



## Una guía *para programas y servicios* para las personas mayores de Ontario

[ontario.ca/seniors](http://ontario.ca/seniors)



Premier of Ontario - Première ministre de l'Ontario



### Mensaje personal de la Premier

En representación del Gobierno de Ontario, me complace hacerles llegar cálidos saludos a todos los que usen esta nueva edición de un inestimable recurso: — *Una guía para programas y servicios para las personas mayores de Ontario.*

Los medios de difusión tradicionales y la Internet nos hicieron tomar conciencia que Ontario, y por supuesto el mundo, se encuentran en medio de un cambio demográfico importante hacia la población de mayor edad. En el caso de nuestra provincia, está proyectado que la cantidad de personas mayores de 65 años será más del doble en el año 2036. Del mismo modo que este cambio presenta desafíos para la sociedad, también presenta oportunidades, con esta generación de adultos de la tercera edad preparados para convertirse en los más productivos y activos que alguna vez haya visto el mundo. Me complace decirles que el Gobierno de Ontario, guiado por un plan claro y exhaustivo, está preparado para responder a las necesidades de este creciente y valioso segmento de la población: las personas mayores de nuestra provincia.

Como parte de este plan, reconocemos la importancia de asegurar el acceso a los programas y servicios ofrecidos por los gobiernos provinciales y federales, y por proveedores de servicios, a los adultos de la tercera edad de Ontario. Y allí es donde se inserta esta nueva edición de *Una guía para programas y servicios para las personas mayores de Ontario.* Como recurso acreditado en las cuestiones que más importan a la población que envejece en nuestra provincia, esta guía actualizada proporciona asesoramiento práctico sobre todo lo que debe saber sobre una vida activa, cuidados, finanzas, salud y bienestar, vivienda, hogares de ancianos con atención a largo plazo, seguridad y transporte.

Estoy seguro que, al trabajar con nuestros compañeros de la comunidad y con el asesoramiento de los mismos adultos de la tercera edad, podemos continuar asegurando que Ontario siga siendo el mejor lugar de Norteamérica para envejecer.

Mis mejores deseos para todos aquellos que accedan a las páginas informativas de esta guía.

A handwritten signature in cursive script that reads 'Kathleen Wynne'.

Kathleen Wynne  
Premier



Ontario

Minister Responsible for Seniors - Ministre Responsable pour les personnes âgées



## MENSAJE PERSONAL DEL MINISTRO

Estimados amigos:

Los habitantes de Ontario viven vidas más largas y sanas que nunca antes, y en los próximos veinte años, la proporción de las personas mayores de 65 años en Ontario casi se duplicará. Este cambio demográfico presenta grandes retos, con efectos muy importantes en el sistema de atención médica, servicios sociales, vivienda e impuestos. Con este cambio, también viene la oportunidad. Esta generación de adultos de la tercera edad tiene una oportunidad de ser la más productiva y activa que alguna vez haya visto el mundo.

Los adultos de la tercera edad son nuestra familia, nuestros amigos, nuestros vecinos. Son nosotros. Todos tenemos un papel que cumplir para responder a las crecientes necesidades de las personas mayores. Residentes, organizaciones, gobiernos, la comunidad empresarial y el sector sin fines de lucro más amplio; todos nosotros podemos colaborar para proporcionar a las personas mayores y a sus familias los programas y servicios que necesitan para estar sanos, seguros, independientes y activos.

El gobierno de Ontario tiene una función de liderazgo y un plan claro y exhaustivo para responder las necesidades crecientes de las personas mayores. Parte de este plan incluye facilitar a las personas mayores y a sus familias el hecho de encontrar y acceder a programas y servicios ofrecidos por los gobiernos provinciales y federales, y a los proveedores de servicios. Queremos garantizar que el futuro de todos sea amistoso, seguro y lleno de apoyo. *Una guía para programas y servicios para las personas mayores de Ontario* es un recurso más para incentivar y asistir a los habitantes de Ontario a lograr ese futuro.

Mi esperanza es que el acceso a programas y servicios a los que hacemos referencia en esta guía lo asistirá efectivamente y con facilidad. Por favor acepte mis mejores deseos.

A handwritten signature in cursive script that reads 'Mario Sergio'.

Mario Sergio  
Ministro Responsable de las Personas Mayores

# UNA GUÍA

## PARA PROGRAMAS Y SERVICIOS

# PARA LAS PERSONAS MAYORES

## EN ONTARIO

Seniors' INFOline [Línea de INFORMACIÓN para personas mayores]

1-888-910-1999 – Teléfono de texto: 1-800-387-5559

Una guía para programas y servicios para las personas mayores en Ontario es su recurso para obtener información acerca de los programas y servicios disponibles para las personas mayores de Ontario. Es producido por la *Ontario Seniors' Secretariat* [Secretaría para Personas Mayores de Ontario] y distribuido por *ServiceOntario Publications* [Publicaciones ServiceOntario].

Se pueden solicitar copias adicionales por medio de *ServiceOntario Publications* llamando al 1-800-668-9938 o en Internet a [www.publications.serviceontario.ca](http://www.publications.serviceontario.ca).

Si tiene sugerencias para mejorar esta publicación, por favor complete la tarjeta comercial de devolución por correo con porte pagado que se remite adjunto y deposítela en el buzón.

La información está actualizada a enero de 2013.

Également disponible en français sous le titre Guide des programmes et services pour les personnes âgées de l'Ontario.

© Queen's Printer for Ontario, 2013  
ISBN 978-1-4606-1672-7 (Impreso)  
ISBN 978-1-4606-1646-8 (PDF)  
4M/13



# Contenido

<b>1</b>	<b>VIDA ACTIVA</b>	<b>1</b>
	Actividades comunitarias	1
	Deporte y recreación	2
	Viajes	3
	Empleo	5
	Aprendizaje de por vida	7
	Voluntariado	8
	Reconocimiento de las contribuciones de las personas mayores	9
	Servicios para los recién llegados	11
	Para personas mayores aborígenes	12
	Para personas mayores lesbianas, gays, bisexuales y transexuales	13
	Para veteranos	13
<b>2</b>	<b>CUIDADO</b>	<b>15</b>
	Crédito fiscal para cuidadores	15
	Prestaciones por empleo	16
<b>3</b>	<b>FINANZAS</b>	<b>18</b>
	Impuestos	18
	Pensiones y otras prestaciones	20
	Planificación financiera	23
	Asistencia financiera	24
	Para veteranos	25
<b>4</b>	<b>SALUD Y BIENESTAR</b>	<b>27</b>
	Información general	27
	Salud pública	28
	Plan de Seguro Médico de Ontario (OHIP)	32
	Programa de Beneficios para Medicamentos de Ontario (ODB)	34
	Atención dental	36
	Programa para Dispositivos Asistenciales	36
	Servicio de ambulancia	37
	Programas Regionales Geriátricos (RGPs) de Ontario	37
	Adicciones y salud mental	38
	Cómo evitar caídas	40
	Nutrición	41
	MedicAlert® Safely Home®	42
	Hallando el camino	43
	Servicios de apoyo comunitario	43
	Para personas mayores aborígenes	46

	Para personas mayores lesbianas, gays, bisexuales y transexuales	47
	Para veteranos	47
<b>5</b>	<b>VIVIENDA</b>	<b>48</b>
	Adaptaciones en el hogar	48
	Programas de asistencia financiera	48
	Opciones de vivienda	50
	Opciones de vivienda para personas mayores con bajos ingresos	53
	Asistencia para alquiler de emergencia	54
	Relación entre arrendador y arrendatario	54
	Para personas mayores aborígenes	54
<b>6</b>	<b>HOGARES DE ANCIANOS CON ATENCIÓN A LARGO PLAZO</b>	<b>56</b>
	Información general	56
<b>7</b>	<b>SEGURIDAD Y PROTECCIÓN</b>	<b>61</b>
	Información y protección al consumidor	61
	Servicios de emergencia y seguridad pública	65
	Cuestiones legales	67
	Últimos días de vida	73
<b>8</b>	<b>TRANSPORTE</b>	<b>79</b>
	Conducir	79
	Alternativas a la conducción	81
	Comprar o vender vehículos	82
	Transporte público	82
	Para veteranos	83
<b>9</b>	<b>CONTACTOS CLAVE</b>	<b>84</b>
<b>10</b>	<b>IDENTIFICACIÓN DEL GOBIERNO DE ONTARIO</b>	<b>87</b>
	Para cambiar su domicilio	88
<b>11</b>	<b>ÍNDICE</b>	<b>89</b>

# 1 VIDA ACTIVA

## Actividades comunitarias

Existen muchas maneras de conocer actividades culturales, recreacionales y sociales en nuestra comunidad.

Puede comenzar por comunicarse en su localidad con:

- centros comunitarios y para personas mayores
- clubes dedicados al servicio (como YMCA, Rotary Club [Club Rotario] o Royal Canadian Legion [Legión Real Canadiense])
- Centros culturales
- Lugares de culto
- Departamento de parques y recreación

2-1-1

[www.211ontario.ca](http://www.211ontario.ca)

### *Bibliotecas públicas*

Los amplios servicios de bibliotecas públicas y de las Naciones Aborígenes de Ontario proporcionan distintos servicios para personas mayores y sus familias en un ambiente cordial, accesible y amistoso. Aparte de prestar libros y otros materiales, las bibliotecas brindan acceso a Internet y capacitación, materiales de referencia y talleres.

Ontario Library Services [Servicios de bibliotecas de Ontario] – North [Norte]

1-800-461-6348

[www.olsn.ca](http://www.olsn.ca)

Southern Ontario Library Service [Servicios de bibliotecas del sur de Ontario]

1-800-387-5765

[www.sols.org](http://www.sols.org)

### *Centros para adultos de la tercera edad*

Los centros para adultos de la tercera edad (en ocasiones llamados centros para personas mayores o centros para ancianos) ayudan a que las personas mayores de la localidad estén activos, se involucren más en su comunidad y conozcan nuevos amigos. Estos centros ofrecen actividades sociales únicas, oportunidades de aprendizaje y educación y programas de recreación.

Older Adult Centres' Association of Ontario [Asociación de Centros para Adultos de la Tercera edad de Ontario]  
1-866-835-7693  
[www.oacao.org](http://www.oacao.org)

Para encontrar un centro para ancianos, por favor contáctese con su municipalidad o llame al 2-1-1.

## Deporte y recreación

Existen muchos beneficios para la salud al ser físicamente activo, incluyendo mejoras en el estado físico, fuerza y bienestar. El ejercicio regular es una parte importante del envejecimiento sano. Para obtener consejos acerca de cómo puede mejorar su actividad física, mantener buena salud y mejorar su calidad de vida, visite:

Physical Activity Tips for Older Adults [Consejos sobre actividad física para adultos de la tercera edad]  
[www.publichealth.gc.ca/paguide](http://www.publichealth.gc.ca/paguide)

Canadian Physical Activity Guidelines [Pautas canadienses para la actividad física]  
[www.csep.ca/guidelines](http://www.csep.ca/guidelines)

### *Juegos para las personas mayores de Ontario*

También conocidos como Ontario 55+ Summer Games [Juegos de verano para los de 55+ de Ontario] y Ontario 55+ Winter Games [Juegos de invierno para los de 55+ de Ontario], los juegos para las personas mayores de Ontario incluyen competiciones provinciales con una variedad de eventos para adultos de la tercera edad. Realizados cada dos años en años alternos, estos juegos permiten que los adultos a partir de los 55 años interactúen en un ambiente que celebra un estilo de vida sano y activo.

Ontario Seniors Games Association [Asociación de juegos para las personas mayores de Ontario]  
1-800-320-6423  
[www.ontarioseniorgames.ca](http://www.ontarioseniorgames.ca)

### *Parques de Ontario*

Los parques provinciales de Ontario ofrecen tarifas reducidas para acampar y pasar el día a personas mayores de 65 y a personas con discapacidad física. Varios parques de Ontario ofrecen instalaciones fácilmente accesibles, incluyendo duchas, baños, lugares para acampar y centros de información. El servicio Park Locator [localizador de parques] de [OntarioParks.com](http://OntarioParks.com) permite a los visitantes buscar parques con instalaciones fácilmente accesibles. Muchos campamentos



tienen espacio para casas rodantes y también pueden proporcionar conexiones eléctricas y estaciones para casas rodantes remolcables.

1-888-ONT-PARK (1-888-668-7275)  
Teléfono de texto: 1-866-686-6072  
[www.ontarioparks.com](http://www.ontarioparks.com)

## ***Caza y pesca***

Si es una persona mayor de 65 años de edad o residente canadiense con una discapacidad, no es un requisito para usted obtener una tarjeta de actividades al aire libre o un permiso de pesca para pescar en Ontario. Sin embargo, debe cumplir con todas las normas, incluso con los límites de pesca y posesión. Si desea cazar en Ontario, deberá obtener una tarjeta de actividades al aire libre y debe tener un permiso válido para las especies o el grupo de especies que está cazando. Deberá llevar consigo el permiso y cualquier identificación de validación mientras está cazando y deberá mostrar el permiso a un funcionario de conservación, si éste se lo solicita.

Ministry of Natural Resources [Ministerio de Recursos Naturales]  
Outdoors Card Centre [Centro de tarjeta de actividades al aire libre]  
1-800-387-7011  
[www.ontario.ca/outdoorscard](http://www.ontario.ca/outdoorscard)

## **Viajes**

### ***Viajar en Ontario***

Gran parte de las atracciones turísticas de Ontario ofrecen tarifas con descuentos para las personas mayores, mientras que algunos ofrecen programas creados especialmente para las personas mayores. Visite un Ontario Travel Information Center [Centro de información de viajes en Ontario] para saber más acerca de las atracciones de Ontario y para diseñar a la medida un itinerario basado en sus intereses.

Ontario Travel [Viajes en Ontario]  
1-800-ONTARIO (1-800-668-2746)  
[www.ontariotravel.net](http://www.ontariotravel.net)

### ***Viajes fuera de Ontario o Canadá***

Si se encuentra temporalmente fuera de Ontario o de Canadá, OHIP puede cubrir todos o parte de sus costos de atención médica. Si está por viajar fuera de Ontario, pero dentro de Canadá y paga servicios de salud, presente una factura detallada y recibos originales en su oficina local de OHIP dentro del plazo de un año para obtener un reintegro.

Si está por viajar fuera de Canadá, OHIP pagará una tarifa establecida para servicios médicos y hospitalarios de emergencia por una condición aguda o inesperada, una enfermedad, dolencia o lesión que requiera tratamiento inmediato. Para cubrir los gastos médicos no pagados por OHIP, debe contratar un seguro médico privado para todos los viajes fuera de Ontario y Canadá.

Si está inscrito en el programa de beneficios para medicamentos de Ontario, puede recibir una provisión máxima de medicamentos para cubrir hasta 100 días. Si requiere una segunda provisión para 100 días debido a una futura ausencia de Ontario extendida, proporcione una carta a su farmacéutico (escrita por usted) confirmando su ausencia o proporcione una copia de su seguro de viaje demostrando que se va a ausentar de Ontario entre 100 y 200 días. Su receta deberá permitirle una provisión extra para 100 días.

Ministry of Health and Long-Term Care [Ministerio de Salud y Atención a Largo Plazo]  
Service Support Contact Centre [Centro de contacto con apoyo en el servicio]  
1-866-532-3161  
Teléfono de texto: 1-800-387-5559  
[www.ontario.ca/ruq](http://www.ontario.ca/ruq)

Para saber más acerca de OHIP o del Ontario Drug Benefit Program [Programa de beneficios para medicamentos de Ontario], por favor remítase a la sección Salud y bienestar de esta guía.

### *Jubilación en el exterior*

La publicación *Retirement Abroad: [Jubilación en el exterior:] Seeing the Sunsets [Mirar los atardeceres]* del Federal Department of Foreign Affairs and International Trade [Departamento Federal de Relaciones Exteriores y Comercio Internacional], ofrece información y consejos para las personas que piensan en su retiro en otro país, ya sea por temporadas o de forma permanente.

Enquiries Service - Foreign Affairs Canada [Servicio de Informes – Relaciones Exteriores de Canadá]  
1-800-267-8376  
[www.travel.gc.ca/travelling/publications/retirement-abroad](http://www.travel.gc.ca/travelling/publications/retirement-abroad)

### *Canadian Snowbird Association [Asociación canadiense de los que huyen de la nieve]*

La Canadian Snowbird Association es la asociación oficial de Canadá que se dedica a defender y mejorar los derechos y privilegios de todos los viajeros canadienses.

1-800-265-3200  
www.snowbirds.org

## Empleo

En 2006, entró en vigencia la legislación que eliminó la jubilación obligatoria proporcionando mayor justicia y opciones para trabajadores a partir de los 65 años de edad que ahora pueden decidir por sí mismos cuándo jubilarse, si es que desean hacerlo.

### *Employment Ontario [Empleo en Ontario]*

Employment Ontario es una red integrada de empleo y capacitación que facilita a los habitantes de Ontario encontrar el empleo y los servicios y programas de capacitación que necesitan. La información y los servicios de referencia se ofrecen en 25 idiomas.

Employment Ontario Contact Centre [Centro de contacto de empleo en Ontario]  
1-800-387-5656  
Teléfono de texto: 1-866-533-6339  
www.ontario.ca/employment

- **Employment Service [Servicio de empleo]**  
El objetivo del servicio de empleo es proporcionar a los habitantes de Ontario un mejor acceso a todos los servicios de empleo que necesitan en una localidad para ayudarlos a encontrar y mantener un trabajo, inscribirse en capacitación y planificar una carrera.
- **Targeted Initiative for Older Workers [Iniciativa dirigida a personas mayores trabajadoras]**  
Esta iniciativa ayuda a los trabajadores desempleados entre 55 y 64 años de edad a incrementar su capacidad de encontrar y mantener un empleo a medida que cambia la economía local. Se encuentra disponible en comunidades específicas de menos de 250.000 personas que tienen alto nivel de desempleo o dependen en gran parte de industrias únicas. Se puede encontrar una lista de proveedores de servicio en comunidades designadas visitando [www.ontario.ca/rur](http://www.ontario.ca/rur).
- **Ontario Self-Employment Benefit Program [Programa de prestaciones para trabajadores autónomos de Ontario]**  
Este programa proporciona a las personas desempleadas que son o fueron recientemente elegibles para el seguro de desempleo un ingreso o apoyo empresarial mientras desarrollan e inician su propio negocio.

- **Ontario Job Creation Partnerships [Sociedades para la creación de puestos de trabajo en Ontario]**  
Este programa está diseñado para mejorar las posibilidades de empleo a largo plazo de personas elegibles para o que reciben beneficios de seguro de desempleo proporcionándoles oportunidades para obtener experiencia laboral.
- **Second Career [Segunda carrera]**  
El objetivo de Second Career es apoyar a los trabajadores elegibles temporalmente suspendidos a obtener capacitación en las habilidades que necesitan para ayudarlos a conseguir empleo en ocupaciones con posibilidades demostradas en el mercado laboral. El programa ofrece hasta \$28.000 para instrucción, libros, transporte y otros gastos relacionados con la capacitación. Este monto puede ser mayor para personas con discapacidad.

### ***Ontario Job Bank [Banco laboral de Ontario]***

El Banco laboral de Ontario es una red en Internet de publicaciones nacionales de puestos de trabajo para todos los canadienses.

[www.jobbank.gc.ca](http://www.jobbank.gc.ca)

### ***Ontario WorkinfoNet (OnWIN)***

OnWIN es un directorio de Internet gratuito y bilingüe (en inglés y francés) que proporciona a los habitantes de Ontario oportunidades actuales y relevantes para su carrera y para hacer voluntariado, e información del mercado laboral. Las personas mayores pueden usar OnWIN para tomar decisiones con conocimiento de causa acerca de oportunidades de capacitación adicional, empleo y voluntariado.

[www.onwin.ca](http://www.onwin.ca)

### ***Ontario Skills Passport [Pasaporte a las habilidades de Ontario]***

Este sitio web gratuito y bilingüe (en inglés y francés) proporciona descripciones de las habilidades esenciales y los hábitos laborales e información actual acerca de oportunidades sobre educación, capacitación y mercado laboral tanto a nivel local como provincial.

[www.ontario.ca/skillspassport](http://www.ontario.ca/skillspassport)

### ***Employment Standards Act [Ley de Estándares de Empleo] (ESA)***

Todos los habitantes de Ontario tienen derecho a ser tratados justamente en el lugar de trabajo. La ESA establece los estándares mínimos que los empleadores y empleados deben cumplir. Si usted tiene un empleo en Ontario, probablemente está protegido por la ESA.

Employment Standards Information Centre [Centro de información sobre estándares de empleo]  
1-800-531-5551  
Teléfono de texto: 1-866-567-6339  
[www.ontario.ca/employmentstandards](http://www.ontario.ca/employmentstandards)

### *Profesionales capacitados en el exterior*

Si usted es un profesional capacitado en el exterior, Ontario cuenta con varios programas puente que podrían ayudarlo.

[www.settlement.org](http://www.settlement.org)

Para conocer más acerca del Compassionate Care Benefit Program [Programa de prestaciones de atención compasiva], Family Medical Leave [Licencia familiar y médica] y Personal Emergency Leave [Licencia por emergencia personal], por favor remítase a la sección CUIDADO de esta guía.

## Aprendizaje de por vida

### *Cursos de enseñanza para adultos y educación a distancia*

Muchos consejos escolares, institutos de enseñanza superior y universidades de Ontario ofrecen oportunidades de enseñanza para adultos y educación a distancia. Algunos ofrecen descuentos especiales para personas mayores.

- Consejos escolares: [www.ontario.ca/rus](http://www.ontario.ca/rus)
- Universidades: [www.ontario.ca/education-and-training/ontario-universities](http://www.ontario.ca/education-and-training/ontario-universities)
- Institutos de enseñanza superior: [www.ontario.ca/education-and-training/ontario-colleges](http://www.ontario.ca/education-and-training/ontario-colleges)
- Ontario aprende: [www.ontariolearn.com](http://www.ontariolearn.com)
- Educación a distancia: [www.canlearn.ca/eng/preparing/find/ded.shtml](http://www.canlearn.ca/eng/preparing/find/ded.shtml)

### *Red de contactos de la tercera edad*

Esta red de contactos consiste en grupos autónomos de personas mayores que comparten experiencias de aprendizaje en una amplia gama de temas.

[www.thirdagenetwork.ca](http://www.thirdagenetwork.ca)

### *Independent Learning Centre [Centro de aprendizaje independiente]*

Este centro brinda educación a distancia y exámenes de General Educational Development [Desarrollo de Educación General] (GED). Ofrece una manera

alternativa para que las personas puedan obtener el título de estudios secundarios en Ontario.

1-800-387-5512

[www.ilc.org](http://www.ilc.org)

### *Capacitación en computación*

Las bibliotecas públicas imparten cursos para usuarios principiantes y más avanzados. La mayoría de los cursos es gratuita.

2-1-1

[www.211ontario.ca](http://www.211ontario.ca)

Los centros para adultos de la tercera edad ofrecen programación educacional que puede incluir capacitación en computación. Para encontrar un centro cercano a su domicilio, llame al 1-866-835-7693 o visite [www.oacao.org](http://www.oacao.org)

El Lifelong Learning Plan [Plan de aprendizaje de por vida] le permite retirar dinero de su RRSP para ayudar a pagar educación de tiempo completo para usted, su esposa/o o cónyuge por convivencia. Por favor remítase a la sección FINANZAS de esta guía para obtener más información.

