

Organo de Difusión de ASHTOR - Asociación de Seniors de Habla Hispana de Toronto

Año 1 No. 12 - 20 de Febrero 2008

Nuestras Cosas



Durante las últimas semanas hemos estado trabajando a pleno, pero con un ojo en el correo, esperando novedades de los diversos programas que hemos previsto para este año.

Al fin hemos recibido respuesta para la realización de tres conferencias sobre salud. Cada una de ellas sobre temas que nos conciernen: Diabetes, Cáncer y Alzheimer. El foco está puesto en el conocimiento de la enfermedad, la prevención, y la forma de hacerle frente para tener una mejor calidad de vida.

Creemos fuertemente que el mayor conocimiento sobre las enfermedades es el primer paso para desplazar el eje Enfermedad-Hospital hacia Salud-Comunidad.

Iremos informado sobre cada una de ellas. Nuestra intención es invitarlo a que participe, lo estaremos esperando.

Rodrigo Briones  
Editor

rbrionesashtor@bellnet.ca

## Centro de Información Referencia y Orientación

Los voluntarios de CIRO tienen un lugar especial en esta edición, su testimonio es una forma de conocer lo que estamos haciendo. Hemos querido que, a través de su palabra pudiéramos saber cuál es la tarea, pero además ponerle un rostro a las voces que diariamente atienden las necesidades de los adultos mayores.

El grupo de voluntarios se formó a partir la convocatoria que hemos venido realizando, y que continuamos haciendo, para invitar a los adultos mayores a sumarse.

El ser voluntario tiene diversas facetas, la más importante, la dedicación y la constancia en asistir a nuestras oficinas. Sin esta fuerza, nuestro Programa no tendría sentido. Por ello estaremos siempre agradecidos.

Con cada voluntario hemos aprendido nuevas cosas. Cada uno vino con su bagaje de conocimientos y experiencias y las volcó para el engrandecimiento del servicio que ofrecemos.

Los adultos mayores del grupo han sumado su experiencia, los jóvenes su energía; ambos el entusiasmo, la dedicación y el compromiso para resolver las necesidades de nuestra comunidad.

**A todos ellos, nuestro especial reconocimiento.**



Durante la celebración de los 30 años del Concejo de Desarrollo Hispano se reconoció la labor de los voluntarios. En la foto algunos de ellos: Carmen Vega, Mireya Morales, Edith Aguilar, Martha Checa, Mónica Hermosilla, Candy López y Rodrigo Briones.

# CIRO

Centro de Información Referencia y Orientación

**Estamos trabajando a pleno**

llame al  
**416.597.2489**

de lunes a viernes  
entre las 9 y las 5 de la tarde  
y un voluntario del programa  
responderá su necesidad.

Le ayudamos a encontrar una respuesta  
y en su mismo idioma.

**Llámenos, lo estamos esperando**


Servicios

Actividades en ASHTOR

**Escúchenos - Jueves 11 AM**

Radio Voces Latinas  
\* AM 1610

\*Canal 951 - Rogers Digital  
\* voceslatinas.ca

 416.597.2489



hispanic seniors@bellnet.ca

www.ashtor.org



179 John Street # 300 - Toronto, On.





Ser parte de Ashtor como capacitadora de computación para los voluntarios es una satisfacción completa. Porque veo las ganas que tienen ellos de aprender para poder ayudar a las personas. Además nos permiten compartir un espíritu en común, una visión y una manera de recorrer el camino juntos, para que podamos estar al día en todo, avanzar en el servicio de aquellos que más lo necesitan, dando la información que nos solicitan con la rapidez y eficiencia de la tecnología que tenemos a la mano. Todos los voluntarios de Ashtor tienen la disponibilidad y el empuje de capacitarse y actualizarse para servir con calidad así como también ayudándonos unos a los otros, haciéndonos la carga más ligera.

### **Ing. Candy López**

Instructora de computación de Ashtor



Con satisfacción aprovecho de contar mis experiencias en ese centro.

Decidí trabajar como voluntaria con el objetivo que ayudar a personas de la tercera edad que están en

una permanente necesidad y que dándoles un apoyo muy simple, a veces puede significar algo muy grande para ellos.

He tenido la oportunidad de trabajar en equipo, conocer a otras personas, también voluntarias, que tienen las mismas inquietudes que yo.

