星期一至星期五 上午9點 - 下午5點
416-292-6558
- **LINC 語言培訓:**
416-299-8118 ext. 101
語言培訓中文: 4002 Sheppard Ave. East, 501室
活力廣場: 1571 Sandhurst Circle, 414室
- **心理健康服務:**
416-292-7510 ext. 133
mental.health@cicscanada.com
Instagram: @cicsmentalhealth
- **新移民安居服務:**
416-292-7510 ext. 101 / 416-293-4565 ext. 120
settlement@cicscanada.com
Facebook: @CICSNewImmigrants
微信公眾號: cicssettlement
- **住房信息服務:**
416-292-7510 ext. 118
housing.support@cicscanada.com
Facebook/Instagram: @cics.housing.support
- **食物調濟庫:**
2330 Midland Avenue, Toronto
星期五 下午2:30-4:30 416-895-0267





長者安全和詐騙

多倫多警隊

42 分局 416-808-4200

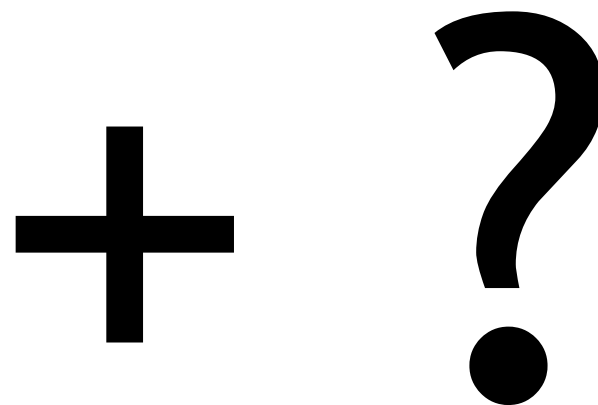
您的社區警官



PC David Lenchuck #7964

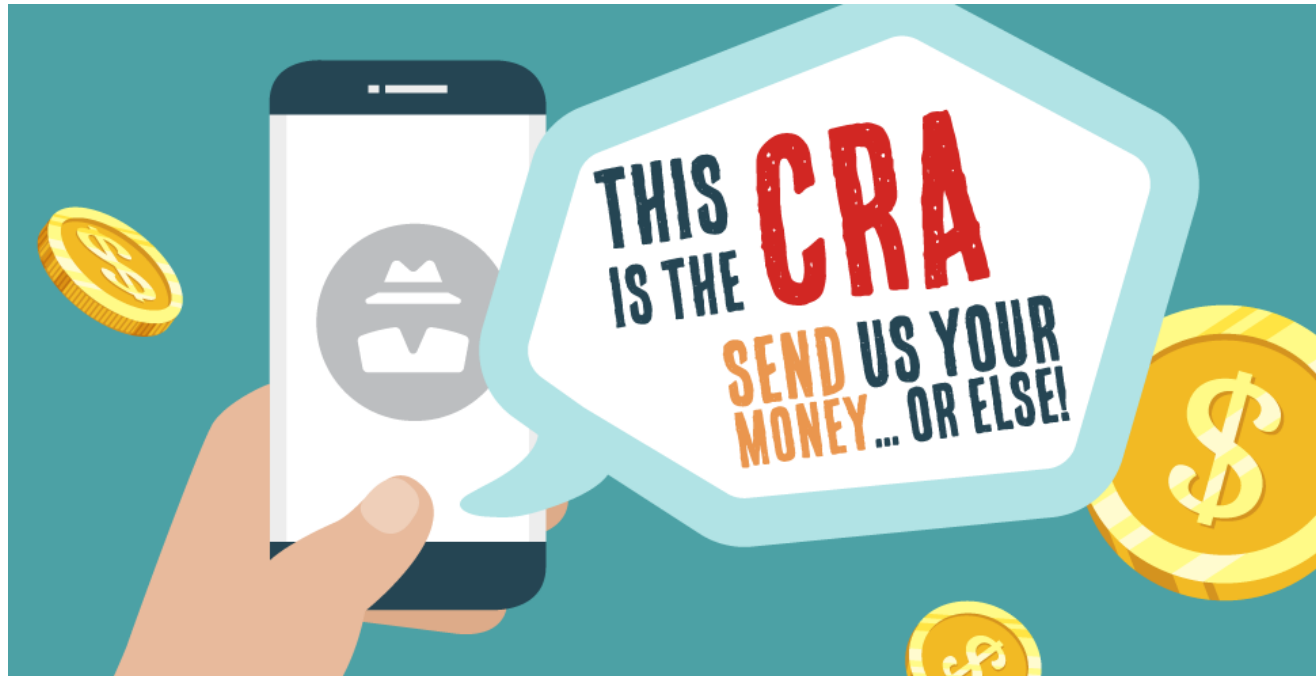
防止罪案警官

42 分局



稅務詐騙

- ▶ 不會打電話給你說你欠錢
- ▶ 不會要求禮品卡
- ▶ 不會威脅驅逐出境
- ▶ 不會威脅逮捕



銀行

- ▶ 不會詢問您的信用卡號碼
- ▶ 不會詢問您的社會保險號
- ▶ 不會向您發送電子郵件並要求您點擊鏈接



欺詐 - 愛情詐騙

網上情緣騙案如何運作



犯罪分子在網上開設虛假戶口，在社交平台找尋目標



關係發展迅速並獲得信任



騙徒向受害者要錢，收到錢後便消失

敲詐 / 祖父母詐騙



The Grandparent Scam



**Grandma?
Do you know
who this is?**

**Is that
you John?**

欺詐 - 身份



如您不清楚...



向警方舉報

緊急情況

911

- 需要即時幫助
 - 危急

非緊急情況

416-808-2222

- 已犯下罪行
- 沒有緊迫性
- 舉報需要被調查或記錄在案
 - 報告可疑活動

If your incident meets the above criteria, please select from the available reports below:



Damage to Property UNDER \$5,000



Damage to Vehicle UNDER \$5,000



Driving Complaint



Local Neighbourhood Traffic Issue or Concern



Fraud Under \$5,000



Graffiti



Immediate Parking Complaint



Supplemental Report



Theft from Vehicle UNDER \$5,000



Theft of Gas (From a Gas Station)



Theft UNDER \$5,000



Vulnerable Persons Registry

網上報案

<https://www.torontopolice.on.ca/core/>

匿名舉報

網上 – www.222tips.com

電話 - 416-222-TIPS (8477)

臉書網頁 “Leave a Tip”

短信 TOR 及發信息到 CRIMES (274637)

在 iTunes 或 Google Play 下載滅罪熱線移動
應用程序



謝謝!

問題?

聯絡: seniors@Toronto.ca
416-392-8906