## **Voluntariado**

### *Ontario Volunteer Centre Network [Red del centro de voluntarios de Ontario]*

Esta organización ayuda a reunir a voluntarios y agencias y actúa como la voz provincial para los centros de voluntarios de Ontario.

905-238-2622

[www.ovcn.ca](http://www.ovcn.ca)

### *Volunteer Canada [Voluntarios Canadá]*

Esta organización bilingüe (en inglés y francés) sin fines de lucro promueve el voluntarismo en todo Canadá incentivando la participación comunitaria y reconociendo los esfuerzos de los voluntarios.

1-800-670-0401

[www.volunteer.ca](http://www.volunteer.ca)

Si deseara ser voluntario para ayudar a otras personas a completar sus formularios de declaraciones impositivas, tenga en cuenta el Community Volunteer

Income Tax Program [Programa de voluntarios comunitarios para impuestos a las ganancias] dirigido por la Canada Revenue Agency [Agencia Tributaria de Canadá]. Por favor remítase a la sección FINANZAS para obtener mayor información.

## Reconocimiento de las contribuciones de las personas mayores

### *Mensajes de felicitaciones*

Puede destacar una ocasión especial solicitando un mensaje de felicitaciones de:

**Su Majestad la Reina:** para canadienses que celebran su cumpleaños 100 o más y para parejas que celebran su aniversario 60 de bodas o más (en intervalos de cinco años).

Rideau Hall – Anniversary Section [Sección de aniversarios]  
1-800-465-6890  
[www.gg.ca](http://www.gg.ca) (> FAQ)

**El Gobernador General de Canadá:** para canadienses que celebran su cumpleaños 90 o más (en intervalos de cinco años) y para parejas que celebran su aniversario 50 de bodas o más (en intervalos de cinco años).

Rideau Hall – Anniversary Section [Sección de aniversarios]  
1-800-465-6890  
[www.gg.ca](http://www.gg.ca) (> FAQ)

**El Gobernador Teniente de Ontario:** para los habitantes de Ontario que celebran su cumpleaños 90 o más y para parejas que celebran su aniversario 50 de bodas o más.

[www.ontario.ca/rut](http://www.ontario.ca/rut)

**El Primer Ministro de Canadá:** para canadienses que celebran su cumpleaños 65 o más (en intervalos de cinco años) y para parejas que celebran su aniversario 25 de bodas o más (en intervalos de cinco años).

Executive Correspondence Services [Servicios ejecutivos de correspondencia]  
Congratulatory Messages [Mensajes de felicitaciones]  
613-941-6901  
[www.pm.gc.ca/eng/greetings.asp](http://www.pm.gc.ca/eng/greetings.asp)

**La Premier de Ontario:** para habitantes de Ontario que celebran su cumpleaños 80 o más y para parejas que celebran su aniversario 40 de bodas o más.

[www.ontario.ca/wp65](http://www.ontario.ca/wp65)

El miembro del Parlamento y/o miembro del parlamento provincial correspondiente a su localidad: por una variedad de ocasiones. Para mayor información, contáctese con la oficina de distrito electoral del Miembro del Parlamento Local (MP) o Miembro del Parlamento Provincial (MPP).

Para encontrar su MPP:

Elections Ontario [Elecciones en Ontario]  
1-888-668-8683

[www.elections.on.ca](http://www.elections.on.ca) [(> Find Your Electoral District) (<Encontrar su distrito electoral)]

Para encontrar su MP:

Elections Canada [Elecciones en Canadá]  
1-800-463-6868

Teléfono de texto: 1-800-361-8935

[www.elections.ca](http://www.elections.ca) [(> Voter Information Service) (>Servicio de información para el votante)]

## *Galardones en honor a las personas mayores*

La Honours and Awards Secretariat [Secretaría de Honores y Galardones] administra los programas de reconocimiento y medallas de Ontario, así como también conmemoraciones y celebraciones especiales.

Los galardones provinciales en honor a las personas mayores incluyen:

- **Senior Achievement Awards [Galardones por logros de las personas mayores]:** reconoce a los habitantes de Ontario mayores de 65 años que realizaron contribuciones sobresalientes en cualquier campo.  
[www.ontario.ca/uj97](http://www.ontario.ca/uj97)
- **Senior of the Year Award [Galardón a la persona mayor del año]:** se presenta por cada municipalidad de Ontario a un individuo mayor de 65 años que haya enriquecido la vida social, cultural o cívica de la comunidad.  
[www.ontario.ca/ruw](http://www.ontario.ca/ruw)

## *Eventos anuales*

No olvide marcar estas fechas especiales en su calendario.

**Seniors' Month [Mes de las personas mayores]:** se celebra cada mes de junio en Ontario, es un momento para reconocer las tantas contribuciones que las personas mayores realizaron a sus familias, su comunidad, provincia y país.

1-888-910-1999

Teléfono de texto: 1-800-387-5559

[www.ontario.ca/seniorsmonth](http://www.ontario.ca/seniorsmonth)



Nacional Seniors' Day [Día nacional de las personas mayores]: celebrado el 1 de octubre, honra a las personas mayores que ayudaron a construir nuestro país y continúan realizando contribuciones valiosas a la sociedad.

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

International Day of Older Persons [Día internacional de las personas de la tercera edad]: también celebrado el 1 de octubre, es un día designado por las Naciones Unidas reconociendo las contribuciones importantes de las personas mayores en todo el mundo.

[www.un.org/en/events/olderpersonsday](http://www.un.org/en/events/olderpersonsday)

## Servicios para los recién llegados

Ontario tiene el mayor porcentaje de personas mayores inmigrantes de Canadá. Si usted es una persona mayor inmigrante, existen muchos programas y servicios que se le pueden ofrecer en su comunidad local.

### *Newcomer Settlement Program [Programa para el establecimiento de los recién llegados]*

Por medio de este programa, se proporcionan fondos provinciales para las agencias de la comunidad que ayudan a los recién llegados a establecerse e integrarse en Ontario. Estas agencias de la comunidad ayudan a los recién llegados a conectarse con el idioma, capacitación laboral y servicios comunitarios, como por ejemplo atención médica. Los servicios son gratuitos y con frecuencia están disponibles en distintos idiomas.

[www.ontario.ca/bd2s](http://www.ontario.ca/bd2s)

### *Settlement.Org*

Este sitio web ofrece información y recursos para ayudar a los recién llegados a establecerse en Ontario. Los temas incluyen empleo, educación, vivienda, atención médica y recreación. Parte de esta información está disponible en distintos idiomas.

2-1-1

[www.settlement.org](http://www.settlement.org)

### *Ontario Immigration Portal [Portal de inmigración de Ontario]*

Este portal proporciona información acerca de lo que necesita saber como inmigrante a Ontario desde antes de su solicitud hasta después de su llegada.

[www.ontarioimmigration.ca](http://www.ontarioimmigration.ca)

## *Cómo aprender inglés o francés*

Se ofrecen clases de inglés o francés como segundo idioma (ESL/FSL) en las juntas escolares locales. Se encuentra disponible una amplia gama de capacitación, desde los niveles principiantes hasta los más avanzados. Algunas juntas escolares ofrecen clases especialmente para personas mayores. Para más información, contáctese con las juntas escolares locales o visite [www.ontarioimmigration.ca](http://www.ontarioimmigration.ca)

Language Instruction for Newcomers to Canada [El Programa de Instrucción de Idiomas para los Recién Llegados a Canadá] (LINC) es financiado por el gobierno federal. Para encontrar clases gratuitas de LINC cerca suyo, contáctese con una organización local de servicio al inmigrante o con Citizenship and Immigration Canada [Ciudadanía e Inmigración en Canadá]. Debe ser un residente permanente de Canadá para ser elegible para este programa.

Citizenship and Immigration Canada [Ciudadanía e Inmigración en Canadá]  
1-888-242-2100  
TTY: 1-888-576-8502  
[www.servicesfornewcomers.cic.gc.ca](http://www.servicesfornewcomers.cic.gc.ca)

Algunas universidades, institutos de enseñanza superior, escuelas privadas de idiomas y organizaciones comunitarias también ofrecen clases de idiomas. Para más información, contáctese directamente con estos grupos.

## **Para personas mayores aborígenes**

### *Artistas aborígenes en las escuelas*

Este programa es parte de los artistas del Consejo de Artes de Ontario en programas de educación. Ayuda a los artistas aborígenes y ancianos a proporcionar experiencias de aprendizaje en artes en las escuelas de Ontario.

Ontario Arts Council  
1-800-387-0058  
[www.arts.on.ca](http://www.arts.on.ca)

### *Programa de legado de ancianos y jóvenes*

Este programa se creó para ofrecer financiamiento del programa para las organizaciones de aborígenes que desean trabajar con ancianos y jóvenes aborígenes basándose en un proyecto sobre todas las formas de prácticas de arte contemporáneo o tradicional. Por medio de este programa, las organizaciones de arte aborígenes ayudan a los ancianos a pasar su legado de práctica artística a las generaciones siguientes.

Canada Council for the Arts [Consejo de las Artes de Canadá]  
1-800-263-5588  
Teléfono de texto: 1-866-585-5559  
[www.canadacouncil.ca/grants/aboriginal](http://www.canadacouncil.ca/grants/aboriginal)

## Para personas mayores lesbianas, gays, bisexuales y transexuales

### *El centro comunitario de 519 Church Street*

Este centro comunitario del centro de Toronto ofrece una amplia gama de programas y servicios, incluyendo el programa Personas mayores lesbianas, gays, bisexuales, transexuales (LGBT), el cual ofrece un programa de visita semanal y un club de lectores mensual para hombres y mujeres LGBT mayores de 50 años.

416-392-6874  
[www.the519.org](http://www.the519.org)

### *Red de orgullo de las personas mayores*

Esta red es una asociación de grupos comunitarios, de individuos y organizaciones que están comprometidos en expandir programas y servicios para individuos LGBTQ mayores de 50 años en Toronto y en todo Canadá.

Dirigir correspondencia a: The 519 Church Street Community Centre [El centro comunitario de 519 Church Street]  
416-392-6874  
[www.seniorpridenetwork.com](http://www.seniorpridenetwork.com)

## Para veteranos

### *Royal Canadian Legion (RCL) Ontario Provincial Command [Jefatura Provincial de Ontario de la Legión Real Canadiense (RCL)]*

La jefatura de Ontario de la RCL tiene más de 400 secciones en toda la provincia. Las legiones tienen como objetivo recordar a quienes dieron sus vidas por la libertad y cuidan las necesidades de los veteranos, sus dependientes y de quienes aún están al servicio de las fuerzas armadas canadienses.

905-841-7999  
[www.on.legion.ca](http://www.on.legion.ca)

*Royal Canadian Legion (RCL) Manitoba and Northwestern Ontario Command [Jefatura de Manitoba y de Ontario Noroccidental de la Legión Real Canadiense (RCL)]*

La jefatura de Manitoba y de Ontario noroccidental de la RCL incluye más de 150 secciones, 30 de las cuales están ubicadas en Ontario noroccidental.

204-233-3405

[www.mbnwo.ca](http://www.mbnwo.ca)

*Proyecto de la memoria*

Una iniciativa en desarrollo del Historica-Dominion Institute [Instituto del dominio histórico], el proyecto de la memoria hace una crónica de la participación militar de Canadá desde la Primera Guerra Mundial hasta la Era Moderna. Este archivo nacional bilingüe (en inglés y francés) aloja una colección sin precedentes de entrevistas orales, productos digitalizados y objetos de interés que cuentan nuestras historias de servicio y sacrificio. Si deseara unirse a la Veterans' Speakers Bureau [Oficina de portavoces de los veteranos], el instituto coordinará visitas a las aulas para que usted comparta su historia con estudiantes en escuelas locales.

The Historica-Dominion Institute [El instituto de dominio histórico]

1-866-701-1867

[www.thememoryproject.com](http://www.thememoryproject.com)

## 2 CUIDADO

Los cuidadores proporcionan atención continua a miembros de la familia y amigos que tienen una condición de salud física, cognitiva o mental. El cuidado no es nuevo, pero los cuidadores actuales brindan una atención más compleja durante un período de tiempo más prolongado que nunca.

Si usted es un cuidador, es importante conocer sus necesidades y si existen apoyos comunitarios disponibles que puedan ayudarlo. También es importante comenzar a hablar pronto con los miembros de su familia acerca de lo que desean a medida que envejecen y remarcar el papel fundamental de la planificación legal y financiera.

Además, es posible que desee conocer más acerca de los servicios de atención domiciliaria y comunitaria que cumplen las necesidades de las personas mayores, los ancianos débiles y otros. Los Community Care Access Centres [Centros de Acceso de Atención Comunitaria] (CCAC) y los Community Support Services [Servicios de apoyo comunitario] brindan estos servicios. El CCAC de su localidad puede proporcionar una evaluación para un individuo que requiere atención domiciliaria y explicar las opciones de atención en la comunidad.

Para más información acerca de los servicios domiciliarios, comunitarios y residenciales disponibles para las personas mayores, por favor visite [www.ontario.ca/rux](http://www.ontario.ca/rux).

Para obtener información acerca de los servicios de apoyo comunitarios, por favor remítase a la sección SALUD Y BIENESTAR de esta guía.

### Crédito fiscal para cuidadores

Puede haber créditos fiscales disponibles para la “persona que proporciona el apoyo” de acuerdo con el Disability Tax Credit [Crédito fiscal por discapacidad] y el Medical Expense Tax Credit [Crédito fiscal por gastos médicos]. Como créditos fiscales no reintegrables, estos créditos pueden reducir el monto de los impuestos federales o provinciales que usted debe, pero no constituyen una prestación de dinero en efectivo.

Además, usted puede tener la posibilidad de reclamar el Caregiver Amount [Monto de cuidador] si está manteniendo un hogar para un familiar dependiente elegible. A diferencia de los créditos fiscales por discapacidad y gastos médicos, éste no puede ser reclamado si la persona a la que usted cuida es su esposa/o o cónyuge por convivencia.

Si tiene un dependiente con una discapacidad física o mental, es posible que usted también sea elegible para reclamar \$2.000 adicionales en concepto de Family Caregiver Amount [Monto de cuidador familiar] en el cálculo de ciertos créditos fiscales no reintegrables.

Canada Revenue Agency  
1-800-959-8281  
Teléfono de texto: 1-800-665-0354  
[www.cra-arc.gc.ca/disability](http://www.cra-arc.gc.ca/disability)

Para más información sobre créditos fiscales, por favor remítase a la sección FINANZAS de esta guía.

## Prestaciones por empleo

### *Compassionate Care Benefit Program [Programa de prestaciones de atención compasiva]*

Uno de los desafíos más difíciles de la vida es cuidar a un miembro de la familia gravemente enfermo. Los cuidadores enfrentan muchas demandas emocionales, físicas y financieras. Durante estos momentos de gran tensión no debe verse obligado a elegir entre conservar su empleo y cuidar a su familia. Las prestaciones de atención compasiva son beneficios federales de seguro de desempleo que se pagan a aquellas personas que deben ausentarse temporalmente del trabajo para brindar atención o apoyo a un miembro de la familia que se encuentra muy enfermo, quien tiene un riesgo de muerte significativo dentro de las próximas 26 semanas. Se puede pagar un máximo de seis semanas de prestaciones de atención compasiva a individuos elegibles.

Service Canada  
1-800-206-7218  
Teléfono de texto: 1-800-926-9105  
[www.sdc.gc.ca/en/ei/types/compassionate\\_care.shtml](http://www.sdc.gc.ca/en/ei/types/compassionate_care.shtml)

### *Licencia familiar y médica*

Aún en el caso que reúna las condiciones necesarias para prestaciones de atención compasiva, usted quiere tener la seguridad de que su empleador le mantendrá su empleo durante su ausencia. La licencia médica y familiar de Ontario le permite tomarse hasta ocho semanas de licencia en un período de 26 semanas para cuidar a ciertos miembros de la familia que tienen una condición médica grave con un riesgo grave de muerte dentro de las próximas 26 semanas. Esta licencia es sin sueldo, por lo tanto, aunque su trabajo está protegido, usted no cobrará su sueldo mientras se ausenta de su trabajo. Si no reúne las

condiciones para las prestaciones federales de atención compasiva, aún puede tener la posibilidad de tomar una licencia médica y familiar sin sueldo.

Employment Standards Information Centre [Centro de información sobre estándares de empleo]

1-800-531-5551

Teléfono de texto: 1-866-567-8893

[www.ontario.ca/ruy](http://www.ontario.ca/ruy)

### *Licencia por emergencia personal*

Algunos empleados tienen derecho a tomarse hasta 10 días de licencia por emergencia personal con protección del empleo, sin sueldo, todos los años. Esta licencia se puede tomar en caso de enfermedad, lesión o emergencia médica personal y en el caso de fallecimiento, enfermedad, lesión, emergencia médica o cuestión urgente relacionada con ciertos miembros de la familia, incluso familiares dependientes.

Employment Standards Information Centre [Centro de información sobre pautas de empleo]

1-800-531-5551

Teléfono de texto: 1-866-567-8893

[www.ontario.ca/ruz](http://www.ontario.ca/ruz)

# 3 FINANZAS

## Impuestos

Si usted es una persona mayor, existen muchas razones por las que debe completar un formulario anual de declaración impositiva personal, aunque no tenga ingresos que declarar. Por ejemplo:

- El crédito por Impuesto sobre Bienes y Servicios/Impuesto sobre Ventas (GST/HST), un pago trimestral libre de impuestos que ayuda a compensar todo o parte del GST o HST que usted paga.
- Créditos fiscales reintegrables o garantía de que usted puede ser elegible aunque no tenga ingresos o no haya pagado impuestos.
- Programas de pensión que se renuevan automáticamente cuando completa su formulario de declaración impositiva, como puede ser seguro de vejez, ingreso suplementario garantizado, subsidio y subsidio para el familiar de la persona fallecida.

Existen otros programas gubernamentales de ingresos para canadienses de mayor edad, pero debe solicitar la mayoría de ellos. No recibirá beneficios automáticamente. Muchos programas usan su declaración de impuestos sobre las ganancias para determinar si es elegible. Completar su declaración impositiva antes del 30 de abril de cada año es la mejor manera de asegurar que está obteniendo las prestaciones que usted es elegible para recibir.

Canada Revenue Agency (CRA)  
1-800-959-8281  
Teléfono de texto: 1-800-665-0354  
[www.cra-arc.gc.ca](http://www.cra-arc.gc.ca)

### *Cómo completar su formulario de declaración impositiva*

Usted puede preparar y completar su declaración impositiva en papel o electrónicamente. Si envía un formulario de papel, incluya toda la información que muestra sus ingresos y sus deducciones y quédese con una copia del informe para referencias futuras. Si completa su declaración electrónicamente, existen programas que pueden ayudarlo, como por ejemplo NETFILE. Los paquetes impositivos se encuentran disponibles en los puntos de venta del correo de Canadá y en las oficinas de servicio de Canadá o se pueden descargar e imprimir del sitio web de CRA en [www.cra-arc.gc.ca](http://www.cra-arc.gc.ca).

Si usted tiene derecho a una devolución de impuestos, la CRA la emitirá. Si usted debe dinero, existen una cantidad de posibilidades para que pueda pagarlo, incluso usando el servicio de pago electrónico de la CRA llamado “My Payment”



[Mi Pago]. También puede pagar por medio de un banco o adjuntando un cheque o un giro postal extendido al Receiver General [Recaudador general] en la parte delantera de su formulario cuando lo complete. Si elige esta opción, asegúrese de incluir su número de seguro social en la parte trasera del cheque.

Canada Revenue Agency [Agencia Tributaria de Canadá]  
Teléfono para devolución impositiva: 1-800-959-1956  
Acuerdos de pagos 1-888-863-8657  
Teléfono de texto: 1-800-665-0354

Si usted es el albacea del patrimonio, es el responsable de completar el formulario de declaración impositiva de la persona fallecida. Para más información, por favor remítase a la sección SEGURIDAD Y PROTECCIÓN [ÚLTIMOS DÍAS DE VIDA].

### *“Learning About Taxes [“Cómo aprender sobre los impuestos”]*

Este curso gratuito que se dicta por Internet puede ayudarlo a enseñarle a preparar y completar un formulario básico de impuesto sobre las ganancias y reintegro de prestaciones. Para acceder al curso, por favor visite [www.cra-arc.gc.ca/educators](http://www.cra-arc.gc.ca/educators)

### *Programa de voluntarios comunitarios para el impuesto sobre las ganancias*

¿Necesita ayuda para completar su formulario de impuesto sobre las ganancias y reintegro de prestaciones? La Agencia Tributaria de Canadá trabaja con organizaciones comunitarias para conectar a voluntarios con individuos elegibles de bajos ingresos con situaciones impositivas simples que necesitan ayuda para preparar sus declaraciones impositivas. Si tiene un conocimiento básico del impuesto sobre las ganancias y desea ser voluntario en este programa, contáctese con una organización participante en su comunidad.

Canada Revenue Agency [Agencia Tributaria de Canadá]  
1-800-959-8281  
Teléfono de texto: 1-800-665-0354  
[www.cra-arc.gc.ca/volunteer](http://www.cra-arc.gc.ca/volunteer)

### **Prestaciones y créditos fiscales provinciales**

**Healthy Homes Renovation Tax Credit [Crédito fiscal para renovación de hogares sanos]:** Este crédito fiscal ayuda con el costo de hacer que su hogar sea más seguro y accesible. Puede ser solicitado por personas mayores propietarias y arrendatarios y por personas que comparten un hogar con una persona mayor dentro de la familia. Algunos ejemplos de gastos elegibles incluyen sillas de ruedas para duchas o cabinas de duchas, barras de sostén y pasamanos, o mostradores o armarios bajos.

Ontario Ministry of Finance [Ministerio de Finanzas de Ontario]  
1-866-668-8297  
[www.ontario.ca/healthyhomes](http://www.ontario.ca/healthyhomes)

Si usted es una persona mayor con un ingreso de bajo a moderado, puede tener la posibilidad de ser elegible para recibir lo siguiente:

- **Ontario Trillium Benefit [Beneficio Trillium de Ontario] (OTB):** El OTB combina el crédito de Ontario por impuesto sobre las ventas, el crédito de Ontario por impuesto sobre energía y bienes y el crédito de Ontario norte por energía. La mayoría de los beneficiarios recibe pagos mensuales del OTB.  
1-877-627-6645  
[www.ontario.ca/trilliumbenefit](http://www.ontario.ca/trilliumbenefit)
- **Ontario Senior Homeowners' Property Tax Grant [Concesión de impuesto a la propiedad de personas mayores propietarias de Ontario]:** Hasta \$500 por cada casa elegible para ayudar a compensar los impuestos a la propiedad si usted es propietario de su propia casa.  
1-877-627-6645  
[www.ontario.ca/seniortaxgrant](http://www.ontario.ca/seniortaxgrant)

Los cuidadores pueden ser elegibles para el crédito impositivo para cuidadores y otras prestaciones. Por favor remítase a la sección CUIDADO de esta guía para obtener más información.

Para obtener información acerca de exención de responsabilidad del impuesto a la propiedad para personas mayores o con discapacidad, por favor remítase sobre la sección VIVIENDA de esta guía.

## Pensiones y otras prestaciones

Contáctese con Service Canada [Servicio de Canadá] para obtener información acerca del Old Age Security [Programa de pensión de seguro de vejez] (OAS) o del Canada Pension Plan [Plan de pensión de Canadá] (CPP). Cuando llame, asegúrese de tener el número que aparece en el pago de su OAS o CPP, su número de seguro social o el número que figura en su tarjeta de seguro de vejez. Si desea que sus prestaciones sean depositadas directamente en su cuenta bancaria todos los meses, asegúrese de tener el número completo de su cuenta bancaria cuando llama. Puede encontrar esta información al pie de sus cheques. Si no tiene una cuenta corriente, solicite esta información en el banco.