Trabajando así es fácil llegar a un roce que cause conflictos. Por lo tanto todos debemos poner de nuestra parte y con la ayuda de charlas dadas por personas expertas en la materia hemos ido aprendiendo a lograr nuestros objetivos.

Hay cosas que son muy importantes en este trabajo en equipo como: la buena comunicación, la cooperación, evitar la fricción, ser diplomáticos, crear armonía y respeto y no pensar en forma egoísta e individual. Todo esto es vital para salir adelante con nuestro trabajo.

Ahora, cuales son nuestros objetivos?: Proveer servicios a los seniors que lo necesitan. Aquí hemos tratado de solucionar los problemas de los necesitados comunicándonos con los lugares o centros correspondientes, hablando con gente especializada de habla hispana, llamando y concertando citas para las soluciones que a veces no se pueden hacer en forma inmediata y ahí esta la importancia de la coordinación entre los voluntarios para continuar solucionando el problema en forma adecuada.

Aquí no termina nuestra tarea, la próxima etapa es mantener cierto contacto con las personas para saber como se ha ido desarrollando su caso. Creo que esto último le da a nuestro trabajo un aspecto muy humano que no siempre se logra a través de otros organismos, además tratamos que la persona se sienta cómoda ante su problema.

Creo que la mayoría de las personas reconocen la tarea que se trata de hacer por ellos, incluso llaman para agradecer y eso me hace sentir plenamente realizada al poder solucionar, poder ayudar y poner un granito de arena para que otros se sientan felices y satisfechos.

### **Mónica Hermosilla**



Me siento infinitamente agradecida de la oportunidad de poder desempeñarme en este voluntariado y así poder ayudar a otras personas, de

acuerdo a la infinidad de posibilidades que tiene esta institución.

Gracias

### **Edith Aguilar**



La experiencia que ASHTOR me ha dado es poder socializar con buenas personas.

Me ha dado la oportunidad de aprender nuevas habilidades, por ejemplo

ampliar mis conocimientos de computación.

También yo siento que estoy desarrollando mi fibra moral y mi autoestima crece con cada alegría de hablar con los clientes. Todo esto gracias al apoyo completo que ASHTOR me provee.



Las motivaciones que me impulsaron involucrarme en esta actividad, dan el resultado de la visión que tengo ahora, después de algunos meses de servir

como voluntaria para ASHTOR. Los impactos que asocian a este trabajo hacen que comprenda el fenómeno social del voluntariado, es una experiencia positiva, de aprendizaje y comprensión del senior, hacen que me mantenga tratando de ayudar en llevar adelante este proyecto.

### **Carmen Vega**

# **Voluntarios en CIRO**





Para mi, trabajar en este proyecto ha sido una experiencia muy grande. Por medio de este emprendimiento podemos aportar los conocimientos que cada uno tenemos y a la vez obtener nuevas experiencias que nos servirán para el futuro. Este proyecto ha sido creado para ayudar a las personas de nuestra comunidad, específicamente los seniors que en este caso son nuestro objetivo, tomamos la información y hacemos un seguimiento del caso, buscamos los contactos y se continúa hasta buscar la solución de las diferentes necesidades que se nos ha solicitado. Por que son muchas las necesidades que tiene nuestra comunidad. Además este proyecto brinda la oportunidad de capacitar, organizar y difundir información para eliminar las barreras que encuentran nuestros seniors, que les impiden el acceso a diferentes servicios públicos, ofreciendo programas como clases de computación, clases de inglés y diversos programas de orientación, información y referencia, con el fin de mejorar el bienestar de los adultos mayores ya que a través de nuestro trabajo voluntario tenemos la satisfacción de poder ayudar a los demás.

Ser coordinadora de Voluntarios ha sido un desafío, por que primero he tenido que involucrarme personalmente en el proyecto, teniendo la misión de transmitir lo importante y fundamental que es el papel del Voluntario en este proyecto ya que se esta ofreciendo tiempo y capacidad. Mi obligación es brindarles un entrenamiento adecuado y ofrecerles un ambiente de trabajo en grupo agradable, lleno de armonía y estar preparados para dar las respuestas a las diferentes necesidades de los seniors de nuestra Comunidad.