Service Canada [Servicio de Canadá]  
1-800-277-9914  
Teléfono de texto: 1-800-255-4786  
[www.servicecanada.gc.ca](http://www.servicecanada.gc.ca)

### *Old Age Security [Pensión del Seguro de Vejez] (OAS)*

Si es mayor de 65 años y hace un mínimo de 10 años que vive en Canadá después de haber cumplido 18, puede solicitar la pensión de OAS que proporciona prestaciones mensuales a los canadienses elegibles. No es obligación estar

jubilado para recibir la pensión básica de OAS, pero debe presentar la solicitud para obtenerla. Si es una persona mayor de bajos ingresos, puede ser elegible para otras prestaciones ya a los 60 años. Si vivió o trabajó en otro país que tiene un acuerdo de seguridad social con Canadá, puede ser elegible para prestaciones de Canadá o del otro país. Para más información, remítase a la sección Prestaciones internacionales en este capítulo.

### *Guaranteed Income Supplement [Ingreso Suplementario Garantizado] (GIS)*

Si es una persona mayor con bajos ingresos que vive en Canadá y recibe prestaciones de la pensión de OAS, es posible que también reúna los requisitos para GIS. El monto que recibe se basa en su ingreso anual o en el ingreso anual combinado de usted y su esposa/o o cónyuge por convivencia. Debe solicitar esta prestación y renovarla cada año, ya sea automáticamente completando su declaración impositiva antes del 30 de abril o completando un formulario de renovación.

### *Allowance and Allowance for the Survivor [Subsidio y subsidio para el familiar de la persona fallecida]*

Si usted recibe un GIS y su esposa/o o cónyuge por convivencia (del mismo sexo o sexo opuesto) tiene entre 60 y 64 años, él o ella puede solicitar el subsidio. El subsidio para el familiar de la persona fallecida lo puede reclamar una viuda o viudo entre 60 y 64 años.

### *Otras prestaciones*

Es posible que también sea elegible para otros programas, algunos de los cuales están dirigidos a personas mayores con bajos ingresos o grupos particulares, como pueden ser los veteranos. Contáctese con Servicio Canadá para averiguar si usted es elegible para un programa en particular.

Service Canada [Servicio de Canadá]  
1-800-277-9914  
Teléfono de texto: 1-800-255-4786  
[www.servicecanada.gc.ca](http://www.servicecanada.gc.ca)

### *Guaranteed Annual Income System [Sistema de Ingreso Anual Garantizado] (GAINS)*

GAINS es un programa provincial que asegura un ingreso mínimo garantizado para las personas mayores de Ontario que reúnen los requisitos. Para ser elegible, debe ser residente de Ontario, mayor de 65 años que recibe prestaciones OAS y GIS y tener un ingreso total menor al nivel garantizado por la provincia.

Service Canada [Servicio de Canadá]  
1-800-277-9914  
Teléfono de texto: 1-800-255-4786  
www.servicecanada.gc.ca

Ministry of Finance [Ministerio de Finanzas]  
1-866-ONT-TAXS (1-866-668-8297)  
Teléfono de texto: 1-800-263-7776  
www.ontario.ca/gains

### ***Canada Pension Plan (CPP) Retirement Pension [Pensión de Jubilación del Plan de Pensión de Canadá (CPP)]***

La mayoría de las personas mayores de 18 años que trabaja en Canadá, aporta dinero al CPP. Usted y su empleador pagan la mitad de los aportes cada uno. Si usted es autónomo, paga ambas partes. Es importante recordar que debe presentar la solicitud para las prestaciones CPP. No se registra automáticamente cuando cumple 65 años.

Es posible que algunas personas reciban prestaciones CPP ya a la edad de 60, mientras que la última oportunidad que tiene para elegir comenzar a recibir la pensión es a la edad de 70. El monto que usted recibe se basa en la cantidad y el tiempo que realizó los aportes, así como también en la edad a la que comienza a recibir las prestaciones. Los ingresos a razón de las prestaciones CPP deben estar declarados en su declaración impositiva anual.

Service Canada [Servicio de Canadá]  
1-800-277-9914  
Teléfono de texto: 1-800-255-4786  
www.servicecanada.gc.ca

### ***Subsidio por discapacidad***

Si usted es un contribuyente CPP menor de 65 años y no puede trabajar debido a una discapacidad, puede ser elegible para subsidios mensuales proporcionados por el programa de subsidios por discapacidad del plan de pensión de Canadá.

### ***Survivor Benefits [Pensión para el familiar de la persona fallecida]***

Las pensiones del CPP para el familiar de la persona fallecida se pagan al patrimonio del contribuyente fallecido, a la/el esposa/o o cónyuge por convivencia de la persona fallecida (del mismo sexo o sexo opuesto) e hijos dependientes. La indemnización por fallecimiento es un pago que se realiza una única vez a, o de parte de, el patrimonio de un contribuyente CPP fallecido. La pensión para el familiar de la persona fallecida es una pensión mensual que se paga a la/el

esposa/o o cónyuge por convivencia de la persona fallecida. El subsidio a los hijos es un subsidio mensual para los hijos dependientes de un contribuyente fallecido.

### *División de pensión*

Los esposos o cónyuges por convivencia (del mismo sexo o sexo opuesto) que están juntos, que ambos son mayores de 60 años y que ambos reciben prestaciones de pensión CPP, pueden dividir sus jubilaciones del CPP. Esto puede reducir el monto de impuesto a las ganancias personales que pagan las parejas de personas mayores.

### *Prestaciones internacionales*

Este programa puede proporcionar subsidios por jubilación, discapacidad o al familiar de la persona fallecida para individuos elegibles que vivieron o trabajaron en otro país, o a la/el esposa/o, cónyuge por convivencia o hijos de individuos elegibles.

1-800-454-8731

### *Subsidio por Seguro de desempleo (EI)*

Si desea continuar trabajando después de los 65 años de edad, usted es elegible para los mismos subsidios por seguro de desempleo que los demás trabajadores de Canadá. Debe reunir las condiciones que lo califican y le dan derecho. El recibo de ingresos por pensión no le impide recibir el subsidio por seguro de desempleo. Si regresa a trabajar, acumula horas asegurables suficientes y reúne las condiciones que le dan derecho a presentar un reclamo, su ingreso por pensión no será descontado de su subsidio por seguro de desempleo.

Service Canada [Servicio de Canadá]

1-800-206-7218

Teléfono de texto: 1-800-529-3742

[www.servicecanada.gc.ca](http://www.servicecanada.gc.ca)

## **Planificación financiera**

Todos deben tener un plan financiero. Nunca es demasiado tarde para comenzar. Un buen plan incluirá su costo de vida, fuentes de ingreso, bienes, planificación impositiva, necesidades de seguro e inversiones actuales y futuras. Puede encontrar guías gratuitas en Internet que lo ayudarán a comenzar o puede comunicarse con un planificador financiero diplomado. Los consejeros en planificación de la tercera edad se especializan en trabajar con personas a partir de los 50 años de edad.

## *Registered Retirement Savings Plan (RRSP) [Plan de ahorro para el retiro] y Registered Retirement Income Fund (RRIF) [Fondo para ingreso en el retiro]*

Muchas personas eligen ahorrar en forma privada para el retiro colocando dinero en RRSP. Los aportes a RRSP son deducibles de impuestos y los intereses que usted gana en el plan son libres de impuestos. Sin embargo, los pagos realizados de un RRSP son imposables. De acuerdo con la ley, no se puede tener un RRSP después del último día del año en el que cumple 71 años de edad. Un RRIF es un fondo que proporciona ingresos durante su jubilación. Del mismo modo que con un RRSP, un RRIF es un acuerdo entre usted y un portador, como puede ser una empresa de seguros, una sociedad que se encarga de administrar fideicomisos o un banco.

## *Tax-Free Savings Account [Cuenta de Ahorros Libre de Impuestos] (TFSA)*

Esta cuenta bancaria única le permite apartar dinero libre de impuestos a lo largo de toda su vida. Cada año calendario usted puede aportar hasta el límite de dólares de TFSA por el año, más cualquier vacante de aporte TFSA no usado del año anterior. Sus prestaciones y créditos federales según sus ingresos, como OAS, GIS o EI no se deducirán como resultado del ingreso obtenido en su TFSA o el monto retirado de su TFSA. Contáctese con su institución financiera para conocer más o visite [www.cra.gc.ca/tfsa](http://www.cra.gc.ca/tfsa).

## *Lifelong Learning Plan [Plan de aprendizaje de por vida]*

Este plan le permite retirar dinero de su RRSP en concepto de pago de capacitación o educación para usted o su esposa/o o cónyuge por convivencia. Cuando retira fondos para este fin, tiene hasta 10 años para devolver el monto a su RRSP. Los estudiantes deben haber completado un programa de educación antes que finalice el año en el que cumplen 71 años.

[www.cra-arc.gc.ca](http://www.cra-arc.gc.ca)

## **Asistencia financiera**

### *Ontario Works [Asistencia social]*

Si reúne las condiciones, el programa Ontario Works le proporciona dinero para ayudar a cubrir los costos de las necesidades básicas, como alimento y alquiler. La cantidad que recibe depende de la cantidad de miembros de su familia, los ingresos, los bienes y los costos de vivienda. La oficina de su localidad encargada de Employment and Social Services [Empleo y servicio social] puede brindarle más información.

[www.ontario.ca/ru1](http://www.ontario.ca/ru1)

## *Home and Vehicle Modification Program [Programa de modificación de vivienda y vehículo]*

Dirigido por la fundación March of Dimes de Ontario, este programa proporciona fondos para modificaciones básicas de vivienda y vehículo de modo que las personas con restricciones de movilidad puedan continuar viviendo de manera segura en sus hogares y participar en sus comunidades.

Ontario March of Dimes  
1-877-369-4867 (presione “2” para hablar con el asesor de admisión)  
[www.marchofdimes.ca](http://www.marchofdimes.ca)

## **Para veteranos**

### *Galardones y pensiones por discapacidad*

El Veterans Affairs Canada [Departamento de Asuntos de Veteranos de Canadá] ofrece una amplia gama de servicios y prestaciones para los veteranos elegibles y otras personas. Existen galardones y pensiones por discapacidad disponibles para condiciones relacionadas con el servicio en la Merchant Navy [Marina Mercante], las Canadian Forces [Fuerzas Armadas Canadienses], la Royal Canadian Mounted Police [Real Policía Montada de Canadá] o con aquellos que sirvieron apoyando a las Fuerzas Armadas Canadienses en épocas de guerra o en Deberes Especiales/Áreas de Operación.

Veterans Affairs Canada [Departamento de Asuntos de Veteranos de Canadá]  
1-866-522-2122  
[www.veterans.gc.ca](http://www.veterans.gc.ca)

### *Oficina de defensores de pensiones*

Esta organización nacional de abogados que pertenece al Departamento de Asuntos de Veteranos de Canadá proporciona ayuda legal gratuita a los veteranos que no están satisfechos con las determinaciones tomadas acerca de sus reclamos de indemnización por discapacidad.

1-877-228-2250

### *War Veterans Allowance [Subsidio para veteranos de guerra]*

Este subsidio está disponible para los veteranos de la Segunda Guerra Mundial o la Guerra de Corea elegibles y de bajos ingresos. Las/Los esposas/os, los cónyuges por convivencia de la persona fallecida y los huérfanos pueden reunir las condiciones para este subsidio si el veterano o civil difunto realizó el servicio de guerra requerido.

Veterans Affairs Canada [Departamento de Asuntos de Veteranos de Canadá]  
1-866-522-2122  
www.veterans.gc.ca

### *Comisión de ayuda a los soldados de Ontario*

La comisión proporciona asistencia financiera para los veteranos aliados y canadienses que viven en Ontario y se alistaron y sirvieron en Canadá y en el extranjero en la Segunda Guerra Mundial o la Guerra de Corea y para sus cónyuges o dependientes de la persona fallecida. Se proporciona una asistencia única cada 12 meses para resolver un problema específico. Los fondos pueden asistir con la compra de artículos relacionados con la salud (audífonos, dentaduras postizas, lentes, etc.), reparaciones en el hogar, gastos de mudanza o muebles y dispositivos de ayuda (sillas de ruedas, sillas ortopédicas, etc.)

Royal Canadian Legion - Ontario Provincial Command [Legión Real Canadiense, Jefatura Provincial de Ontario]  
905-841-7999  
www.on.legion.ca

Veterans Affairs Canada [Departamento de Asuntos de Veteranos de Canadá]  
1-866-522-2122  
www.veterans.gc.ca

### *Benevolent Funds [Fondos benéficos]*

Fondos benéficos asiste a veteranos, ex personal de servicio y sus dependientes. Las solicitudes se pueden realizar por intermedio del asesor del Departamento de Asuntos de Veteranos de Canadá o del Funcionario de Servicio Provincial de la Legión Real Canadiense más cercana a su domicilio. Las solicitudes de asistencia generalmente están relacionadas con necesidades básicas (alimento, alojamiento, atención médica) y se realizan por única vez.

Royal Canadian Legion - Ontario Provincial Command [Legión Real Canadiense, Jefatura Provincial de Ontario]  
905-841-7999  
www.on.legion.ca

Veterans Affairs Canada [Departamento de Asuntos de Veteranos de Canadá]  
1-866-522-2122  
www.veterans.gc.ca



# 4 SALUD Y BIENESTAR

## Información general

Llame al 9-1-1 si se encuentra en cualquier situación en la que hay personas en riesgo y es necesaria la acción inmediata.

### *Telehealth Ontario*

Disponible 24 horas al día, los siete días de la semana, este servicio gratuito lo conecta con un enfermero autorizado que puede proporcionarle asesoramiento confidencial en cuestiones de salud e información general. Se le solicitará que describa los síntomas y responda preguntas. El enfermero autorizado luego puede sugerirle cuidados para realizar usted mismo, recomendarle que consulte a un médico o remitirlo a la asistencia comunitaria más cercana a su domicilio. Este servicio está disponible en inglés o francés, con apoyo de traducción para otros idiomas y con un número de teléfono de texto directo para quienes tienen dificultades en la audición o el habla.

1-866-797-0000

Teléfono de texto: 1-866-797-0007

[www.ontario.ca/ru2](http://www.ontario.ca/ru2)

### *Community Care Access Centre [Centro de Acceso para Atención Comunitaria] (CCAC)*

Los CCAC son agencias locales comunitarias sin fines de lucro que proporcionan un acceso simplificado a la atención domiciliaria y comunitaria. Los CCAC pueden ayudarlo a vivir de manera independiente en su propia casa durante el mayor tiempo posible. Por ejemplo, su administrador de caso CCAC puede ayudarlo a coordinar servicios domiciliarios, incluyendo enfermería, apoyo personal (ayudarlo a bañarse, vestirse, etc.), psicoterapia, terapia ocupacional, trabajo social, asesoramiento nutricional, equipamiento e insumos médicos. Además de este apoyo domiciliario, su administrador de caso CCAC puede informarle acerca de otros servicios locales comunitarios que podrían ayudarlo a usted o a su cuidador.

CCAC también es su único punto de acceso para ser admitido en un hogar de ancianos con atención a largo plazo. No puede solicitarla directamente. Su administrador de caso CCAC puede proporcionarle información acerca de hogares de ancianos con atención a largo plazo, otras alternativas de vivienda, como por ejemplo viviendas de apoyo/asistencia, hogares de retiro y apartamentos para ancianos y opciones financieras. Su administrador de caso evaluará sus posibilidades de ser admitido en un hogar de ancianos con atención a largo plazo y lo ayudará con el proceso de solicitud.

310-CCAC (310-2222)  
[www.310CCAC.ca](http://www.310CCAC.ca)

Para más información sobre las opciones de vivienda para personas mayores, por favor remítase a la sección VIVIENDA de esta guía.

## Cómo encontrar un proveedor de atención médica

Health Care Connect [Conectar la atención médica] es un programa que remite a las personas que no cuentan con un proveedor regular de atención médica familiar a médicos y enfermeros que aceptan nuevos pacientes en su comunidad.

1-800-445-1822  
[www.ontario.ca/healthcareconnect](http://www.ontario.ca/healthcareconnect)

Health Care Options [Opciones de atención médica] es una fuente de información donde encontrará todo lo que puede saber acerca de dónde buscar atención médica inmediata en su comunidad. Opciones de Atención Médica proporciona una lista de recursos de atención primaria, incluyendo centros de atención de emergencia, clínicas de atención sin turno previo o clínicas con servicio de guardia permanente, clínicas dirigidas por enfermeras, equipos de salud familiar y centros comunitarios de salud.

1-866-330-6206  
[www.ontario.ca/healthcareoptions](http://www.ontario.ca/healthcareoptions)

Doctor Search Doctor Search [Búsqueda de médicos] del Collage of Physicians and Súrgenos of Ontario [Colegio de Medicina y Cirugía de Ontario] es un servicio gratuito que proporciona información acerca de los médicos de Ontario.

[www.cpsso.on.ca/docsearch](http://www.cpsso.on.ca/docsearch)

## Salud pública

### *Public Health Units [Unidades de salud pública]*

Las unidades de salud pública ofrecen programas para fomentar la salud y prevenir enfermedades para ayudar a los habitantes de Ontario de todas las edades a que conozcan más acerca de salud, incluyendo estilos de vida saludables, control e inmunización de enfermedades contagiosas.

ServiceOntario  
1-866-532-3161  
Teléfono de texto: 1-800-387-5559  
[www.ontario.ca/ru3](http://www.ontario.ca/ru3)

## *ColonCancerCheck [Control de cáncer de colon]*

Este programa de exploración organizada es el primero de toda la provincia y está diseñado para aumentar los índices de exploración y reducir las muertes ocasionadas por cáncer colorrectal, el cual es altamente curable si se detecta a tiempo. Ontario tiene uno de los índices más altos de cáncer colorrectal en el mundo. Asegúrese de conocer los factores de riesgo:

- ¿Tiene entre 50 y 74 años de edad?
- ¿Sigue una dieta con alto contenido de grasa y bajo contenido de fibras?
- ¿Es fumador?
- ¿Consume alcohol en exceso?
- ¿Es inactivo físicamente?
- ¿Es obeso?
- ¿Tiene algún miembro de su familia con antecedentes de cáncer colorrectal, particularmente alguno de sus padres, hijos o hermanos?
- ¿Sufre de enfermedad inflamatoria intestinal (colitis ulcerosa o enfermedad de Crohn)?

Si respondió “Sí” a cualquiera de estas preguntas, su médico o enfermera pueden ayudarlo a reducir el riesgo de padecer cáncer colorrectal y recomendarle los métodos de exploración adecuados para descubrir esta enfermedad a tiempo.

1-866-410-5853

Teléfono de texto: 1-800-387-5559

[www.ontario.ca/coloncancercheck](http://www.ontario.ca/coloncancercheck)

## *Diabetes*

La diabetes es una enfermedad grave que, si se descuida, puede ocasionar complicaciones graves de salud a largo plazo, incluyendo cardiopatía, nefropatía, apoplejía, ceguera y amputación. Aunque la diabetes tipo 1 no se puede prevenir, la diabetes tipo 2 puede prevenirse con alimentación saludable, control de peso y ejercicio. Si elige un estilo de vida adecuado, ambos tipos de diabetes se pueden controlar. Los primeros síntomas de diabetes deben tomarse en serio. Consulte con un médico para controlar su glucosa (azúcar) en sangre.

Los primeros síntomas incluyen:

- Mayor sensación de sed
- Orina frecuente
- Cambio de peso repentino, ya sea que aumenta o baja de peso
- Falta de energía o sensación de mayor cansancio que lo habitual
- Visión borrosa

- Infecciones con mayor frecuencia o recurrencia
- Lesiones, como cortes o moretones, de cicatrización lenta
- Hormigueo o falta de sensación en las manos o los pies
- Problemas para tener o mantener una erección

Contáctese con las organizaciones que se detallan a continuación para conocer más acerca de las pruebas para detectar la diabetes, consejos de prevención y cómo controlar la enfermedad de un modo más efectivo.

Ontario Diabetes Strategy [Estrategia contra la diabetes en Ontario]  
[www.ontario.ca/diabetes](http://www.ontario.ca/diabetes)

ServiceOntario  
 1-866-532-3161  
 Teléfono de texto: 1-800-387-5559  
[www.ontario.ca/ru4](http://www.ontario.ca/ru4)

Canadian Diabetes Association [Asociación Canadiense Contra la Diabetes]  
 1-800-BANTING (1-800-226-8464)  
[www.diabetes.ca](http://www.diabetes.ca)

### *Prueba para determinar la densidad mineral ósea*

La osteoporosis es una enfermedad que ocasiona fragilidad en los huesos e incrementa el riesgo de fracturas. La prueba para determinar la densidad mineral ósea mide la pérdida de hueso ocasionada por osteoporosis. Los resultados pueden ayudarlo a usted y a su médico a evaluar el riesgo de futuras fracturas, determinar la necesidad de tratamiento médico y controlar el éxito del tratamiento existente. OHIP cubre pruebas anuales para detectar la densidad mineral ósea en los individuos con alto riesgo de osteoporosis y futuras fracturas, y pruebas con una menor frecuencia para individuos con menor riesgo.

ServiceOntario  
 1-866-532-3161  
 Teléfono de texto: 1-800-387-5559  
[www.ontario.ca/ru5](http://www.ontario.ca/ru5)

Osteoporosis Society of Canada [Sociedad Contra la Osteoporosis de Canadá]  
 1-800-463-6842  
[www.osteoporosis.ca](http://www.osteoporosis.ca)

### *Inmunizaciones*

Las inmunizaciones ayudan a salvar vidas y prevenir enfermedades graves. Asegurarse que sus inmunizaciones están vigentes, puede ayudarlo a protegerse usted y a sus seres queridos contra ciertas enfermedades. Las personas mayores de 65 años presentan un mayor riesgo para complicaciones que puedan surgir de

la gripe o neumonía. Como resultado, es importante que las personas mayores se apliquen la vacuna gratuita contra la gripe todos los años antes que comience la época de gripes, generalmente en octubre. La mayoría de las personas mayores se aplican la vacuna contra la neumonía una vez para estar protegidos y puede dárseles en cualquier época del año. Hable con su proveedor de atención médica para asegurarse de tener actualizadas las inmunizaciones.

### *Tratamiento de VIH*

El Canadian AIDS Treatment Information Exchange [Intercambio de Información sobre Tratamientos Contra el SIDA en Canadá] es la fuente de información actual e imparcial sobre VIH y hepatitis C en Canadá. Esta organización proporciona conocimiento, recursos y experiencia para disminuir la transmisión y mejorar la calidad de vida a las personas que conviven con VIH o hepatitis C, comunidades en riesgo, proveedores de atención médica y organizaciones comunitarias .

1-800-263-1638

[www.catie.ca](http://www.catie.ca)

La Canadian AIDS Society [Sociedad Canadiense Contra el SIDA] y la Ontario HIV Treatment Network [Red de Ontario para Tratamiento de VIH] promueven la investigación y la educación sobre VIH/SIDA y proporciona apoyo a quienes conviven con VIH/SIDA en la comunidad. La organización 2-Spirited People [Personas de 2 espíritus] de las Naciones Aborígenes de Canadá, al servicio de las personas aborígenes gays, lesbianas, bisexuales y transexuales en Toronto, ofrece programas y servicios que incluyen educación, integración, prevención, apoyo y asesoramiento acerca de VIH/SIDA para los 2-Spirited People y para otras personas que conviven y están afectadas por VIH/SIDA.

The Canadian AIDS Society [Sociedad Canadiense Contra el SIDA]

1-800-499-1986

[www.cdn aids.ca](http://www.cdn aids.ca)

The Ontario HIV Treatment Network [Red de Tratamiento de VIH en Ontario] 1-877-743 6486

[www.oh tn.on.ca](http://www.oh tn.on.ca)

2-Spirited People of the 1st Nations [Personas de 2 espíritus de las Naciones Aborígenes]

416-944-9300

[www.2spirits.com](http://www.2spirits.com)

# Ontario Health Insurance Plan [Plan de Seguro Médico de Ontario] (OHIP)

OHIP cubre una amplia gama de servicios sanitarios que son médicamente necesarios. Como residente de Ontario, debe tener una tarjeta de salud vigente de Ontario para demostrar que tiene derecho a los servicios de atención médica pagados por OHIP.

## *Elegibilidad*

Generalmente, como residente de Ontario es elegible para una cobertura médica financiada provincialmente de acuerdo con OHIP si:

- Es ciudadano canadiense, residente permanente o pertenece a los grupos de recién llegados a Canadá elegibles para OHIP, según lo establece la Ley de Seguro Médico de Ontario.
- Está físicamente presente en Ontario durante 153 días en cualquier período de 12 meses.
- Está físicamente presente en Ontario durante por lo menos 153 días de los primeros 183 días inmediatamente después de establecer residencia en la provincia.
- Su lugar principal de residencia es Ontario.

La cobertura de OHIP normalmente comienza tres meses después de la fecha en que establece residencia en Ontario. Si usted es un residente nuevo o que retorna, es altamente recomendable que contrate un seguro médico privado en caso que se enferme durante el período de carencia de OHIP.

## *Ontario Health Card [Tarjeta de Salud de Ontario]*

Los residentes de Ontario deben tener una tarjeta de salud vigente para tener derecho a los servicios de atención médica pagados por el Plan de Seguro Médico de Ontario (OHIP). Se acepta tanto una tarjeta de salud con foto como una tarjeta de salud roja y blanca para tener acceso a los servicios médicos a condición de que la tarjeta esté vigente y pertenezca a usted. Su tarjeta de salud se usa solo para acceder a los servicios de atención médica. No muestre su tarjeta ni dé a conocer el número de su tarjeta de salud a nadie, excepto a un proveedor de atención médica cuando recibe los servicios o al Ministry of Health and Long-Term Care [Ministerio de Salud y Atención a Largo Plazo].

Su tarjeta de salud con foto tiene una fecha de vencimiento que coincide con su cumpleaños. Deberá visitar un centro ServiceOntario para renovar su tarjeta y que le tomen otra fotografía. Los avisos de renovación de las tarjetas de salud con foto se envían aproximadamente con dos meses de anticipación a la fecha de

vencimiento que aparece en la parte delantera de su tarjeta, pero puede renovarla con una anticipación de seis meses a la fecha de vencimiento. Las tarjetas de salud rojas y blancas no tienen fecha de vencimiento. Si usted es mayor de 80 años, tiene la opción de renovar su tarjeta por correo, pero su nueva tarjeta de salud no incluirá su foto ni su firma.

ServiceOntario  
1-866-532-3161  
Teléfono de texto: 1-800-387-555  
[www.ontario.ca/exi2](http://www.ontario.ca/exi2)

### *Qué cubre*

- **Servicios médicos:** El ministerio cubre todos los servicios asegurados médicamente necesarios proporcionados por sus médicos. Los médicos pueden facturarle los servicios no asegurados (como solicitud de un certificado médico) si no se presenta a un turno solicitado o si su tarjeta de salud no está vigente.
- **Servicios de otros proveedores de atención médica:** Los servicios prestados por podólogos tienen una cobertura parcial según OHIP. Es posible que deba pagar el costo total o parcial de los servicios prestados por otros proveedores de atención médica, como por ejemplo fisioterapeutas. Contáctese con el Ministry of Health and Long-Term Care [Ministerio de Salud y Atención a Largo Plazo] si desea hacerle alguna pregunta acerca de los servicios prestados por otros proveedores de atención médica.
- **Servicios dentales en el hospital:** OHIP cubre algunas cirugías dentales cuando se realizan en el hospital. Usted debe pagar el costo de los servicios dentales regulares que se realizan en un consultorio dental.
- **Atención visual:** Un examen visual anual está cubierto para las personas menores de 20 y mayores de 65 años. Los pacientes entre 20 y 64 años de edad con ciertas condiciones pueden ir directamente a su optometrista o médico para recibir un examen visual asegurado por OHIP. Hable con su proveedor de atención médica primaria para conocer más sobre el tema. Si recibe asistencia del Ontario Disability Support Program [Programa de Apoyo a las Personas Discapacitadas de Ontario], Ontario Works [Asistencia social de Ontario] o del Family Benefits Program [Programa de Subsidio Familiar], su cobertura incluye exámenes visuales de rutina una vez cada dos años.
- **Northern Health Travel Grant [Subvención del Norte de Viajes por Salud]:** Si vive en la zona norte de Ontario y debe viajar largas distancias para obtener una atención médica especializada, es posible que sea elegible para este programa. 1-800-461-4006
- **Servicios en otras provincias y territorios de Canadá:** La mayoría de sus beneficios de cobertura médica los puede usar en todo Canadá. La provincia o territorio que está visitando generalmente le facturará directamente a Ontario. Si tiene que pagar los servicios médicos que recibe en otra parte de Canadá,

presente sus recibos en la oficina de su ministerio local para que se considere su reintegro. Los medicamentos por receta de farmacias, servicios de atención domiciliaria, de ambulancia y los servicios de atención a largo plazo prestados en otras provincias y territorios no están cubiertos.

- **Servicios fuera de Canadá:** Para las personas que viajan fuera de Canadá, el ministerio paga una cifra establecida para los servicios médicos de emergencia. Los servicios de ambulancia no están cubiertos. Si está planificando viajar fuera de Canadá, lo incentivamos a que contrate un seguro complementario ya que muchos servicios médicos de emergencia prestados en el exterior cuestan mucho más de lo que puede pagar OHIP.

## *MedsCheck*

Este programa gratuito le permite programar una discusión anual de entre 20 y 30 minutos con un farmacéutico para conocer cómo pueden estar interactuando sus medicamentos por receta, de venta libre y alternativos. Si es residente de Ontario y toma al menos tres medicamentos por receta por una condición crónica, MedsCheck puede ayudarlo a aprender cómo manejar todos sus medicamentos. También existen programas de MedsCheck para habitantes de Ontario que padecen diabetes, para residentes en hogares de ancianos con atención a largo plazo y para quienes se encuentran imposibilitados de visitar una farmacia.

Ministry of Health and Long-Term Care [Ministerio de Salud y de Atención a Largo Plazo]  
1-866-255-6701  
Teléfono de texto: 1-800-387-5599  
[www.ontario.ca/medscheck](http://www.ontario.ca/medscheck)

## **Ontario Drug Benefit Program [Programa de Beneficios para Medicamentos de Ontario] (ODB)**

Si es mayor de 65 años y posee una tarjeta de salud vigente, es elegible para el programa ODB. No tiene que solicitar la cobertura. Si el Ministerio de Salud y Atención a Largo Plazo tiene su dirección postal correcta, usted recibirá una carta informándole acerca de su elegibilidad ODB con una anticipación de aproximadamente dos meses a que cumpla 65.

Sus beneficios comenzarán el primer día del mes siguiente a que cumpla 65 años. En ese momento, usted simplemente lleve su orden y su tarjeta de salud a la farmacia y dígame al farmacéutico que usted es elegible para el programa ODB. Su farmacéutico verificará su elegibilidad en el sistema en la red de salud del gobierno. Si cambia su domicilio, debe informar al ministerio. Puede actualizar su domicilio por Internet en [www.ontario.ca/addresschange](http://www.ontario.ca/addresschange) o en un centro ServiceOntario.



## *Co-pagos y deducibles*

El año de prestaciones ODB comienza el 1 de agosto. La mayoría de las personas mayores pagan los primeros \$100 de sus costos de medicamentos por receta (los deducibles) en la farmacia. Usted paga su deducible comprando productos por receta aprobados. Una vez que está pagado el deducible, a la mayoría de las personas mayores después se les solicitará que abonen hasta \$6,11 por cada receta aprobada completada (el co-pago).

De acuerdo con el Seniors Co-Payment Program [Programa de co-pago para personas mayores], las personas mayores con menores ingresos pueden realizar una solicitud para renunciar al deducible y reducir el co-pago a \$2,00 para completar una receta de un producto aprobado. Debe completar una solicitud para este programa. Para obtener el paquete de solicitud, pregunte en la farmacia más cercana a su domicilio, llame al 1-800-575-5386 o visite [www.ontario.ca/ru6](http://www.ontario.ca/ru6).

## *Qué cubre*

El programa ODB cubre la mayor parte del costo de más de 3.800 productos de medicamentos por receta, algunos productos nutricionales y algunos agentes de exámenes diabéticos enumerados en el formulario de beneficios para medicamentos de Ontario o en el índice comparativo de medicamentos. Para reunir las condiciones, un médico de Ontario u otra persona autorizada para completar la receta debe recetar los medicamentos y usted debe comprarlos en una farmacia autorizada de Ontario o a un médico de Ontario autorizado a vender medicamentos por receta y que esté vinculado con el sistema en red de salud del ministerio.

Los siguientes productos no están cubiertos en el programa ODB:

- Medicamentos por receta que compre fuera de Ontario
- Medicamentos por receta que compre en el consultorio de su médico si éste no está vinculado con el sistema en red de salud del ministerio
- Jeringas y otros insumos diabéticos tales como lancetas o glucómetros, lentes, dentaduras postizas, audífonos o medias de compresión.

En casos muy especiales, el programa excepcional de acceso puede cubrir medicamentos que no están aprobados en la lista de ODB. Un médico debe realizar la solicitud para este programa de parte suya.

## *Agentes de prueba para diabetes*

Estos son productos que usan los diabéticos para examinar sus niveles de azúcar en sangre y sus niveles de cetona en la orina. Si usted es elegible para la cobertura mediante el programa ODB, padece diabetes y posee una receta para un agente de prueba para diabetes de un médico de Ontario, el programa cubrirá los

costos de los agentes de prueba para diabéticos que figuran en la lista aprobada por el ministerio.

Ontario Drug Benefit Program [Programa para Beneficios de Medicamentos de Ontario]

1-866-532-3161

Teléfono de texto: 1-800-387-5559

[www.ontario.ca/h8h](http://www.ontario.ca/h8h)

## Atención dental

Si bien debe pagar el costo de los servicios regulares de odontología en un consultorio dental, OHIP cubrirá algunas cirugías dentales que por necesidad médica deben realizarse en un hospital. Si usted es un residente de un hogar de ancianos con atención a largo plazo, se le brindará asesoramiento dental con la admisión y recibirá atención dental continua con dentistas profesionales calificados, cobrado de acuerdo al servicio que reciba. Si necesita tratamientos o servicios que no proporciona la instalación donde se encuentra, será derivado a un dentista u otro profesional que usted elija. Usted o su representante deben autorizar y pagar esos servicios.

Algunas municipalidades prestan asistencia financiera para atención dental a personas mayores de bajos ingresos. Puede conocer más llamando al 2-1-1 o a la oficina gubernamental de su municipalidad, región o distrito.

Además, las Facultades de Odontología de la University of Toronto y Western University prestan servicios dentales con honorarios generalmente menores que los de dentistas privados. Visite [www.utoronto.ca/dentistry/patientclinic/patientclinicmain.html](http://www.utoronto.ca/dentistry/patientclinic/patientclinicmain.html) o [www.schulich.uwo.ca/dentistry/patient](http://www.schulich.uwo.ca/dentistry/patient) para más información.

La Ontario Dental Association [Asociación Dental de Ontario] da consejos sobre salud dental para personas mayores y puede ayudarlo a encontrar un dentista en su zona. Visite [www.youroralhealth.ca/seniors97](http://www.youroralhealth.ca/seniors97) y [www.youroralhealth.ca/find-a-dentist24](http://www.youroralhealth.ca/find-a-dentist24) para conocer más.

## Programa para Dispositivos Asistenciales

Si es residente de Ontario con una discapacidad física a largo plazo, puede ser elegible para recibir asistencia financiera de este programa para obtener dispositivos asistenciales personalizados para ayudarlo a vivir de manera más independiente. Todo residente de Ontario con una tarjeta de salud vigente, que padezca de una discapacidad física a largo plazo y requiera el uso de un dispositivo durante un periodo igual o mayor a seis meses, puede presentar la solicitud de asistencia financiera. Cada categoría de dispositivo tiene requisitos específicos de elegibilidad que debe cumplir.

El programa para dispositivos asistenciales paga hasta el 75 por ciento del costo del equipo, como por ejemplo sillas de ruedas, dispositivos respiratorios y dispositivos ortopédicos fabricados a medida, incluyendo órtesis tobillo-pie. Para otra clase de equipos, como por ejemplo audífonos, el programa aporta un monto fijo. Con referencia a los dispositivos para uso en ostomías, prótesis mamarias y agujas y jeringas para personas mayores, el programa pagará una subvención directamente a la persona.

El programa de oxígeno en el hogar paga el 100 por ciento del valor mensual de reintegro para equipos para terapia respiratoria en el hogar y para servicios relacionados para mayores de 65 años y para individuos menores de 65 que se encuentran con asistencia social, residen en un hogar de ancianos con atención a largo plazo o reciben servicios profesionales mediante un Community Care Access Centre [Centro de Acceso para Atención Comunitaria].

Ministry of Health and Long-Term Care [Ministerio de Salud y de Atención a Largo Plazo]  
1-800-268-6021  
Teléfono de texto: 1-800-387-5559  
[www.ontario.ca/ru8](http://www.ontario.ca/ru8)

## Servicio de ambulancia

Si tiene una tarjeta de salud vigente y el hecho de que usted use la ambulancia es considerado médicamente esencial por el médico que lo atiende, no se le cobrarán los viajes en ambulancia entre las instalaciones médicas de Ontario (por ejemplo, entre dos hospitales), pero se le cobrará un arancel nominal por un viaje en ambulancia entre su casa y un hospital. No debe pagar este arancel si recibe asistencia social o ciertos servicios de atención domiciliaria o si vive en un hogar de atención médica financiado por la provincia, como por ejemplo un Hogar de Ancianos con Atención a Largo Plazo).

Si el viaje que usted realiza en ambulancia no es considerado médicamente esencial por el médico que lo atiende o si no posee una tarjeta de salud de Ontario vigente, se le facturará un gasto con co-pago por servicio de ambulancia de \$240 por cada viaje en ambulancia que realice por tierra o el costo real de un viaje en ambulancia por aire.

## Regional Geriatric Programs (RGPs) of Ontario [Programas Regionales Geriátricos (RGPs) de Ontario]

RGP provee servicios geriátricos especializados para ayudar a tratar enfermedades y discapacidades en adultos de la tercera edad con necesidades múltiples y complejas. Trabajando con la colaboración de médicos de atención primaria, profesionales médicos comunitarios y demás, estos programas buscan satisfacer las necesidades de las personas mayores más débiles y vulnerables. Para obtener

información acerca de los servicios, remítase a la siguiente información de contacto.

- Programas Regionales Geriátricos de Ontario: [www.rgps.on.ca](http://www.rgps.on.ca)
- RGP de Toronto: 416-480-6026, [www.rgp.toronto.on.ca](http://www.rgp.toronto.on.ca)
- Servicios Geriátricos Especializados (Sudeste de Ontario): [www.sagelink.ca](http://www.sagelink.ca)
- RGP de Ontario Oriental (Ottawa): 613-761-4458, [www.rgpeo.com](http://www.rgpeo.com)
- RGP Central (Hamilton): 905-777-3837 (interno 12436), [www.rgpc.ca](http://www.rgpc.ca)
- Servicios Geriátricos Especializados (Sudoeste de Ontario): 519-685-4000 (interno 44028), [www.sjhc.london.on.ca/specializedgeriatrics](http://www.sjhc.london.on.ca/specializedgeriatrics)

## Adicciones y salud mental

### *Specialized Geriatric Mental Health Outreach Programs [Programas Geriátricos Especializados de Integración de Salud Mental]*

Estos programas proveen evaluación, consulta, tratamiento y educación para personas mayores con enfermedades mentales graves, así como también a sus familias y proveedores de servicio. En la mayoría de los casos, las personas mayores con enfermedad mental o sus familias pueden acceder directamente a estos programas o pueden ser derivados por un médico de familia. Para averiguar acerca del programa en una zona cercana a su domicilio, contáctese con su médico de familia.

### *Inpatient and Outpatient Services in Hospitals [Servicios de pacientes hospitalizados y pacientes ambulatorios en hospitales]*

La mayoría de los hospitales generales en toda la provincia tienen camas destinadas a pacientes psiquiátricos hospitalizados que proporcionan un tratamiento agudo, a corto plazo, para personas que padecen de una enfermedad mental. Varios hospitales psiquiátricos provinciales y hospitales psiquiátricos especializados cuentan con camas para pacientes hospitalizados que brindan tratamiento para personas mayores que padecen una enfermedad mental grave, con necesidades de hospitalización a largo plazo. Muchas de estas instalaciones también tienen programas para pacientes psiquiátricos ambulatorios para personas mayores con enfermedad mental, incluyendo programas de tratamientos de día y clínicas para pacientes ambulatorios.

En caso de una emergencia psiquiátrica, comuníquese o asista al departamento de emergencia hospitalaria más cercana a su domicilio.

Para acceder a los servicios psiquiátricos del hospital para personas mayores, comuníquese con su médico de familia.

Algunos Centros de Acceso para Atención Comunitaria también pueden ofrecer servicios de salud mental para personas mayores.

Community Care Access Centre [Centro de Acceso para Atención Comunitaria]  
310-CCAC (310-2222)  
[www.310CCAC.ca](http://www.310CCAC.ca)

### ***Centre for Addiction and Mental Health [Centro para Adicciones y Salud Mental] (CAMH)***

CAMH es la principal organización canadiense de adicciones y salud mental que provee atención integral y accesible para personas que sufren adicciones o enfermedades mentales. El programa Geriátrico de Salud Mental de CAMH brinda servicios de tratamiento, apoyo y seguimiento continuo para personas mayores de 65 años que padecen un problema de salud mental o de adicción (o ambos). Este programa también proporciona información sobre agencias, programas y servicios afiliados. Los clientes entre 60 y 64 años con problemas de enfermedad mental y adicciones se considerarán caso por caso.

Geriatric Mental Health Program Central Intake Office [Oficina Central de Admisión del Programa Geriátrico de Salud Mental]  
416-535-8501 (ext. 2875)  
[www.camh.net](http://www.camh.net)

### ***Canadian Mental Health Association [Asociación Canadiense de Salud Mental] (CMHA), Ontario***

CMHA, Ontario es una organización benéfica sin fines de lucro comprometida a mejorar los servicios y apoyar a las personas que viven con una enfermedad mental y a sus familias. La asociación proporciona servicios comunitarios de salud mental en 32 sucursales ubicadas en toda Ontario y desarrolla asesoramiento de política pública que promueve la salud mental para todos los habitantes de Ontario.

1-800-875-6213  
[www.ontario.cmha.ca](http://www.ontario.cmha.ca)

### ***ConnexOntario***

En ConnexOntario funcionan tres líneas de ayuda que brindan información gratuita sobre servicios médicos confidenciales para personas que sufren problemas con alcohol y drogas, enfermedad mental y juego. Las líneas de ayuda están disponibles las 24 horas del día, los siete días de la semana.

Drug and Alcohol Helpline [Línea de ayuda para drogas y alcohol]  
1-800-565-8603  
[www.drugandalcoholhelpline.ca](http://www.drugandalcoholhelpline.ca)

Mental Health Helpline [Línea de ayuda para salud mental]  
1-866-531-2600  
[www.mentalhealthhelpline.ca](http://www.mentalhealthhelpline.ca)

Ontario Problem Gambling Helpline [Línea de ayuda para problemas con el juego en Ontario]  
1-888-230-3505  
www.opgh.on.ca

## *Dejar de fumar*

El consumo de tabaco y el tabaquismo pasivo están relacionados con el desarrollo y la progresión de enfermedades crónicas, restricciones en la movilidad y disminución de las funciones físicas. Dejar de fumar puede aumentar su calidad de vida y reducirle el riesgo de enfermedad y muerte. El asesoramiento es una estrategia probada de intervención que aumenta ampliamente la posibilidad de que un fumador dejará de fumar.

Smokers' Helpline [Línea de ayuda para fumadores]  
1-877-513-5333  
www.smokershelpline.ca

El Programa de Beneficios para Medicamentos de Ontario también brinda apoyo para dejar de fumar a los habitantes de Ontario mayores de 65 años, incluyendo cobertura para medicamentos por receta para dejar de fumar y acceso al asesoramiento gratuito para dejar de fumar realizado por farmacéuticos comunitarios.

ServiceOntario  
1-866-532-3161  
Teléfono de texto: 1-800-387-5559

## **Cómo evitar caídas**

Las caídas son la principal causa de lesiones entre las personas mayores y aproximadamente la mitad de estas caídas ocurren en la casa. Todos los años, un tercio de las personas mayores se cae y a menudo sufren consecuencias graves para su salud, independencia y calidad de vida. Afortunadamente, muchas caídas se pueden evitar.

Disminuya los riesgos siguiendo estos consejos:

- Haga ejercicios regularmente. Los adultos mayores de 65 años deben realizar al menos 150 minutos semanales de actividad física de moderada a enérgica, en períodos mínimos de 10 minutos. Si tiene poca movilidad, la actividad física puede ayudarlo a mejorar su equilibrio y evitar las caídas. Asegúrese de vestir calzado adecuado que incluye suela de goma, tacón bajo y cordones o Velcro que sujeten bien.
- Hágase una prueba de densidad ósea. La osteoporosis es una enfermedad en la que los huesos se tornan quebradizos y es más probable que se quiebren durante una caída. Al menos el 80 por ciento de los huesos quebrados en los

adultos de la tercera edad se relaciona con osteoporosis, siendo las mujeres mayores las que tienen mayor riesgo de desarrollar la enfermedad. Consulte a su médico sobre una prueba para determinar su densidad mineral ósea para diagnosticar su riesgo.

- Conozca sus medicamentos. Tomar cuatro medicamentos o más aumenta las posibilidades de caída. Hable con su médico sobre todos los medicamentos que toma para saber por qué los toma, qué efectos secundarios tienen (como somnolencia o mareos) y si existen alternativas.
- Reduzca los riesgos en su casa. Esto incluye alfombras sueltas y cordones en el piso, artículos que bloquean las escaleras y luz escasa. Considere además instalar dispositivos asistenciales, como por ejemplo barras de goma o inodoros elevados.