Nunca antes había escuchado hablar de Ashtor, pero desde que mi amiga me mencionó de esta Asociación me llamó la atención. Le pregunté a ella si habría alguna oportunidad de que pudiera colaborar con ellos, y a raíz de eso comencé mi voluntariado. Aunque no tengo mucho tiempo me siento muy bien y comfortable ya que puedo aportar un granito de arena ayudando con mis conocimientos y a la vez también aprendiendo nuevas cosas sobre los seniors hispanos en Toronto. Lo que he aprendido hasta ahora es que hay mucha necesidad en el área de los seniors y que muchos de ellos no tienen acceso a muchas cosas, por ejemplo: programas, beneficios, ayudas, etc. Por lo cual que me siento muy contenta cada vez que suena el teléfono y les puedo dar información en lo que ellos están interesados y no saben a donde recurrir. A veces suenan muy preocupados porque se sienten como perdidos, y es ahí cuando me siento muy feliz sabiendo que los puedo ayudar de una u otra forma.

**Martha Checa**



Por eso recalco una vez más que me siento muy a gusto aquí. Sé que tengo que aprender mucho en este voluntariado que es un nueva etapa para mi, pero me siento muy positiva y entusiasmada de que las personas que coordinan esta asociación me hayan brindado la oportunidad de haberme incorporado a esta buena causa ya que tanta falta hace en nuestra cultura hispana y en especial con los seniors que son los que mas ayudan necesitan.

Estoy muy feliz de participar en este proyecto y a la vez felicito a Ashtor por tener este tipo de iniciativas y espero que programas como este continúen por que sirven para conectarnos con el resto de la comunidad hispana. Agradezco a nuestro coordinador del proyecto, quien ha tenido la paciencia y capacidad para dirigirnos a lo largo del mismo y a nuestra coordinadora de Voluntarias, que tiene la experiencia y el carisma de organizarnos dentro de un ambiente agradable y de compañerismo

**Narcisa Arteaga**

La experiencia que he tenido en este proyecto ha sido muy bonita, por que he podido conocer las necesidades que los seniors tienen y he podido ser parte de la ayuda que se les ofrece. Para lo cual nos proporcionaron un entrenamiento adecuado en computación y talleres de capacitación que nos permiten prepararnos para participar en este proyecto, además he hecho más amistades de diferentes países y hemos realizado un trabajo de equipo.



Estoy muy feliz de participar en este proyecto y a la vez felicito a Ashtor por tener este tipo de iniciativas y espero que programas como este continúen por que sirven para conectarnos con el resto de la comunidad hispana. Agradezco a nuestro coordinador del proyecto, quien ha tenido la paciencia y capacidad para dirigirnos a lo largo del mismo y a nuestra coordinadora de Voluntarias, que tiene la experiencia y el carisma de organizarnos dentro de un ambiente agradable y de compañerismo

**Gina Torrez**





Marzo 2009

jue	vie	sáb
5	6	7
12	13	14
19	20	21



10 AM



# PREVENCIÓN DE LA

# DIABETES

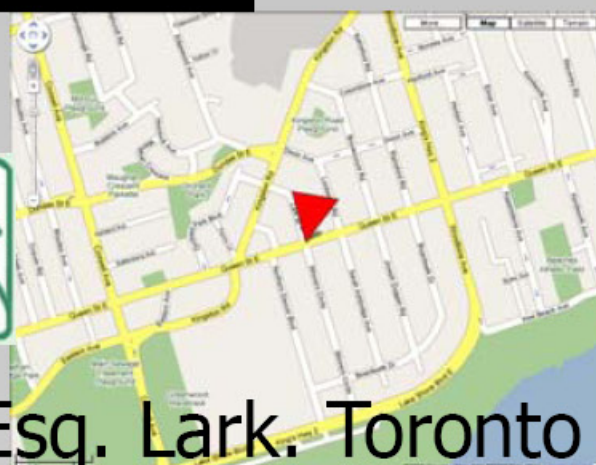
Disertante:

**Héctor Fernández**  
 Médico Endocrinólogo  
 Diabétologo



Asociacion de Seniors de  
 Habla Hispana de Toronto  
 Información 416 597 2489

Mennonite New Life Centre of Toronto



1774 Queen St. East – Esq. Lark, Toronto