Osteoporosis Canada [Osteoporosis Canadá]  
1-800-463-6842  
[www.osteoporosis.ca](http://www.osteoporosis.ca)

Para solicitar publicaciones relacionadas de la Ontario Seniors' Secretariat [Secretaría para Personas Mayores de Ontario], incluyendo *A Guide to Preventing Falls* [Una guía para evitar caídas] y *What To Do If You Fall* [Qué hacer si se cae]:

ServiceOntario Publications [Publicaciones ServiceOntario]  
1-800-668-9938  
Teléfono de texto: 1-800-268-7095  
[www.publications.serviceontario.ca](http://www.publications.serviceontario.ca)

Para solicitar publicaciones relacionadas de la Public Health Agency of Canada [Agencia de Salud Pública de Canadá], incluyendo la *Safe Living Guide, You Can Prevent Falls!* [Guía para vivir seguro, ¡puede evitar las caídas!], *12 Steps to Stair Safety at Home* [12 pasos para escaleras seguras en su casa] y *If You Fall or Witness a Fall, Do You Know What To Do?* [Si se cae o presencia una caída, ¿sabe qué hacer?]:

Public Health Agency of Canada  
Division of Aging and Seniors  
1 800 O-Canada (1-800-622-6232)  
[www.phac-aspc.gc.ca/seniors-aines](http://www.phac-aspc.gc.ca/seniors-aines)

## Nutrición

### *EatRight Ontario [Comer bien en Ontario]*

Este programa lo conecta con un dietista autorizado, quien puede brindarle asesoramiento gratuito que puede mejorar su calidad de vida. Visite el sitio web de EatRight Ontario para acceder a recursos adicionales que apoyen el desarrollo de hábitos de alimentación saludables, incluyendo 'Nutri-eScreen', una herramienta interactiva de Internet de apoyo nutricional dirigida a adultos de la tercera edad.

1-877-510-510-2  
www.eatrightontario.ca

### *Eating Well with Canada's Food Guide [Alimentarse bien con la guía canadiense de alimentos]*

Hace años que esta guía ayuda a los canadienses a encontrar el equilibrio entre nutrición y actividad para tener buen estado físico y estar sanos. No tiene que abandonar las comidas que más le gustan por el bien de su salud, pero sí debe aspirar a la variedad y moderación. Alimentarse bien con la guía canadiense de alimentos puede ayudarlo a hacer buenas elecciones.

Publications Health Canada [Publicaciones de Salud en Canadá]  
1-866-225-0709  
Teléfono de texto: 1-800-267-1245  
www.healthcanada.gc.ca/foodguide

### *Dietistas de Canadá*

Esta asociación de profesionales en alimentos y nutrición está comprometida con la salud y el bienestar de los canadienses. Produce una variedad de recursos que pueden ayudarlo a elegir alimentos saludables, aprender más acerca de la función de la nutrición en la salud y encontrar un dietista en su zona.

416-596-0857  
www.dietitians.ca

## **MedicAlert® Safely Home®**

Una persona que sufre la enfermedad de Alzheimer o una demencia relacionada puede tener tendencia a desorientarse y perderse, a menudo sin advertencia. Para ayudar a estos individuos y a sus familias, la Alzheimer Society [Sociedad de Lucha Contra el Alzheimer] y la Canadian MedicAlert Foundation [Fundación Canadiense MedicAlert] se asociaron y mejoraron el programa Safely Home [Con Seguridad en Casa], incorporando las mejores características de ambos servicios: Safely Home y MedicAlert. Pagando un arancel, los miembros reciben una pulsera de identificación grabada que les permite a la policía y a la persona que atiende en emergencias, identificar rápidamente a la persona que estuviera perdida.

1-855-581-3794  
www.alzheimer.ca (>Living with dementia [Convivir con demencia] >  
Safety [Seguridad] > MedicAlert® Safely Home®)



## Finding Your Way [Hallando el camino]

Para asistir a las personas con demencia que pueden desorientarse o perderse, y apoyar a los cuidadores y a las comunidades, la Alzheimer Society [Sociedad de Lucha Contra el Alzheimer] de Ontario en conjunto con sociedades locales desarrollaron Hallando el Camino. Este programa aumentará la conciencia sobre los riesgos de las personas con demencia de estar desorientadas y perdidas, y ofrece consejos prácticos sobre cómo manejar estos riesgos y cómo responder de la manera más efectiva si ocurre un incidente de pérdida.

Finding Your Way [Hallando el camino]

[www.findingyourwayontario.ca](http://www.findingyourwayontario.ca)

Alzheimer Society of Ontario [Sociedad de Ontario de Lucha Contra el Alzheimer]

1-800-879-4226

[www.alzheimerontario.org](http://www.alzheimerontario.org)

2-1-1

[www.211ontario.ca](http://www.211ontario.ca)

## Community Support Services [Servicios de apoyo comunitario]

Los servicios de apoyo comunitario pueden ayudarlo a mantener su seguridad e independencia mientras vive en su casa. Los servicios se prestan en su casa o en un marco grupal dentro de su comunidad. Existe una amplia gama de servicios de apoyo comunitario que posiblemente esté disponible en su zona. Las organizaciones financiadas por el gobierno para prestar estos servicios son sociedades sin fines de lucro. Algunas empresas privadas con fines de lucro pueden prestar servicios similares cobrando un arancel.

Para obtener información acerca de los siguientes servicios de apoyo comunitarios, comuníquese con:

Community Care Access Centre [Centro de Acceso para Atención Comunitaria]

310-CCAC (310-2222)

[www.310CCAC.ca](http://www.310CCAC.ca)

### *Programas de día para adultos*

Estos programas proporcionan actividades estructuradas y supervisadas en un marco grupal para los adultos que necesitan atención o apoyo. Los programas generalmente incluyen una planificación de actividades recreacionales y físicas, comidas, transporte hacia y desde el programa y algunas atenciones personales. Se le puede cobrar un arancel al consumidor para cubrir los costos de comidas y transporte, aunque puede haber subsidios disponibles.

## *Descanso para el cuidador*

Existen varias maneras de ayudar al cuidador regular, que a menudo es un miembro de la familia, para que pueda tomarse un descanso o hacer algunas cosas para ellos mismos. Estos servicios se llaman servicios de atención con descanso y pueden prestarse de dos maneras: Descanso en su casa y descanso mediante una estadía corta.

## *Intervención del cliente*

Este servicio brinda apoyo a individuos que necesitan ayuda para enfrentarse con actividades relacionadas con la vida diaria, como por ejemplo mantener una buena nutrición, manejo de los quehaceres domésticos, contratación de servicios, llenado de formularios, etc.

## *Servicio de respuesta en caso de emergencia*

Este servicio requiere la instalación de un dispositivo electrónico en su casa, de modo que usted esté conectado con un centro de respuesta en caso de emergencia en todo momento. A menudo este dispositivo se coloca alrededor del cuello de la persona para que sea de fácil alcance en todo momento.

## *Servicios de podología*

Estos servicios son prestados por personal capacitado que asisten cortando las uñas de los pies, controlando la condición de sus pies y/o realizando tratamientos de baños y masajes. La disponibilidad puede depender de sus necesidades y del alcance de los servicios de podología en la comunidad. También se puede aplicar un arancel al consumidor.

## *Visita amable*

Este servicio proporciona visitas voluntarias regulares a una persona mayor que está sola. Las visitas generalmente se realizan en su casa, pero el voluntario también puede ayudar a hacer mandados o acompañarlo mientras hace las compras, va al banco o en otras actividades.

## *Servicios de referencia para ayuda en el hogar*

Estos servicios dan referencia a una persona que requiere ayuda en el hogar sobre un individuo que presta servicios específicos. Se puede aplicar un arancel al consumidor.

## *Mantenimiento de la casa y servicios de reparación*

Algunas agencias pueden ayudarlo a organizar tareas pesadas del mantenimiento de la casa, como mantener el jardín, sacar la nieve con la pala, limpiar los vidrios o trabajos de reparación que se realizan una vez. Si usted está débil o discapacitado físicamente, una agencia puede organizar los servicios por usted, pero generalmente el consumidor le paga directamente al trabajador o a la empresa.

## *Servicios de comidas*

Depende de sus necesidades y de la disponibilidad del servicio, se le pueden enviar a su domicilio comidas nutritivas o se puede organizar para que usted disfrute una comida con otras personas en la comunidad. Se puede aplicar un arancel al consumidor para cubrir los costos de comida y transporte.

## *Servicios sociales o de recreación*

Disponibles en los centros para personas mayores, estos servicios consisten en actividades de aprendizaje y recreación que incentivan el involucramiento en la comunidad y el contacto intergeneracional. A menudo llamados “Centros para adultos de la tercera edad”, estos centros prestan servicio para una amplia variedad de individuos, desde aquellos que gozan de muy buena salud hasta quienes requieren apoyo para poder seguir viviendo independientemente en la comunidad. Las personas mayores están directamente involucradas en que los centros para adultos de la tercera edad funcionen con roles que pueden incluir servir en la junta directiva, asesorar en la planificación de programas y actuar como voluntarios.

## *Servicios de transporte*

Estos servicios pueden ayudar si usted se encuentra imposibilitado de usar las opciones de transporte existentes disponibles para usted o si requiere alguna clase de asistencia. El servicio de transporte puede prestarse en un auto de un voluntario, un vehículo comunitario o un taxi, depende de sus necesidades y del servicio disponible en su zona. Hay una tarifa para el consumidor para cubrir los gastos de transporte, aunque puede haber subsidios disponibles.

## *Controles de seguridad o servicios de confirmación*

Este servicio asegura que un voluntario lo llame por teléfono regularmente para verificar que usted no se encuentra en un estado de crisis o riesgo de daño físico.

## *Cuidados paliativos*

Los cuidados paliativos Hospice representan una filosofía de atención cuya finalidad es aliviar el sufrimiento y mejorar la calidad de vida y de muerte. Lucha

por ayudar a los individuos y a sus familias a afrontar las cuestiones físicas, psicológicas, sociales, espirituales y prácticas relacionadas con el proceso de fallecimiento.

### *Atención médica prolongada y compleja*

También se conoce como atención a crónicos, la atención médica prolongada y compleja presta servicios prolongados, complejos y especializados médicamente, a personas de todas las edades, algunas veces durante períodos extendidos. Esta atención se presta en los hospitales a las personas con enfermedades o discapacidades de larga duración que generalmente requieren de un tipo de atención especializada basada en la tecnología que no está disponible en casa o en hogares de ancianos con atención a largo plazo. A los residentes se les cobra un co-pago que proporciona habitación, comidas y otras necesidades, además de la atención médica.

Para obtener información acerca de donación de órganos o tejido, por favor remítase a la sección SEGURIDAD Y PROTECCIÓN (Cuestiones legales) en esta guía.

## **Para personas mayores aborígenes**

### *Programa nacional sobre diabetes para aborígenes*

Este programa incrementa la conciencia sobre diabetes y ofrece servicios y programas adecuados culturalmente a quienes están afectados por la enfermedad.

1-877-232-NADA (232-6232)

[www.nada.ca](http://www.nada.ca)

### *Abuso de estupefacientes y tratamiento*

Health Canada [Salud en Canadá] proporciona fondos para las comunidades de Naciones Aborígenes e Inuit para crear y dirigir programas de tratamiento para el abuso de estupefacientes. Estos programas ofrecen varios servicios para ayudar a los individuos y a las familias afectadas por el abuso de estupefacientes.

Health Canada [Salud en Canadá]

Treatment Centre Directory for Ontario [Directorio de Centros de Tratamiento para Ontario]

1-800-640-0642

Teléfono de texto: 1-800-267-1245

[www.hc-sc.gc.ca](http://www.hc-sc.gc.ca)

## ***Subsidios para Enfermedades No Aseguradas (NIHB) para Naciones Aborígenes e Inuit***

NIHB proporciona cobertura para las personas elegibles de las Naciones Aborígenes y de Inuit para reclamos de subsidios por una serie específica de medicamentos, atención dental, atención visual, suministro y equipos médicos, intervención en crisis de corto plazo, asesoramiento en salud mental y transporte por razones médicas.

Health Canada [Salud en Canadá]  
1-800-640-0642  
Teléfono de texto: 1-800-267-1245  
[www.hc-sc.gc.ca/fniah-spnia/nihb-ssna/index-eng.php](http://www.hc-sc.gc.ca/fniah-spnia/nihb-ssna/index-eng.php)

## **Para personas mayores lesbianas, gays, bisexuales y transexuales (LGBT)**

### ***Rainbow Health Ontario [Arco iris de salud, Ontario]***

Esta organización trabaja para mejorar la salud y el bienestar de la comunidad LGBT por medio del apoyo activo con educación, investigación, integración y política pública. También brinda capacitación en una gama de cuestiones de salud y bienestar, incluyendo aquellos focalizados en las personas mayores LGBT.

416-324-4100  
[www.rainbowhealthontario.ca](http://www.rainbowhealthontario.ca)

## **Para veteranos**

Los veteranos elegibles pueden acceder a una variedad de subsidios por enfermedad, incluyendo atención médica, quirúrgica y dental, medicamentos por receta y dispositivos para ayuda en el oído o la vista, por medio de Veterans Affairs Canada [Departamento de Asuntos de Veteranos de Canadá]. Además, programas como el Programa de Independencia para Veteranos ayudan a veteranos y a otras personas que reúnen los requisitos a permanecer sanos e independientes en sus propios hogares y comunidades.

Veterans Affairs Canada [Departamento de Asuntos de Veteranos de Canadá]  
1-866-522-2122  
[www.veterans.gc.ca](http://www.veterans.gc.ca)

# 5 VIVIENDA

## Adaptaciones en el hogar

La mayoría de nosotros desea seguir viviendo en nuestros hogares durante el mayor tiempo posible, pero las necesidades de vivienda pueden cambiar durante el transcurso de la vida. Algunas veces, aún modificaciones pequeñas y económicas pueden ayudarlo a tener una vivienda más segura y que le permita su independencia a medida que envejece. Si piensa en modificar su vivienda, estas publicaciones en Internet de Canada Mortgage and Housing Corporation [Sociedad de hipotecas y viviendas de Canadá] pueden ayudarlo:

- *Maintaining Seniors' Independence Through Home Adaptations: A Self-Assessment Guide [Cómo mantener la independencia de las personas mayores con adaptaciones en sus viviendas: Una Guía de auto-evaluación]* puede ayudarlo a conocer los mejores tipos de adaptaciones para su vivienda.
- *Accessible Housing By Design [Vivienda de fácil acceso con diseño]* resalta la variedad de renovaciones que pueden hacer que su vivienda sea más accesible.
- *At Home with Alzheimer's Disease [En casa con la enfermedad de Alzheimer]* ofrece consejos para adaptar la vivienda de alguien que convive con la enfermedad de Alzheimer.
- *Preventing Falls on Stairs [Cómo evitar caídas en las escaleras]* puede ayudarlo a reducir el riesgo de caídas y lesiones en escaleras.

Canada Mortgage and Housing Corporation [Sociedad de hipotecas y viviendas de Canadá]

1-800-668-2642

Teléfono de texto: 1-800-309-3388

[www.cmhc.gc.ca](http://www.cmhc.gc.ca) (> Maintaining a Home [Mantener un hogar] > Adaptations for Seniors [Adaptaciones para personas mayores])

## Programas de asistencia financiera

Si piensa modificar su vivienda para que sea más accesible, existen una cantidad de programas gubernamentales que pueden ayudarlo.

### *Healthy Homes Renovation Tax Credit [Crédito fiscal para la renovación de hogares sanos]*

Este crédito fiscal puede ser solicitado por personas mayores propietarias y arrendatarias y por personas que comparten un hogar con una persona mayor dentro de la familia para ayudar con los costos para hacer que su vivienda sea

más segura y accesible. Algunos ejemplos de modificaciones de viviendas incluyen sillas de ruedas para duchas o cabinas de duchas, barras de sostén y pasamanos, o mostradores o armarios bajos.

Ministry of Finance [Ministerio de Finanzas]  
1-866-668-8297  
Teléfono de texto: 1-800-263-7776  
[www.ontario.ca/healthyhomes](http://www.ontario.ca/healthyhomes)

### *Ontario Renovates [Ontario Renueva]*

Ontario Renueva, componente del programa de inversión en viviendas asequibles para Ontario (2011-2015) proporciona préstamos sujetos a condonación para propietarios y arrendadores de bajos ingresos elegibles para realizar los arreglos necesarios a las casas o unidades para mejorar la accesibilidad y crear una vivienda de alquiler alcanzable en hogares familiares simples existentes. Las reparaciones de accesibilidad son una actividad elegible para Ontario Renueva, y fondos de hasta \$3.500 para estas reparaciones son entregados en forma de subsidio. Programas de viviendas asequibles como estos son administrados por municipalidades locales y juntas de administración de servicios sociales del distrito, también conocidos como Administradores de Servicio. Los administradores de servicio deciden si participar o no en Ontario Renueva basándose en las necesidades locales de vivienda.

Ministry of Municipal Affairs and Housing [Ministerio de Asuntos Municipales y Vivienda]  
Service Managers and Their Service Areas [Administradores de servicio y sus áreas de servicio]  
[www.ontario.ca/kq46](http://www.ontario.ca/kq46)

### *Senior and/or Disabled Property Tax Relief [Exención de responsabilidad de impuesto sobre bienes para personas mayores y/o discapacitadas]*

Los propietarios que construyen o modifican una residencia para una persona mayor o con una discapacidad pueden ser elegibles para exención de responsabilidad de impuesto sobre bienes. Los ejemplos de reformas y adiciones incluyen la construcción de una rampa o una habitación adicional. Si considera que su vivienda es elegible, comuníquese con la oficina local de la Municipal Property Assessment Corporation [Sociedad de Tasación de Propiedad Municipal].

Municipal Property Assessment Corporation [Sociedad de Tasación de Propiedad Municipal]  
1-866-296-MPAC (1-866-296-6722)  
Teléfono de texto: 1-877-TTY-MPAC (6722)  
[www.mpac.ca](http://www.mpac.ca) (> Property Owners [Propietarios] > Property Assessment Procedures [Procedimientos para tasación de propiedades] > Tax Incentive Programs [Programas de incentivos impositivos] > Senior and Disabled Property Tax Relief)

[Exención de responsabilidad de impuesto sobre bienes para personas mayores y discapacitadas]

***Property Tax Relief for Low-Income Seniors and Low-Income Persons with Disabilities [Exención de responsabilidad del impuesto sobre bienes para personas mayores con bajos ingresos y personas con discapacidades con bajos ingresos]***

Las personas mayores con bajos ingresos y las personas con discapacidades con bajos ingresos que son propietarios residenciales pueden ser elegibles para recibir una exención de los aumentos del impuesto sobre bienes que resulta de la reforma de tasación. Para más información o para determinar su elegibilidad, por favor comuníquese con su municipalidad local.

***Provincial Land Tax Deferral Program for Low-Income Seniors and Low-Income Persons with Disability [Programa de prórroga del impuesto inmobiliario provincial para personas mayores con bajos ingresos y personas con discapacidades con bajos ingresos]***

De acuerdo con este programa, las personas mayores con bajos ingresos y las personas con discapacidades con bajos ingresos pueden solicitar una prórroga anual de parte de los aumentos de los impuestos por educación y los impuestos inmobiliarios provinciales. Todos los impuestos diferidos deberán pagarse en su totalidad ante la venta o transferencia del dominio de la propiedad. Este programa es para quienes pagan sus impuestos sobre bienes directamente a la provincia de Ontario.

Ministry of Finance [Ministerio de Finanzas]  
1-866-400-2122  
Teléfono de texto: 1-888-321-6774  
[www.ontario.ca/rva](http://www.ontario.ca/rva)

Si desea conocer más acerca del programa de modificación de vivienda y vehículo, por favor remítase a la sección FINANZAS, Asistencia financiera de esta guía.

## **Opciones de vivienda**

Si necesita ayuda para decidir la opción de vivienda que sería mejor para usted o para un miembro de su familia, uno de estos profesionales puede ayudarlo:

- Administrador de caso con su Centro de Acceso para Atención Comunitaria local ([www.310CCAC.ca](http://www.310CCAC.ca) o llame al 310-CCAC)
- Trabajador social en un centro geriátrico o en una agencia de asesoramiento familiar
- Enfermera comunitaria.



## *Comunidades para un estilo de vida de adultos*

Las comunidades para un estilo de vida de adultos proporcionan residencias para una vida independiente para jubilados o jubilados parcialmente. Las residencias pueden incluir bungalows, residencias urbanas o condominios que brindan los beneficios de ser propietario de la vivienda con actividades recreacionales y comunitarias en el lugar. Las comodidades pueden incluir seguridad las 24 horas, interacción social con pares junto con actividades recreativas y de placer. Comuníquese con su representante local de bienes inmuebles para encontrar una comunidad para un estilo de vida de adultos cerca suyo.

## *Viviendas para locación de por vida*

Con las viviendas para arrendamiento de por vida, usted tiene un “interés” en una propiedad, pero no es su dueño. Esta clase de acuerdo puede tener varias ventajas. Por ejemplo, las unidades a menudo son menos costosas que condominios con un tamaño similar en la zona. Además, las comunidades de las viviendas de locación de por vida están restringidas a personas de una cierta edad, de modo que es más probable que los residentes compartan intereses y necesidades en común.

## *Hogares de retiro*

Los hogares de retiro son negocios privados que venden distintas combinaciones de alojamiento (desde habitaciones compartidas hasta grandes apartamentos), servicios de apoyo y atención personal. Cualquier persona puede solicitar vivir en un hogar de retiro.

Usted es responsable del costo total de ambos, alojamiento y servicios de atención. Las tarifas de alojamiento dependen de la regulación del precio del alquiler. Las residencias y las tarifas pueden variar ampliamente en relación con la atención, el servicio y las comodidades proporcionados. Aunque no debe presentar pruebas médicas de que necesita atención, el hogar evaluará sus necesidades para asegurarse que no necesita más apoyo del que pueden proporcionar.

Los hogares de retiro están regulados de acuerdo con la Ley sobre hogares de retiro, 2010. Esta legislación:

- Exige niveles de atención y seguridad para hogares de retiro, incluyendo planes de emergencia, programas de control y prevención de infecciones, evaluación de las necesidades de atención y planificación de cuidados, verificación de antecedentes policiales y capacitación del personal.
- Creó una declaración de derechos de los residentes que incluye el derecho a saber el verdadero costo de atención y hospedaje y el derecho a vivir en un medio ambiente que incentive la cero tolerancia de abuso o negligencia.

- Estableció la Retirement Homes Regulatory Authority [Autoridad Regulatoria de Hogares de Retiro], una organización de libre competencia que educa, autoriza e inspecciona los hogares de retiro para asegurar que cumplen con los niveles obligatorios.

Para información acerca de los hogares de retiro en su comunidad, comuníquese con la Autoridad Regulatoria de Hogares de Retiro.

La Autoridad Regulatoria de los Hogares de Retiro de Ontario autoriza e inspecciona los hogares de retiro de la provincia, mantiene un registro público de todos los hogares a los que se les otorgó la autorización o solicitaron la autorización, ([www.rhra.ca/en/register](http://www.rhra.ca/en/register)) maneja las quejas y educa al personal y a los propietarios de hogares de retiro, a consumidores y al público sobre la Ley.

Cualquier persona en Ontario puede pedirle a la Autoridad, sin cargo, ayuda para resolver las quejas sobre hogares de retiro.

Si usted ve o sospecha de algún daño o riesgo de daño hacia un residente ocasionado por atención de baja calidad, abuso o negligencia, o de una conducta ilegal, o si sospecha de malversación del dinero de un residente, debe informarlo al Registrar of the Retirement Homes Regulatory Authority [Secretario de la Autoridad Regulatoria de Hogares de Retiro]. Puede informar en forma anónima.

Retirement Homes Regulatory Authority [Autoridad Regulatoria de los Hogares de Retiro]  
1-855-ASK-RHRA (1-855-275-7472)  
[www.rhra.ca](http://www.rhra.ca)

### *Viviendas de apoyo*

Los programas de viviendas de apoyo proporcionan servicios de apoyo personal en el lugar para personas mayores que viven como arrendatarios en edificios residenciales designados. Estos programas están diseñados para ayudar a las personas a vivir en forma independiente en sus propios apartamentos. Los servicios incluyen servicios de apoyo/acompañante personal, servicios esenciales de ama de casa y personal disponible las 24 horas del día para manejar la atención programada regularmente y las necesidades de emergencia.

Community Care Access Centre [Centro de Acceso para Atención Comunitaria]  
310-CCAC (310-2222)  
[www.310CCAC.ca](http://www.310CCAC.ca)

# Opciones de vivienda para personas mayores con bajos ingresos

## *Inversión en viviendas asequibles para Ontario (2011-2015)*

Este programa proporciona fondos para construir y reparar viviendas asequibles y para asistencia en el pago de alquiler y pago inicial para hogares con necesidad. Programas de viviendas asequibles como este son administrados por municipalidades locales y juntas de administración del servicio social del distrito, también conocidos como Administradores de Servicio. Los administradores de servicio deciden en qué partes del programa participar de acuerdo con las necesidades locales de vivienda.

Ministry of Municipal Affairs and Housing [Ministerio de Asuntos Municipales y Vivienda]

Service Managers and Their Service Areas [Administradores de servicio y sus áreas de servicio]

[www.ontario.ca/kq46](http://www.ontario.ca/kq46)

## *Viviendas de alquiler de acuerdo con su ingreso*

La vivienda social se desarrolla con asistencia gubernamental para los habitantes de Ontario con ingresos bajos y moderados. El periodo de tiempo hasta que la unidad se encuentre disponible, variará dependiendo de su ubicación. Puede presentar una solicitud para asistencia en alquiler de acuerdo con su ingreso al administrador de servicio de su municipalidad.

Ministry of Municipal Affairs and Housing [Ministerio de Asuntos Municipales y Vivienda]

Service Managers and Their Service Areas [Administradores de servicio y sus áreas de servicio]

[www.ontario.ca/kq46](http://www.ontario.ca/kq46)

## *Viviendas cooperativas*

Los residentes en viviendas cooperativas no son propietarios en sus hogares, pero tienen la misma posibilidad de opinar sobre cómo se dirige su comunidad. Una cooperativa es sin fines de lucro. Cuando deja una cooperativa de vivienda, su casa se devuelve a la cooperativa para ofrecerla a alguien más que necesite una vivienda alcanzable.

Ontario Regional Office of the Co-operative Housing Federation of Canada [Oficina Regional de Ontario de la Federación de Viviendas Cooperativas de Canadá]

1-800-268-2537

[www.chfcanada.coop](http://www.chfcanada.coop)

## Asistencia para alquiler de emergencia

### *Community Homelessness Prevention Initiative [Iniciativa para prevenir la indigencia en la comunidad]*

Esta iniciativa apoya los servicios y las actividades que previenen, reducen y tratan la indigencia. Combina fondos de los siguientes cinco programas anteriores relacionados con la indigencia en un solo programa administrado por el Ministry of Municipal Affairs and Housing [*Ministro de Vivienda y Asuntos Municipales*]:

- Programa consolidado de prevención de la indigencia
- Fondos para energía de emergencia
- Servicios de albergues de emergencia
- Programa domiciliario de albergue
- Banco provincial de alquileres

Los servicios son prestados por municipalidades locales y District Social Services Administration Boards [Juntas de administración de servicios sociales del distrito], también conocidos como Service Managers [Administradores de Servicio].

Ministry of Municipal Affairs and Housing [Ministerio de Asuntos Municipales y Vivienda]

Service Managers and Their Service Areas [Administradores de servicio y sus áreas de servicio]

[www.ontario.ca/kq46](http://www.ontario.ca/kq46)

## Relación entre arrendador y arrendatario

### *Residential Tenancies Act [Ley de inquilinato residencial], 2006*

Esta legislación rige la mayoría de las relaciones entre arrendador y arrendatario en toda Ontario, establece los derechos y responsabilidades de arrendadores y arrendatarios que alquilan propiedades residenciales y regula la mayoría de los aumentos en el costo de alquiler. La Ley no cubre el arrendamiento comercial.

### *Junta de arrendador y arrendatario*

La junta de arrendador y arrendatario resuelve las disputas entre arrendadores y arrendatarios y educa a las personas sobre sus derechos y responsabilidades. Tanto los arrendadores como los arrendatarios pueden presentar una solicitud, después de la cual se programa una audiencia. En la audiencia, un miembro de la junta tomará una decisión o, si ambas partes lo acuerdan, un mediador intentará ayudar a ambas partes a llegar a un acuerdo.

1-888-332-3234

[www.ontario.ca/rvb](http://www.ontario.ca/rvb)

## Para personas mayores aborígenes

### *Canada Mortgage and Housing Corporation [Sociedad de hipotecas y viviendas de Canadá]*

El objetivo de la Canada Mortgage and Housing Corporation es encontrar soluciones para mejorar las condiciones de vivienda dentro o fuera de la reserva. Tiene varios programas de Naciones Aborígenes, Métis e Inuit para asistir a las personas aborígenes, con algunos programas ajustados específicamente para personas mayores. El programa para asistencia en rehabilitación residencial en la reserva ofrece asistencia financiera a consejos de bandas y miembros de bandas para reparar hogares de inferior calidad para llegar a un nivel mínimo de salud y seguridad y para mejorar la accesibilidad de vivienda para personas minusválidas.

1-800-668-2642

Teléfono de texto: 1-800-309-3388

[www.cmhc.ca/en/ab](http://www.cmhc.ca/en/ab)

### *Ministry of Aboriginal Affairs [Ministerio de Asuntos Aborígenes] – Recursos de vivienda*

El Ministerio de Asuntos Aborígenes provee información sobre los programas gubernamentales de Ontario y los servicios relacionados con viviendas asequibles.

1-866-381-5337

Teléfono de texto: 1-866-686-6072

[www.ontario.ca/rvc](http://www.ontario.ca/rvc)

### *Programa de viviendas subvencionadas*

El programa de asuntos aborígenes y de viviendas subvencionadas para el desarrollo del Norte de Canadá es un programa basado en la residencia que provee fondos para servicios de apoyo social, no médicos, para personas mayores, adultos con enfermedades crónicas y niños y adultos con discapacidades. El programa ayuda a los individuos a permanecer independientes durante el mayor tiempo posible, al mismo tiempo que maximiza la calidad de vida en sus hogares y en la comunidad.

1-800-567-9604

Teléfono de texto: 1-866-553-0554

[www.aadnc-aandc.gc.ca](http://www.aadnc-aandc.gc.ca) (> Social Programs [Programas sociales] > Assisted Living Program [Programa de viviendas subvencionadas])

# 6 HOGARES DE ANCIANOS CON ATENCIÓN A LARGO PLAZO

## Información general

Si está buscando información acerca de hogares de retiro, por favor remítase a la sección VIVIENDA de esta guía.

Los hogares de ancianos con atención a largo plazo están diseñados para personas que necesitan ayuda con actividades diarias, supervisión en un lugar seguro y/o acceso a atención de enfermería las 24 horas. También se conocen como asilos, hogares municipales para ancianos u hogares de beneficencia para ancianos. Están autorizados o aprobados y financiados por el Ministry of Health and Long-Term Care [Ministerio de Salud y Atención a Largo Plazo] y deben cumplir con las normas provinciales referentes a atención, servicios y tarifas para residentes.

Ontario Long-Term Care Association [Asociación de Atención a Largo Plazo de Ontario]  
905-470-8995  
[www.oltca.com](http://www.oltca.com)

Ontario Association of Non-Profit Homes & Services for Seniors [Asociación de Hogares y Servicios Sin Fines de Lucro para Personas Mayores de Ontario]  
905-851-8821  
[www.oanhss.org](http://www.oanhss.org)

## *Cómo inscribirse*

Si piensa en un hogar de ancianos con atención a largo plazo, debe comunicarse con el Community Care Access Centre [Centro de Acceso de Atención Comunitaria] (CCAC) de su localidad. El CCAC determina la elegibilidad para atención a largo plazo y maneja las listas de espera. El CCAC le asignará un trabajador en el caso que puede asistirlo para completar su solicitud de atención a largo plazo. En su solicitud, puede identificar hasta cinco hogares de ancianos con atención a largo plazo.

Community Care Access Centre [Centro de Acceso para Atención Comunitaria]  
310-CCAC (310-2222)  
[www.310CCAC.ca](http://www.310CCAC.ca)

## *Elegir un hogar de ancianos con atención a largo plazo*

Su administrador de caso de CCAC puede ayudarlo a conocer más sobre las opciones que tiene, pero aquí hay algunas cosas a tener en cuenta cuando selecciona un hogar de ancianos con atención a largo plazo:

- ¿El personal es amable y se preocupa?
- ¿Los residentes parecen estar contentos y bien atendidos?
- ¿El hogar está ubicado en un lugar conveniente y existe transporte público disponible?
- ¿Son flexibles los horarios de visita?
- El hogar está capacitado para cumplir sus necesidades religiosas, espirituales, culturales, de idioma y alimentación.
- ¿Puede guardar sus pertenencias en un lugar seguro?
- ¿Puede llevar su propio mobiliario y alimento?

Es muy importante que usted y su familia visiten cada uno de los hogares que están teniendo en cuenta. También puede verificar el Facility Review Summary Report [informe sobre el resumen de la revisión de las instalaciones] de cada hogar en [www.ontario.ca/rvd](http://www.ontario.ca/rvd).

## *Alojamiento para una estadía corta*

Las personas mayores que se están recuperando de una enfermedad o lesión, algunas veces necesitan los servicios de estadía corta ofrecidos por los hogares de ancianos con atención a largo plazo sin la necesidad de ser admitidos en forma permanente. Los residentes de una estadía corta necesitan alojamiento temporal por un máximo de 90 días en un año. Algunos hogares de ancianos con atención a largo plazo en Ontario actualmente ofrecen servicios de “evaluación y recuperación” por medio del programa de atención convaleciente. Algunas personas también elijen una estadía corta para darles un descanso a sus cuidadores o para tomar fuerzas para seguir una estadía en el hospital.

## *Tarifas de alojamiento*

Aunque todos los servicios de enfermería y de cuidados personales los paga el gobierno provincial, los residentes en hogares de ancianos con atención a largo plazo deben pagar sus gastos de alojamiento, los cuales son estándares en toda Ontario. Este monto se denomina co-pago. El monto de su co-pago depende de la duración de su estadía y del tipo de habitación que elija (privada, semi-privada y básica).

Los residentes de estadías prolongadas necesitan alojamiento permanente por un período de tiempo indefinido. Los residentes de una estadía corta necesitan alojamiento temporal por un máximo de 90 días en un año. Las tarifas de alojamiento generalmente las establece el Ministry of Health and Long-Term Care [Ministerio de Salud y Atención a Largo Plazo] el 1 de julio de cada año.

[www.ontario.ca/rvf](http://www.ontario.ca/rvf)

Si no puede pagar el co-pago mensual por alojamiento básico, usted puede ser elegible para un descuento en la tarifa. Hable con su administrador de caso CCAC para más información.

## ***Servicios***

Los hogares de ancianos con atención a largo plazo se proponen hacerlo sentir como en su casa, un lugar donde todos los residentes se sientan seguros y cómodos. Los hogares tienen comedores y áreas en común, y también pueden tener otras comodidades como negocios, salones, lugares de culto o jardines. Todos los hogares de ancianos con atención a largo plazo ofrecen supervisión y enfermería las 24 horas.

El paquete básico de alojamiento incluye lo siguiente:

- Mobiliario, comidas, ropa de cama y lavado de ropa, suministros para higiene personal, suministro y dispositivos médicos o clínicos, tareas domésticas, programas sociales y recreacionales, administración de medicamentos y asistencia con las actividades diarias.
- Atención personal y enfermería las 24 horas y acceso a médicos u otros profesionales de atención médica.
- Un “plan de atención” único que detalla sus requisitos de atención, el cual es revisado y actualizado al menos una vez cada tres meses.

Abonando una tarifa, también puede agregar otros servicios, incluyendo TV por cable, teléfono privado, servicio de peluquería, etc. Recuerde que no se le pueden cobrar ninguno de estos servicios, salvo que primero manifieste su aprobación por escrito.

## ***Derechos de los residentes***

Los residentes de hogares de ancianos con atención a largo plazo merecen vivir en un ambiente respetuoso y compasivo, libre de abuso y negligencia. Los hogares están obligados a publicar una versión impresa en letras grandes de la declaración de derechos de los residentes en inglés y francés, y tienen que ponerla en



ubicaciones fácilmente accesibles. Cuando es admitido, usted o la persona responsable de usted deben recibir una copia de la declaración de derechos de los residentes y se les debe decir cómo demostrar sus preocupaciones, presentar quejas o sugerir cambios al hogar sin temor de recriminación. Los residentes también se pueden contactar con el Family Council [Consejo de Familia] y con el Ontario Association of Residents' Council [Consejo de la Asociación de Residentes de Ontario] para obtener asistencia.

[www.e-laws.gov.on.ca/html/statutes/english/elaws\\_statutes\\_07108\\_e.htm#BK5](http://www.e-laws.gov.on.ca/html/statutes/english/elaws_statutes_07108_e.htm#BK5).

## *Inspecciones*

Todos los poseedores de licencias de hogares de ancianos con atención a largo plazo en Ontario deben cumplir con la legislación que establece normas claras y detalladas para la atención, calidad de vida y derecho de los residentes y el funcionamiento de los hogares de ancianos con atención a largo plazo. Todos los hogares reciben una inspección al menos una vez por año. El Ministry of Health and Long-Term Care [Ministerio de Salud y Atención a Largo Plazo] realiza inspecciones sin aviso y aplica las medidas de cumplimiento.

## *Informes sobre hogares de ancianos con atención a largo plazo*

Las versiones públicas de todos los informes de inspección y de las órdenes de inspección realizadas en los hogares de ancianos con atención a largo plazo a partir del 1 de julio de 2010, se encuentran disponibles en Internet y publicadas dentro de cada hogar. También se incluye información general, como por ejemplo propietario del hogar y cantidad de camas. Para ver estos informes, por favor visite [www.ontario.ca/rvd](http://www.ontario.ca/rvd).

## *Quejas*

Cualquier persona preocupada por la situación de un residente del hogar de ancianos con atención a largo plazo puede informarla o presentar una queja. Esto incluye un residente, un miembro de su familia, alguien empleado por el hogar, cualquier persona que provea servicios al residente o cualquier miembro del público. Cada hogar debe publicar su procedimiento para manejar las quejas. Los individuos son incentivados a trabajar con el hogar para resolver las preocupaciones directamente.

Long-Term Care ACTION Line [Línea de ACCIÓN para atención a largo plazo]  
1-866-434-0144

Director, Performance Improvement and Compliance Branch [Director, Sección conformidad y mejora del desempeño]

Ministry of Health and Long-Term Care [Ministerio de Salud y Atención a Largo Plazo]

11<sup>th</sup> Floor, 1075 Bay St.

Toronto ON M5S 2B1

### *Consejos de la Asociación de Residentes de Ontario*

Cada residente de un hogar de ancianos con atención a largo plazo tiene la oportunidad de participar en el consejo de residentes. El propósito de estos consejos es incentivar el intercambio de ideas, sugerencias y preocupaciones. Esta asociación provincial apoya los consejos de residentes, representa a los residentes y promueve un nivel de atención.

1-800-532-0201

[www.ontarc.com](http://www.ontarc.com)

### *Consejos de familia*

Muchos hogares de ancianos con atención a largo plazo tienen un consejo de familia activo compuesto por familiares y amigos de los residentes que se reúnen para proporcionar cada uno su apoyo, compartir información y abogar de parte de los residentes.

Ontario Family Councils' Program [Programa de consejos de familia de Ontario]

1-888-283-8806

[www.familycouncilmembers.net](http://www.familycouncilmembers.net)

# 7 SEGURIDAD Y PROTECCIÓN

## Información y protección al consumidor

El Ministry of Consumer Services [Ministerio de Servicio al Consumidor] de Ontario educa, protege y sirve a los consumidores de Ontario asegurando un mercado justo, seguro e informado.

Ministry of Consumer Services [Ministerio de Servicios al Consumidor]

1-800-889-9768

Teléfono de texto: 1-877-666-6545

[www.ontario.ca/consumerservices](http://www.ontario.ca/consumerservices)

### *Contratos*

Si alguna vez firmó un acuerdo para comprar bienes o servicios, entonces ha celebrado un contrato. Esto es lo que debe saber para protegerse usted mismo.

Antes de celebrar un contrato:

- Compre en un negocio que conoce y en el que confía. Pregunte a amigos, familiares y colegas sobre sus experiencias. Verifique las referencias de las empresas con las que está pensado hacer negocio.
- Asegúrese que el contrato cubre todos los términos y condiciones que usted discutió con el vendedor. Una promesa que no está en el contrato puede no ser exigible judicialmente.
- Si no entiende el contrato, haga preguntas. Solicite que le expliquen el contrato para que tenga sentido para usted.

Después de celebrar un contrato:

- Tiene 10 días para cancelar algunos contratos, incluso aquellos firmados en su casa por un valor de \$50 y más.
- No pague más del 10 por ciento sobre la estimación original, salvo que hubiera acordado un adicional o bienes y servicios diferentes.
- Puede cancelar el contrato si los bienes o servicios no se proveen dentro de los 30 días de la fecha prometida.

### *Robo de identidad*

El robo de identidad ocurre cuando alguien emplea mal su información personal sin su conocimiento o consentimiento para beneficios de él/ella. Las personas mayores a menudo son objetivo de robo de identidad porque pasaron una vida construyendo solvencia crediticia sólida e incrementando sus inversiones. Para obtener su información personal, un delincuente puede:

- Robar sus tarjetas de banco o de crédito.
- Fingir ser un empleador, un banco o una empresa de servicios públicos y preguntarle información personal.
- Intentar engañarlo para que revele sus contraseñas.
- Hurgar en su reciclaje o basura para obtener información personal.

Esta información luego puede usarse para:

- Abrir una nueva tarjeta de crédito o cuenta bancaria a su nombre.
- Sacar una hipoteca.
- Falsificar tarjetas sanitarias, certificados de nacimiento y otros papeles personales.

Para poder protegerse:

- Guarde su información personal en un lugar seguro, incluso los números de su cuenta bancaria y la información de su tarjeta de crédito.
- Triture los papeles que contienen información personal.
- No lleve en su cartera su certificado de nacimiento o el número de su seguro social y compártalo solo cuando la ley lo requiere, por ejemplo para fines de trabajo o impositivos.
- No de ninguna información personal por teléfono.
- No le diga a nadie sus contraseñas o los números de identificación personal (PIN).
- No confíe en correo electrónico no deseado solicitando su información personal, bancaria o de tarjeta de crédito.

Si considera que dio su información personal a una persona y le hicieron un fraude o estafa, comuníquese inmediatamente con su institución financiera e informe el incidente a la policía.

## *“Phishing”*

Los atacantes que emplean técnicas de “phishing” envían mensajes de correo electrónico a personas mayores dirigiéndolos a sitios web fraudulentos que aparentan representar a organizaciones confiables, como por ejemplo bancos. Estos sitios web fraudulentos tientan a quienes visitan la página a proporcionar información personal, como por ejemplo números de la tarjeta de crédito o del seguro social, información sobre la cuenta bancaria o contraseñas. Los delincuentes luego usan esta información para cometer un fraude.

A los “phishers” les agrada crear una sensación de urgencia. Se inclinan por enviar mensajes con noticias interesantes o preocupantes que requieren su atención inmediatamente. Si está preocupado y sospecha que un correo electrónico puede ser fraudulento, use la información que ya tiene (por ej. número de teléfono ubicado en la parte trasera de su tarjeta de crédito o en la factura) para verificar directamente con la empresa.

Para poder protegerse:

- Nunca dé información bancaria ni contraseñas por Internet.
- No haga clic en los vínculos de un correo electrónico para dirigirse a cualquier sitio web. Regístrese directamente en el sitio web ingresando manualmente la dirección o llame directamente a la empresa.

## *Tarjetas de regalos*

¿Sabía?

- La mayoría de las tarjetas de regalo con un valor establecido no tienen vencimiento. Su tarjeta de regalo mantiene su valor hasta que lo usa y mientras que la empresa que lo vendió siga en el mercado.
- Se le debe dar cierta información antes de comprar una tarjeta de regalo. El vendedor debe decirle claramente o mostrarle cualquier condición o límite de la tarjeta antes que la compre.
- Los honorarios por servicios son restringidos. Se le puede cobrar una tarifa si desea personalizar una tarjeta de regalo o reemplazarla, pero no se le puede cobrar una tarifa por inactividad o para reactivar su tarjeta de regalo.

[www.ontario.ca/rvj](http://www.ontario.ca/rvj)

## Fraudes y estafas

Las personas mayores a menudo son objetivo de fraudes y estafas, y pueden convertirse en objetivo personalmente, por teléfono o por Internet. Estas son algunas estafas que requieren estar alertas:

- **Estafa para renovación del hogar**  
Los estafadores contactan a personas mayores y les ofrecen un descuento especial para personas mayores sobre varias renovaciones para el hogar, como por ejemplo construir una rampa para sillas de ruedas o remendar el techo. Estos individuos tienen una apariencia amable y preocupada por su independencia y bienestar. El estafador luego le cobra tres o cuatro veces más del precio de mercado por el trabajo de renovación. Es importante pedir siempre referencias y educarse usted mismo sobre el costo de cualquier arreglo que le interesa.

- **Estafa de un impostor de servicios públicos**  
Los estafadores y ladrones, generalmente en pares, colocan un trabajador de servicios públicos e intentan ingresar a su casa. Uno lo acompaña a usted a la ubicación del servicio dentro de su casa (como por ejemplo el medidor de gas) mientras que el otro busca en su casa para encontrar objetos de valor, medicamentos e información sobre su identidad (como información bancaria). Pida siempre que se identifiquen y confirme con la empresa de servicios públicos la identidad del/los inspector/es y la necesidad de una cita.
- **Estafa mediante un premio o vacaciones**  
Las personas mayores reciben una notificación por teléfono o por correo electrónico que ganaron un premio o un viaje, pero también se les dice que se requiere de un pago para cubrir los honorarios de transporte, seguro o legales. Nunca envíe dinero por adelantado: si realmente ganó algo, ¡no debe pagarlo!
- **Estafa de emergencia**  
A los defraudadores les agrada crear una sensación de emergencia. Envían correos electrónicos fingiendo ser un amigo o un familiar confiable, como por ejemplo un nieto, y afirman que ocurrió una emergencia y que necesitan dinero en ese momento. Fingiendo ser su familiar o amigo confiable, afirman que no lo pueden llamar. Siempre tenga cuidado cuando alguien en Internet le solicita que le transfiera dinero en ese momento.
- **Sitios Web falsos**  
Las personas mayores son el grupo de compradores por Internet que más rápido crece. Desafortunadamente, algunos sitios web venden productos falsos a precios drásticamente reducidos. Siempre tómese su tiempo e investigue el producto que desea comprar. Solo compre de un sitio web acreditado. Examine las reseñas de los clientes y busque un número de teléfono al que pueda llamar para hablar con un representante.

### *Centro canadiense anti-fraude*

Este centro recopila información de los clientes sobre varios tipos de fraudes y tiene un papel fundamental en educar al público sobre los discursos usados en casos específicos de fraude masivo de marketing. SeniorBusters es un grupo de personas mayores voluntarias que trabajan para combatir las prácticas de fraudes masivos de marketing contra las personas mayores. El programa de SeniorBusters ofrece educación, asesoramiento y referencias para personas mayores que fueron víctimas de fraudes de marketing ilegales y masivos y de robo de identidad o fraude.

Canadian Anti-Fraud Centre [Centro canadiense anti-fraude]  
1-888-495-8501  
[www.antifraudcentre.ca](http://www.antifraudcentre.ca)

# Servicios de emergencia y seguridad pública

## 9-1-1

En una situación de emergencia que se requiera inmediatamente de la policía, los bomberos o la ambulancia, LLAME al 9-1-1 donde esté disponible.

### *Preparación para emergencias*

La sección a cargo del manejo en casos de emergencias de Ontario ofrece información en forma de videos en Internet sobre preparación en emergencias, vínculos para usar como recursos, hojas informativas y una guía para descargar para personas con discapacidades o necesidades especiales. Aprenda cómo preparar un equipo de supervivencia para emergencias, crear un plan familiar de emergencia y permanecer seguro en una emergencia. También se puede registrar para alertas de emergencia.

Emergency Management Ontario [Manejo de emergencias de Ontario]  
1-877-314-3723  
[www.ontario.ca/beprepared](http://www.ontario.ca/beprepared)

Public Safety Canada [Seguridad Pública de Canadá] también ofrece una amplia variedad de consejos e información de seguridad, impresos o por Internet, incluyendo publicaciones como *Your Emergency Preparedness Guide [Su guía de preparación para emergencias]* para ayudarlo a usted y a su familia a prepararse para una emergencia.

Public Safety Canada [Seguridad Pública de Canadá]  
1-800-O-CANADA (1-800-622-6232)  
[www.getprepared.gc.ca](http://www.getprepared.gc.ca)

### *Maltrato de los ancianos*

*“Acciones individuales o repetidas, o la falta de medidas adecuadas, que se producen en una relación en la que existe una expectativa de confianza, que causan daño o sufrimiento a una persona de la tercera edad.”*

*(World Health Organization, 2002) (Organización Mundial de la Salud, 2002)*

El maltrato de los ancianos puede ser de distintas maneras, incluyendo negligencia o maltrato financiero, emocional, físico o sexual. Nunca es aceptable. Si usted o alguien que usted conoce están en peligro inmediato o si necesitan ayuda en una emergencia, llame al 9-1-1. Si usted o una persona mayor que usted conoce fueron víctimas de un robo, fraude o agresión física, comuníquese con el departamento de policía de su localidad. Para obtener información o referencias

sobre apoyo comunitario que pueden servirle como asistencia, llame al 2-1-1 o visite [www.211ontario.ca](http://www.211ontario.ca).

### ***Ontario Network for the Prevention of Elder Abuse [Red de Ontario para la Prevención del Maltrato de los Ancianos] (ONPEA)***

Los asesores regionales sobre maltrato de los ancianos de ONPEA trabajan con agencias comunitarias y redes locales contra el maltrato de los ancianos para:

- Coordinar recursos comunitarios para mejorar el acceso a los servicios por las personas mayores maltratadas o en riesgo.
- Capacitar personal de primera línea para identificar y responder al maltrato de los ancianos.
- Tomar conciencia del maltrato de los ancianos y de dónde conseguir ayuda.

Los asesores actúan como recursos claves para la justicia y los proveedores de servicio comunitario y las redes locales contra el maltrato de los ancianos.

416-916-6728

[www.onpea.org](http://www.onpea.org)

### ***Seguridad en caso de incendio***

Cuando se trata de seguridad en caso de incendio, las personas mayores son particularmente vulnerables. La movilidad decreciente y los desafíos cognitivos pueden dificultar más la respuesta a un caso de incendio para alcanzar la seguridad. Para estar seguro, recuerde lo siguiente:

- Asegúrese de tener detectores de humo que funcionen. Por ley, los detectores de humo son obligatorios en cada piso de su hogar y fuera de todas las zonas de habitaciones. Pruebe mensualmente sus detectores de humo y cambie la batería una vez por año o cuando suena el aviso de batería baja. Si sufre de pérdida de la audición o duerme con la puerta de la habitación cerrada, instale un detector de humo dentro de su habitación o instale un detector de humo con una luz intermitente o un vibrador.
- Si es posible, tenga al menos dos salidas de cada habitación. Desarrolle un plan de escape de su hogar en caso de incendio teniendo en cuenta sus desafíos de movilidad. Practique a menudo su plan de escape. Para personas mayores con problemas de memoria, registre planes de escape y coloque copias en una ubicación fácilmente accesible.
- Permanezca en la cocina mientras cocina. El fuego de la cocina es una de las principales causas de lesiones con fuego entre los adultos de la tercera edad. Apague la cocina o el horno si sale de la habitación mientras está cocinando. Use mangas ajustadas o arremangadas mientras cocina. La ropa suelta o floja



puede incendiarse fácilmente si se pone en contacto con mecheros o llamas abiertas.

- Incentive a los fumadores a que fumen afuera o usen ceniceros profundos que no puedan ser volcados fácilmente para juntar las cenizas de los cigarrillos. No apague los cigarrillos en macetas de plantas, que a menudo contienen turba, virutas de madera y corteza que pueden encenderse fácilmente.
- Vacíe los ceniceros adecuadamente apagando las cenizas con agua o vaciándolos en el inodoro. Asegúrese que están completamente apagados. Nunca vacíe los ceniceros directamente en la basura.
- Nunca fume en la cama.

Para más información sobre seguridad en caso de incendio, comuníquese con el cuerpo de bomberos de su localidad o visite el sitio en Internet de la Office of the Fire Marshal [Oficina del Jefe de Bomberos] en:

[www.ontario.ca/firemarshal](http://www.ontario.ca/firemarshal)

## Cuestiones legales

### *Cumplir con sus necesidades legales*

Todos los abogados y asistentes legales que prestan servicios legales en Ontario deben estar autorizados por la Law Society of Upper Canada [Sociedad Legal de Alto Canadá]. Los abogados pueden ayudarlo con todas las cuestiones legales: Cuestiones familiares o penales, juicios civiles, testamentos, poderes y cuestiones de bienes, transacciones de bienes inmuebles y cuestiones de derecho administrativo. Los asistentes legales autorizados pueden representarlo en el Tribunal con competencia en asuntos de menor cuantía, en audiencias ante tribunales (como por ejemplo, la junta de arrendador y arrendatario) y en acusaciones menores formuladas por escrito en los que la prisión máxima es de seis meses. La Sociedad Legal tiene una cantidad de servicios para ayudarlo a encontrar un abogado o un asistente legal.

The Law Society of Upper Canada [Sociedad Legal de Alto Canadá]

1-800-668-7380

Teléfono de texto: 416-644-4886

[www.lsuc.on.ca](http://www.lsuc.on.ca)

### *Law Society Referral Service [Servicio de referencias de la Sociedad Legal]*

Si tiene un problema legal, este servicio lo conectará con un abogado o con un asistente legal autorizado, quien le dará una consulta gratuita de 30 minutos para ayudarlo a determinar sus derechos y opciones.

1-800-268-8326  
www.lrs.lsuc.on.ca

### *Ayuda legal de Ontario*

Legal Aid Ontario [*Ayuda legal de Ontario*] brinda asistencia legal a los individuos de bajos ingresos y a las comunidades en desventaja por medio de una amplia variedad de servicios. Este servicio también incluye información y referencias sobre abogados de oficio, clínicas legales comunitarias u otras agencias. El personal de ayuda legal le hará preguntas para ayudarlo a encontrar el servicio que mejor se adapta a su cuestión legal. Ayuda legal de Ontario también provee fondos para numerosas clínicas independientes para ayuda legal basadas en la comunidad.

1-800-668-8258  
Teléfono de texto: 1-866-641-8867  
www.legalaid.on.ca

### *Advocacy Centre for the Elderly [Centro de Defensa para los Ancianos] (ACE)*

ACE es una clínica legal de especialidad comunitaria que proporciona servicios legales a las personas mayores de bajos ingresos, incluyendo asesoramiento y representación de clientes individuales y grupales, educación pública legal, actividades de desarrollo comunitario y reforma legal. ACE atiende clientes mayores de 60 años que viven en el Área Metropolitana de Toronto y también puede prestar servicios a las personas mayores fuera de Toronto si el caso es de importancia para la comunidad de las personas mayores.

416-598-2656  
www.ancelaw.ca

### *Community Legal Education Ontario [Educación Legal Comunitaria de Ontario] (CLEO)*

CLEO es una clínica legal comunitaria que produce gratuitamente materiales de educación legal pública sobre una variedad de cuestiones, incluyendo Poderes, maltrato de los ancianos, etc. Estas publicaciones describen las leyes de la manera más simple y clara posible para ayudar a las personas a entender y ejercer sus derechos legales. CLEO no da asesoramiento legal.

416-408-4420  
www.cleo.on.ca

### *ARCH Disability Law Centre [Centro Legal de Discapacidades de ARCH]*

Esta clínica de especialidad de ayuda legal se dedica a defender y hacer avanzar los derechos igualitarios de las personas con discapacidades en Ontario. Los servicios legales de ARCH los proveen abogados y estudiantes pasantes que reportan a una Junta Directiva de voluntarios electos, en la que al menos la mitad está conformada por personas con discapacidades.

1-866-482-ARCH (2724)

Teléfono de texto: 1-866-482-2728

[www.archdisabilitylaw.ca](http://www.archdisabilitylaw.ca)

### *HALCO – Clínica Legal de VIH y SIDA (Ontario)*

HALCO es una clínica legal basada en la comunidad que proporciona asistencia legal gratuita a personas que viven con o están afectadas por el VIH/SIDA. Aparte de proporcionar servicios legales básicos, HALCO brinda educación legal pública y trabaja en las iniciativas de desarrollo comunitario y reforma legal.

1-888-705-8889

[www.halco.org](http://www.halco.org)

### *Ontario Human Rights Code [Código de Derechos Humanos de Ontario]*

El Código de Derechos Humanos de Ontario garantiza a los habitantes de Ontario derechos y oportunidades igualitarias sin discriminación en áreas como empleo, vivienda y servicios. Prohíbe la discriminación basándose en la edad en las áreas de empleo, servicios, bienes, instalaciones, alojamiento, contactos y membresía en asociaciones vocacionales y comerciales. La protección del Código de Derechos Humanos de Ontario contra la discriminación por edad se extiende a todas las personas mayores de 18 años.

[www.ontario.ca/humanrights](http://www.ontario.ca/humanrights)

### *Oficina del Comisionado de Servicios en Idioma Francés*

Esta oficina asegura el cumplimiento de la Ley de servicios en idioma francés en la concesión de servicios franceses. Con su poder para hacer recomendaciones, el comisionado incentiva firmemente a las agencias y ministerios gubernamentales a diseñar proactivamente políticas y programas que se adapten a la población francófona. La misión de la oficina es asegurar que el público reciba servicios de alta calidad en idioma francés de parte del Gobierno de Ontario.

1-866-246-5262

Teléfono de texto: 416-314-0760

[www.ontario.ca/rvk](http://www.ontario.ca/rvk)

## *Office of the Public Guardian and Trustee [Oficina del Fiduciario y Representante Legal Público]*

Esta oficina presta servicios que protegen los intereses legales, personales y financieros de ciertos patrimonios e individuos privados. Cumple una función en lo siguiente:

- Proteger a las personas discapacitadas mentalmente.
- Proteger los intereses públicos en organizaciones benéficas.
- Buscar herederos del patrimonio que administra la OPGT.
- Invertir en fondos de atención de por vida.
- Tratar con sociedades disueltas.

La Oficina del Fiduciario y Representante Legal Público realiza una investigación cuando recibe la información que un individuo puede estar incapacitado o tiene riesgo de sufrir un daño financiero o personal grave y no existe una solución alternativa disponible. Una investigación puede resultar en que la Oficina del Fiduciario y Representante Legal Público le solicite permiso a los tribunales para tomar decisiones de parte de la persona de manera temporal o a largo plazo.

1-800-366-0335

[www.ontario.ca/rvm](http://www.ontario.ca/rvm)

### *Poder*

Un Poder es un documento legal que le otorga a otra persona el derecho a tomar decisiones a nombre de usted.

Un Poder Permanente para la Propiedad es un documento legal que le permite a la persona que usted designa tomar decisiones financieras en a nombre de usted. Esta facultad la persona la puede usar mientras usted aún tiene plenas facultades mentales para tomar decisiones por su cuenta o aún en el caso que usted no tenga plenas facultades para tomar sus propias decisiones acerca de sus bienes. En algunos casos, este Poder puede exigir que la persona nombrada sólo puede ejercerlo si usted no tiene plenas facultades.

Un Poder General o no continuado para Bienes es un documento legal que solo otorga facultad a otra persona mientras usted tiene plenas facultades mentales. Si usted deja de tener plenas facultades mentales, la facultad otorgada a la otra persona se extingue.

Un Poder Especial para Bienes es un documento legal que le permite a la persona que usted designa tomar decisiones limitadas de alguna manera. Se puede incluir un “Poder de banco”, el cual afecta solo los fondos de una institución financiera determinada. Este Poder puede ser limitado a un período de tiempo específico (por ejemplo, mientras usted está fuera del país) o para un bien específico (por ejemplo, una casa que se va a vender).

Un Poder para Atención Personal le permite a la persona que usted designa, tomar decisiones sobre la atención personal de usted a nombre de usted si usted ya no tiene plenas facultades mentales. Estas decisiones pueden incluir alojamiento, seguridad, higiene, nutrición, vestimenta y/o atención médica. Si no tiene un Poder para atención personal preparado y deja de tener plenas facultades para tomar decisiones sobre atención médica o admisión en un hogar de ancianos con atención a largo plazo, un miembro de su familia aún tendría derecho a tomar la mayoría de las decisiones por usted de acuerdo con la Ley de Consentimiento de Atención Médica. Sin embargo, si nadie desea ni está capacitado para tomar decisiones en su nombre, se requiere que la Oficina del Fiduciario y Representante Legal Público tome decisiones en su nombre. Este Poder también puede dar instrucciones a quien tomará las decisiones por usted acerca de qué clase de tratamiento puede desear (o no desear) en caso que deje de tener plenas facultades para decírselo a alguien usted mismo. Este poder tiene efecto solo en el caso que usted deje de tener plenas facultades y a partir del momento que eso ocurra.

El término “testamento vital” se refiere a instrucciones o deseos sobre qué tipo de atención médica usted puede querer o qué tipo de atención médica puede no querer en caso de que deje de tener plenas facultades para tomar decisiones sobre su atención. También conocido como “declaración de voluntad vital anticipada”, un testamento vital debe tenerse en cuenta por quienes toman las decisiones en su nombre, pero no puede ser obligatorio, dependiendo de las circunstancias en ese momento. A diferencia de un Poder para atención personal, no designa a una persona para que tome las decisiones.

La Oficina del Fiduciario y Representante Legal Público desarrolló un paquete de Poder que puede ayudarlo a designar a la persona que usted desea que tome las decisiones en su nombre cuando ya no tiene facultades para hacerlo usted mismo.

Ministry of the Attorney General [Ministerio de Justicia]  
1-800-366-0335  
[www.ontario.ca/rvn](http://www.ontario.ca/rvn)

## *Planificación anticipada de atención*

Planificación anticipada de atención se refiere a tomar decisiones mientras usted es competente acerca de cómo desea ser atendido en el futuro en caso que deje de tener plenas facultades para tomar decisiones. Puede tomar medidas ahora para asegurarse de que sus deseos se cumplan otorgándole a alguien en quien confía la facultad de actuar en su nombre. La Ontario Seniors' Secretariat [Secretaría para Personas Mayores de Ontario] en conjunto con la Alzheimer Society of Ontario [Sociedad de Lucha Contra el Alzheimer] produjo Una Guía para Planificación Anticipada de Atención para ayudar a las personas mayores a conocer más acerca de la planificación para su atención personal en el futuro. Para obtener una copia de esta guía, por favor visite [www.publications.serviceontario.ca](http://www.publications.serviceontario.ca).

Seniors' INFOline [Línea de INFORMACIÓN para personas mayores]  
1-888-910-1999  
Teléfono de texto: 1-800-387-5559  
[www.ontario.ca/seniors](http://www.ontario.ca/seniors)

## *Donación de órganos y tejido*

Es importante que hable con su familia y amigos acerca de su decisión de donar órganos y tejido de modo que puedan entender, apoyar y respetar sus deseos en el futuro. Aún en el caso de que haya firmado una tarjeta de donante, todavía debe registrar su consentimiento. Al registrar su consentimiento de donar, usted se asegura de que su decisión de donar se registra y queda a disposición de la persona adecuada en el momento justo.

Si desea registrarse como donante, usted puede:

- Completar el formulario de consentimiento Gift of Life [Regalo de Vida] en [www.beadonor.ca](http://www.beadonor.ca)
- Visite un ServiceOntario Centre
- Regístrese en [www.ontario.ca/health-and-wellness/organ-and-tissue-donor-registration](http://www.ontario.ca/health-and-wellness/organ-and-tissue-donor-registration).

ServiceOntario  
1-866-532-3161  
Teléfono de texto: 1-800-387-5559

Trillium Gift of Life Network [Red Trillium de Regalo de Vida]  
1-800-263-2833  
[www.giftoflife.on.ca](http://www.giftoflife.on.ca)

## Últimos días de vida

Cuando muere una persona cercana, es probable que deba enfrentarse a tomar decisiones difíciles con poca preparación. Conocer sus derechos con anticipación, hace que este momento cargado de tensión sea un poco más fácil. La ley de Ontario protege a los consumidores que están tomando las últimas decisiones. Por ejemplo, el encargado de un funeral, servicio de transporte, cementerio o crematorio debe darle la lista de precios actuales de todos los suministros y servicios que ofrecen antes que usted celebre un contrato, para que pueda comparar las tarifas. También deben decirle si ellos recibirán una comisión por recomendar ciertos servicios o suministros.

Por ley, usted tiene 30 días para cancelar un contrato por servicios de funeral, entierro o cremación y obtener el reintegro completo por cualquier parte del contrato que aún no se hubiera cumplido. Además, todos los contratos de pago anticipado escritos a partir del 1 de julio de 2012 deben estar garantizados. Esto significa que si usted pagó el contrato en su totalidad, su proveedor de servicios debe proveerle todo lo que se especifica en el contrato cuando lo necesite y sin ningún cargo adicional, aún si los precios hubieran aumentado.

Ministry of Consumer Services [Ministerio de Servicios al Consumidor]  
1-800-889-9768  
[www.ontario.ca/consumerservices](http://www.ontario.ca/consumerservices)

Board of Funeral Services [Junta de Servicios Fúnebres]  
1-800-387-4458  
[www.funeralboard.com](http://www.funeralboard.com)

## *Testamentos y patrimonios*

Un testamento es un documento escrito en el cual usted indica cómo se deben distribuir sus bienes después de su fallecimiento. Un testamento también puede ayudar a sacar ventajas de las oportunidades para ahorrar el pago de impuestos y las prórrogas impositivas que pueden surgir como resultado de su fallecimiento. Es una buena idea tener un abogado con conocimiento de derecho de sucesiones para que prepare su testamento. Tenga cuidado cuando usa el “Paquete de Testamento” ya que algunos de sus componentes pueden no cumplir las leyes de Ontario. Si no firma y da fe de su testamento de acuerdo con las normas de la Ley de la Reforma Legal en Sucesiones, puede no tener validez.

Cuando una persona fallece, es importante saber si tiene un testamento y dónde está guardado. Algunas personas presentan su testamento ante tribunales locales o ante un abogado, o lo guardan en cajas de seguridad o en un cajón en

sus casas. El albacea testamentario del patrimonio del causante lleva a cabo los deseos contenidos en el testamento.

Si una persona fallece sin un testamento (intestada), entonces el patrimonio se distribuye de acuerdo con la Ley de Reforma Legal en Sucesiones de Ontario. El patrimonio también puede terminar siendo administrado por el Fiduciario y Representante Legal Público en ciertas circunstancias si un residente de Ontario fallece sin un testamento o con un testamento pero con nadie que actúe como fiduciario del patrimonio. Si desea hacer alguna pregunta sobre su propio testamento o sobre el hecho de ser un beneficiario, debe consultar a un abogado.

Ministry of the Attorney General [Ministerio del Procurador General]  
1-800-518-7901  
Teléfono de texto: 416-326-4012  
[www.ontario.ca/rvo](http://www.ontario.ca/rvo)

### *Fallecimiento fuera del país*

Si una persona fallece en otro país, comuníquese con la oficina gubernamental canadiense más cercana en ese país para solicitarle instrucciones de cómo proceder.

Foreign Affairs and International Trade Canada – Consular Services [Relaciones Exteriores y Comercio Internacional de Canadá – Servicios Consulares]  
Toll-free in Canada[Llamada gratuita dentro de Canadá]: 1-800-267-6788  
Outside Canada[Fuera de Canadá]: 613-996-8885 (se aceptan llamadas a cobrar)  
Teléfono de texto: 1-800-394-3472  
[www.travel.gc.ca/about/assistance/consular/death](http://www.travel.gc.ca/about/assistance/consular/death)

### *Registro y certificado de defunción*

Después de un fallecimiento, el médico o el juez de instrucción completa el Certificado Médico de Defunción y se lo entrega al encargado del funeral con el cuerpo del difunto. Para registrar una muerte, un miembro de la familia y el encargado del funeral deben completar el Certificado de Defunción con información sobre el difunto. Una vez completado, el encargado del funeral entrega ambos documentos en la oficina del secretario municipal local. La información sobre la causa de defunción recopilada de los registros de defunción se usa para investigaciones médicas y de salud y para fines estadísticos.

El encargado del funeral emitirá copias de una prueba de defunción que puede usarse en ciertas situaciones, pero algunas organizaciones pueden solicitar un certificado oficial de defunción. Puede necesitar un certificado de defunción para:



- Asignar un patrimonio.
- Fines de seguro.
- Acceso a/terminación de servicios gubernamentales.
- Búsquedas genealógicas.

ServiceOntario  
 1-800-267-8097  
 Teléfono de texto: 1-800-268-7095  
[www.ontario.ca/government/death-certificate](http://www.ontario.ca/government/death-certificate)

## *Pensiones y prestaciones*

Si usted es el albacea testamentario de un patrimonio, debe contactar las siguientes instituciones (como se relacionan con la persona fallecida) para averiguar la elegibilidad o cancelar las prestaciones, servicios o nombramientos.

El albacea testamentario también debe contactar empleadores anteriores del difunto para obtener información acerca de pensiones y prestaciones de la empresa.

Old Age Security [Programa de Seguro por Vejez]  
 Guaranteed Income Supplement [Ingreso Suplementario Garantizado]  
 Canada Pension Plan [Plan de pensión de Canadá]  
 1-800-277-9914  
 Teléfono de texto: 1-800-255-4786  
[www.servicecanada.gc.ca](http://www.servicecanada.gc.ca)

Harmonized Sales Tax [Crédito de Impuesto Sobre Ventas]  
 1-800-959-1953  
 Teléfono de texto: 1-800-665-0354  
[www.cra-arc.gc.ca/bnfts/gsthst](http://www.cra-arc.gc.ca/bnfts/gsthst)

Guaranteed Annual Income System  
 1-866-ONT-TAXS (1-866-668-8297)  
 Teléfono de texto: 1-800-263-7776  
[www.ontario.ca/gains](http://www.ontario.ca/gains)

Veterans Affairs Canada [Departamento de Asuntos de Veteranos de Canadá]  
 1-866-522-2122  
[www.veterans.gc.ca](http://www.veterans.gc.ca)

Workplace Safety and Insurance Board [Comisión de Aseguramiento y Seguridad en el Lugar de Trabajo]  
 1-800-387-0750  
 Teléfono de texto: 1-800-387-0050  
[www.wsib.on.ca](http://www.wsib.on.ca)

Ontario Works [Asistencia Social]  
[www.ontario.ca/rvp](http://www.ontario.ca/rvp)

National Defence Disability and Death Benefits [ Indemnización por fallecimiento y subsidio por discapacidad de Defensa Nacional]  
1-866-522-2122  
[www.forces.gc.ca](http://www.forces.gc.ca)

Para más información sobre pensiones para el familiar de la persona fallecida, por favor remítase a la sección FINANZAS de esta guía.

### ***Impuesto sobre las ganancias***

Como albacea testamentario, debe completar el formulario del impuesto sobre las ganancias del difunto. Puede comunicarse con la oficina local de servicios impositivos para obtener más información y asistencia.

Canada Revenue Agency [Agencia Tributaria de Canadá]  
1-800-959-8281  
Teléfono de texto: 1-800-665-0354  
[www.cra.gc.ca/cntct/prv/on-eng.html](http://www.cra.gc.ca/cntct/prv/on-eng.html)  
[www.cra-arc.gc.ca/tx/ndvdlS/lf-vnts/dth/menu-eng.html](http://www.cra-arc.gc.ca/tx/ndvdlS/lf-vnts/dth/menu-eng.html)

### ***Bancos y tarjetas de crédito***

El albacea testamentario debe comunicarse con los bancos y otras instituciones financieras con las que operaba la persona fallecida, y con las empresas de tarjetas de crédito para cancelar cualquier tarjeta de crédito.

### ***Registros y tarjetas gubernamentales***

El albacea testamentario debe comunicarse con todas las agencias gubernamentales que correspondan con la persona fallecida:

Driver's Licence and Accessible Parking Permit [Licencia para conducir y permiso de estacionamiento para discapacitados]  
Ontario Health Card [Tarjeta de salud de Ontario]  
Outdoors Card [Tarjeta de actividades al aire libre]  
ServiceOntario  
1-866-532-3161  
Teléfono de texto: 1-800-268-7095  
[www.serviceontario.ca](http://www.serviceontario.ca)

Social Insurance Number [Número de seguro social]  
Service Canada [Servicio de Canadá]  
1-800-206-7218  
[www.servicecanada.gc.ca](http://www.servicecanada.gc.ca)

Canadian and Foreign Passports [Pasaportes canadienses y extranjeros]  
Passport Canada [Pasaporte de Canadá]  
1-800-567-6868  
Teléfono de texto: 1-866-255-7655  
[www.ppt.gc.ca](http://www.ppt.gc.ca)

Citizenships and Permanent Resident Cards [Tarjetas de ciudadanía y de residencia permanente]  
Citizenship and Immigration Canada [Ciudadanía e inmigración de Canadá]  
1-888-242-2100  
Teléfono de texto: 1-888-576-8502  
[www.cic.gc.ca](http://www.cic.gc.ca)

Indian Status [Status Aborigen]  
Aboriginal Affairs and Northern Development Canada [Asuntos Aborígenes y Desarrollo del Norte de Canadá]  
1-800-567-9604  
Teléfono de texto: 1-866-553-0554  
[www.aadnc-aandc.gc.ca](http://www.aadnc-aandc.gc.ca)

Firearms Licences [Permisos para armas de fuego]  
Canadian Firearms Program [Programa Canadiense para armas de fuego]  
1-800-731-4000  
[www.rcmp-grc.gc.ca/cfp-pcaf/index-eng.htm](http://www.rcmp-grc.gc.ca/cfp-pcaf/index-eng.htm)

## ***Vehículos***

El albacea testamentario puede necesitar investigar la venta o transferencia de dominio de cualquier vehículo, botes, máquinas de nieve, vehículos todo terreno o casas rodantes remolcables, etc. y cancelar o transferir las pólizas de seguro.

[www.ontario.ca/smw](http://www.ontario.ca/smw)

## ***Bienes***

El albacea testamentario puede necesitar:

- Determinar escrituras e impuestos sobre bienes inmuebles y patrimonio de residencias principales y secundarias.
- Solicitar que la correspondencia se envíe a otro domicilio o se mantenga en la oficina de correo de Canadá.

- Comunicarse con una empresa de servicios públicos, empresa de televisión por cable, telefónica, de suministro de energía eléctrica, dentro de la municipalidad del difunto para nombrar cambios o cancelaciones.
- Organizar cambios de nombre o cancelaciones correspondientes al envío de diarios y revistas.

### *Clubes, organizaciones, asociaciones de servicios y profesionales.*

Además, puede ser necesario contactar a los siguientes individuos y organizaciones:

- Practicantes de atención médica, cuidadores u organizaciones proveedoras de servicios médicos.
- Tarjetas de compras/viajes frecuentes.
- Lugares donde el difunto asistía como voluntario.
- Organizaciones profesionales a las que pertenecía la persona difunta.
- Instituciones posteriores a la escuela secundaria en la que el difunto era alumno.

### *Para veteranos*

Los servicios de funeral y entierro, incluso un marcador de sepultura con estilo militar, están disponibles para veteranos elegibles. Estas prestaciones las otorga Last Post Fund en representación del Departamento de Asuntos de Veteranos de Canadá.

Last Post Fund - Ontario Branch  
1-800-563-2508  
[www.lastpostfund.ca](http://www.lastpostfund.ca)

# 8 TRANSPORTE

## Conducir

Para las personas mayores es importante estar activas. Envejecer no significa que debe dejar de conducir. Sin embargo, varios conductores ancianos cambian voluntariamente sus hábitos de conducción para adaptar los cambios relacionados con el envejecimiento.

### *Cursos para conductores de edad madura*

Si usted es un conductor de la tercera edad, tenga en cuenta la posibilidad de tomar un curso o participar en un taller de conducción que pueda ayudarlo a aprender nuevas maneras de enfrentar los desafíos de conducción relacionados con la edad. Además de nuevas estrategias de aprendizaje, puede revisar reglas y normas de conducción, causas comunes de colisión y técnicas para evitarla.

55 Alive Driver Refresher Course [Curso de repaso de conducción para mayores de 55]

Canada Safety Council [Consejo de Seguridad de Canadá]

613-739-1535 ext. 233

[www.safety-council.org](http://www.safety-council.org)

CAA Mature Operations Workshop [Taller para usuarios de edad madura del CAA]  
Canadian Automobile Club [Club Canadiense del Automóvil] (CAA) Zona Centro y Sur de Ontario

1-800-268-3750

[www.caasco.com/drivertraining](http://www.caasco.com/drivertraining)

### *Renovación de la licencia para conducir*

Puede renovar su licencia para conducir en los Centros ServiceOntario.

ServiceOntario

1-800-267-8097

Teléfono de texto: 1-800-268-7095

[www.serviceontario.ca](http://www.serviceontario.ca)

### *Senior Driver Renewal Program [Programa de renovación para personas mayores que conducen]*

Una vez que llega a los 80 años, su licencia para conducir se renovará cada dos años en lugar de cada cinco años. Como parte del programa de renovación para personas mayores que conducen, se le solicitará lo siguiente:

- Tomar un examen visual.
- Participar en una sesión grupal de educación.
- Completar un ejercicio de tipo elección múltiple acerca de las normas y señales de tránsito.

Ministry of Transportation [Ministerio de Transporte]

1-800-396-4233

Teléfono de texto: 1-800-268-7095

[www.ontario.ca/driving-and-roads/renew-g-drivers-licence-80-years-and-over](http://www.ontario.ca/driving-and-roads/renew-g-drivers-licence-80-years-and-over)

### *Centros de examen para conductores*

Los DriveTest Centres [Centros de examen para conducir] proporcionan todos los servicios del examen para conducir como por ejemplo los exámenes visuales, escritos y de carretera, para todas las clases de licencias.

DriveTest [Examen para conducir]

1-888-570-6110 (línea automatizada para reserva telefónica)

[www.drivetest.ca](http://www.drivetest.ca)

Si usted no tiene una licencia para conducir, puede solicitar la Ontario Photo Card [Tarjeta de Ontario con foto] para usarla como identificación emitida por el gobierno. Por favor remítase a la página IDENTIFICACIÓN DEL GOBIERNO DE ONTARIO al final de esta guía para mayor información.

### *Permiso de estacionamiento para discapacitados*

Si reúne los requisitos para el permiso de estacionamiento para discapacitados, se emitirá uno para usted, sin cargo. Puede usarlo en cualquier vehículo en el que esté viajando. Asegúrese que el permiso esté ubicado en un lugar visible cuando el vehículo en el que se encuentra está estacionado en un lugar designado como estacionamiento para discapacitados. Para reunir los requisitos para un Permiso de Estacionamiento para Discapacitados, debe presentar un certificado médico firmado por su médico indicando que tiene movilidad limitada y/o requiere de asistencia para trasladarse, sufre de enfermedad pulmonar o cardiovascular grave, requiere oxígeno portátil o padece de visión escasa. Puede solicitar un permiso permanente que tiene una validez de hasta cinco años o un permiso temporal que tiene una validez de hasta un año.

ServiceOntario

1-800-387-3445

[www.ontario.ca/accessibleparking](http://www.ontario.ca/accessibleparking)

Si desea conocer más acerca del Home and Vehicle Modification Program [Programa de modificación de vivienda y vehículo], por favor remítase a la sección FINANZAS, de esta guía.

## Alternativas a la conducción

Si usted es un conductor de edad madura, llegará el momento en el que deberá pensar en restringir su conducción o quizás dejar de conducir. Puede ser una decisión difícil de tomar ya que puede sentir que pierde su independencia y pasa a ser una carga para los demás. No tema charlar sobre sus inquietudes con familiares, amigos y con su médico. Asegúrese de que está bien informado sobre las alternativas para conducir disponibles en su comunidad. Planifique con anticipación cuando pueda necesitar restringir la conducción y eventualmente dejarla.

### *Señales de peligro*

Es importante que reconozca las señales de que puede no seguir siendo un conductor seguro. Estas son algunas cosas con las que debe tener cuidado:

- ¿Se pone nervioso detrás del volante?
- ¿Otros conductores habitualmente le tocan bocina?
- ¿Ha tenido varios accidentes menores y casi-accidentes?
- ¿Sus familiares y amigos se preocupan por el hecho de que usted conduce?
- ¿Sus hijos le confían la conducción del auto?
- ¿Sus hijos le permiten conducir cuando sus nietos se encuentran el auto?
- ¿Alguna vez se perdió mientras conducía o se olvidó dónde iba?

### *Alternativas*

Existen muchas alternativas a conducir. Aquí detallamos algunas opciones a tener en cuenta.

- Ómnibus, taxis y otras formas de transporte público.
- Solicitarle a amigos y miembros de la familia que lo lleven.
- Mantener un vehículo para que otras personas lo conduzcan para llevarlo a usted.
- Furgones/colectivos, camionetas programadas y a pedido de residencias de ancianos y de otros grupos.
- Cupones prepagos de taxis.
- Caminar.
- Servicios de conductores voluntarios que pueden estar disponibles en su zona.

Llame al 2-1-1 para encontrar organizaciones en su comunidad que presten servicios de transporte para personas mayores o visite [www.211ontario.ca](http://www.211ontario.ca).

## Comprar o vender vehículos

### *Used Vehicle Information Package [Paquete con Información de Vehículos Usados (UVIP)]*

Más de un millón de vehículos usados cambian de propietario todos los años en Ontario. Para ayudar a los consumidores a tomar decisiones con mejor información, el vendedor debe proporcionar un UVIP. El UVIP está disponible en todas las Oficinas Emisoras de Licencias para Conducir y Licencias de Vehículos de ServiceOntario.

ServiceOntario  
1-800-387-3445  
[www.ontario.ca/UsedVehicle](http://www.ontario.ca/UsedVehicle)

## Transporte público

Muchas comunidades ofrecen servicio de autobuses y servicio de tránsito especializado. Los servicios especializados, como Wheel-Trans (servicio puerta a puerta con acceso para sillas de ruedas) en Toronto, Para Transpo (servicio puerta a puerta para personas con discapacidades) en Ottawa y Handi-Transit (servicio que recibe y deja al pasajero en el borde de la acera) en Windsor, usan vehículos pequeños equipados con un ascensor o rampa para personas que usan dispositivos para movilidad como sillas de ruedas y triciclos para discapacitados. En algunas comunidades se pueden usar ómnibus con accesibilidad total tanto en recorridos fijos como flexibles.

Para más información sobre los servicios de transporte público disponibles en su comunidad, llame al 2-1-1 o visite [www.211ontario.ca](http://www.211ontario.ca).

### *Conductores voluntarios*

Puede haber un servicio de conductores voluntarios disponible en su zona por medio de la Red Cross [Cruz Roja], la sección correspondiente a su zona de la Royal Canadian Legion [Legión Real Canadiense] u Older Adult Centre [Centros para Adultos de la Tercera Edad].

### *Servicio de tránsito “GO” [IR]*

El servicio tránsito “GO” es un servicio regional de transporte público que funciona en el Área Metropolitana de Toronto y Hamilton, con recorridos que llegan a todas las comunidades de Greater Golden Horseshoe. Las tarifas del servicio de tránsito



“GO” varían de acuerdo a la distancia recorrida. Las personas mayores de 65 años pueden viajar por la mitad de la tarifa regular para adultos. Hay disponibles pasajes para viajes simples y pases diarios para personas mayores. La mayoría de las estaciones del servicio de tránsito “GO” son accesibles para pasajeros que usan dispositivos de movilidad o prefieren acceso sin escalones.

1-888-GETONGO (438-6646)  
Teléfono de texto: 1-800-387-3652  
[www.gotransit.com](http://www.gotransit.com)

## Para veteranos

### *Veteran Graphic Licence Plate [Matrícula personalizada para veteranos]*

Esta matrícula está disponible para veteranos elegibles cuyos servicios fueron certificados por la Legión Real Canadiense. Visite cualquier centro ServiceOntario para obtener una Certificación para Elegibilidad de Matrícula para Veteranos o visite [www.ontario.ca/customplates](http://www.ontario.ca/customplates).

Royal Canadian Legion - Ontario Provincial Command [Legión Real Canadiense,  
Jefatura Provincial de Ontario]  
905-841-7999  
[www.on.legion.ca](http://www.on.legion.ca)

# 9 CONTACTOS CLAVE

## Gobierno de Ontario

Seniors' INFOline [Línea de INFORMACIÓN para personas mayores]

1-888-910-1999

Teléfono de texto: 1-800-387-5559

Comuníquese con la línea de INFORMACIÓN para personas mayores para conocer más acerca de los programas y servicios que ofrece el Gobierno de Ontario para personas mayores o para solicitar publicaciones.

ServiceOntario

1-800-267-8097

Teléfono de texto: 1-800-268-7095

[www.serviceontario.ca](http://www.serviceontario.ca)

ServiceOntario proporciona una amplia gama de información del Gobierno de Ontario en un solo lugar. Puede acceder a la información por Internet, teléfono o personalmente en el centro de ServiceOntario.

ServiceOntario Publications [Publicaciones ServiceOntario]

1-800-668-9938

Teléfono de texto: 1-800-268-7095

[www.publications.serviceontario.ca](http://www.publications.serviceontario.ca)

Comuníquese con ServiceOntario Publications [Publicaciones ServiceOntario] para solicitar las publicaciones del Gobierno de Ontario.

Community Care Access Centre [Centro de Acceso para Atención Comunitaria] (CCAC)

310-CCAC (310-2222)

[www.310CCAC.ca](http://www.310CCAC.ca)

Comuníquese con el CCAC para conocer más acerca de las opciones de atención domiciliaria y comunitaria disponibles en su comunidad.

Telehealth Ontario [Telesalud Ontario]

1-866-797-0000

Teléfono de texto: 1-866-797-0007

Llame a Telehealth Ontario para obtener asesoramiento confidencial e información general sobre temas relacionados con la salud. Este servicio está disponible las 24 horas del día, los siete días de la semana en distintos idiomas.

Victim Support Line [Línea de apoyo a las víctimas]  
1-888-579-2888

La línea de apoyo a las víctimas es una línea de información gratuita, multilingüe, disponible en toda la provincia, que provee una variedad de servicios para víctimas de delitos.

Emergency Management Ontario [Manejo de Emergencias de Ontario]  
1-888-795-7635

Comuníquese con la sección de manejo de emergencias de Ontario para conocer más acerca de la planificación en casos de emergencia.

Office of the Public Guardian and Trustee [Oficina del Fiduciario y Representante Legal Público]  
1-800-366-0335

La Oficina del Fiduciario y Representante Legal Público protege los intereses legales, personales y financieros de ciertos bienes e individuos privados.

Ombudsman Ontario [Defensor del pueblo de Ontario]  
1-800-263-1830  
Teléfono de texto: 1-866-411-4211

El defensor del pueblo de Ontario recibe las quejas del público sobre los servicios gubernamentales provinciales y los resuelve siempre que sea posible.

## Gobierno de Canadá

Service Canada [Servicio de Canadá]  
1-800-0-Canada  
(1-800-622-6232)  
Teléfono de texto: 1-800-926-9105  
[www.servicecanada.gc.ca](http://www.servicecanada.gc.ca)

Pension Programs - Service Canada [Programa de pensiones - Servicio de Canadá]  
1-800-277-9914  
Teléfono de texto: 1-800-255-4786

Comuníquese con Servicio de Canadá para aprender más sobre los programas y servicios ofrecidos por el gobierno federal.

## Gobierno local

211 Ontario  
[www.211ontario.ca](http://www.211ontario.ca)

Llame al 2-1-1 para aprender más sobre los servicios comunitarios y sociales disponibles en su zona. Los servicios son gratuitos, confidenciales y están disponibles las 24 horas del día, los siete días de la semana en más de 150 idiomas.

Association of Municipalities of Ontario (AMO) [Asociación de Municipios de Ontario]  
[www.yourlocalgovernment.com](http://www.yourlocalgovernment.com)

Visite el sitio en Internet de la Asociación de Municipios de Ontario para conocer más sobre los servicios y programas municipales disponibles en su zona, incluyendo servicios para personas mayores, programas de salud y bienestar, servicios de vivienda, recreación, salud pública y asistencia social.

## Seguridad comunitaria

Llame al 9-1-1 cuando se encuentra en cualquier situación de emergencia, cada vez que requiera la asistencia de la policía, los bomberos o la ambulancia.

Crime Stoppers (organizaciones que previenen el delito)  
1-800-222-TIPS (8477)  
[www.canadiancrimestoppers.org](http://www.canadiancrimestoppers.org)

Llame a las organizaciones para prevenir delitos para reportar en forma anónima información sobre un delito o un delito penal.

The Canadian Anti-Fraud Call Centre [Central Telefónica del Centro Canadiense Anti-fraude]  
1-888-495-8501  
[www.antifraudcentre.ca](http://www.antifraudcentre.ca)

Comuníquese con la central telefónica del centro canadiense anti-fraude para informar sobre un fraude o conocer más sobre la prevención de fraudes.

# 10 IDENTIFICACIÓN DEL GOBIERNO DE ONTARIO

## *Tarjeta de Ontario con foto*

Esta tarjeta de bolsillo proporciona la identificación emitida por el gobierno a los habitantes de Ontario que no tienen una licencia para conducir, facilitándoles actividades como viajar, abrir una cuenta bancaria y participar en otras actividades que requieren identificación oficial. Para solicitar una tarjeta de Ontario con foto, debe ser un residente, no conductor, de Ontario, mayor de 16 años. La tarjeta tiene una validez de cinco años. Para más información, por favor visite [www.ontario.ca/photocard](http://www.ontario.ca/photocard).

## *Driver's License [Licencia de conducción]*

Su licencia para conducir de Ontario es su constancia de autorización para conducir un vehículo con motor. Debe llevarla con usted cada vez que conduzca. Esta tarjeta de bolsillo lleva su fotografía y firma digitalizada. Para más información, por favor visite [www.ontario.ca/driving-and-roads/drivers-licence](http://www.ontario.ca/driving-and-roads/drivers-licence).

## *Enhanced Driver's License [Licencia de conducción perfeccionada]*

La licencia para conducir perfeccionada cumple la función de un documento de viaje entre Canadá y Estados Unidos cuando viaja por tierra o por agua. No puede usarse para ingresar a EE. UU. por aire. Para más información, por favor visite [www.ontario.ca/driving-and-roads/enhanced-drivers-licence](http://www.ontario.ca/driving-and-roads/enhanced-drivers-licence).

## *Tarjeta de salud para el Plan de Seguro Médico de Ontario (OHIP)*

Los residentes de Ontario deben tener una tarjeta de salud vigente de Ontario para demostrar que tienen derecho a los servicios de atención médica pagados por OHIP. Se acepta tanto una tarjeta de salud con foto como una tarjeta de salud roja y blanca para tener acceso a los servicios médicos a condición de que la tarjeta esté vigente y pertenezca a usted. Su tarjeta de salud se usa solo para acceder a los servicios de atención médica. No muestre su tarjeta ni dé a conocer el número de su tarjeta de salud a nadie, excepto a un proveedor de atención médica cuando reciba los servicios o al Ministry of Health and Long-Term Care [Ministerio de Salud y Atención a Largo Plazo]. Para más información, por favor visite [www.ontario.ca/healthcard](http://www.ontario.ca/healthcard).

Para obtener información general sobre identificación gubernamental:

ServiceOntario

1-800-267-8097

Teléfono de texto: 1-800-268-7095

[www.serviceontario.ca](http://www.serviceontario.ca)

## Para cambiar su domicilio

El cambio de domicilio integrado por Internet de Ontario es una manera fácil y rápida de notificar su cambio de domicilio al gobierno. La información puede ingresarse solo una vez y usted puede elegir a qué ministerios notificar el cambio. Este incluye su Licencia de Conducción o Registro del Vehículo, Tarjeta de salud o Tarjeta de Actividades al aire libre. Por favor no cambie su domicilio antes de mudarse.

Para ingresar en este servicio en línea, por favor visite [www.ontario.ca/home-and-community/change-your-address](http://www.ontario.ca/home-and-community/change-your-address).

# 11 ÍNDICE

9-1-1 65

## A

Aboriginal Artists in Schools [Artistas aborígenes en las escuelas]	12
Accessible Parking Permit [Permiso de estacionamiento para discapacitados]	80
Adult Day Programs [Programas Programas de día para adultos]	43
Adult Lifestyle Communities [Comunidades para un estilo de vida de adultos]	50
Advance Care Planning [Planificación anticipada de atención]	71
Advocacy Centre for the Elderly [Centro de Defensa para los Ancianos]	68
Alternatives to Driving [Alternativas a la conducción]	81
Ambulance Services [Servicio de ambulancia]	37
ARCH Disability Law Centre [Centro Legal de Discapacidades de ARCH]	68
Assisted Living Program for Aboriginals [Programa de viviendas subvencionadas para aborígenes]	55
Awards Honouring Seniors [Galardones en honor a las personas mayores]	10

## B

Benevolent Funds[Fondos benéficos]	26
Bone Mineral Density [Testing Prueba para determinar la densidad mineral ósea]	30
Bureau of Pensions Advocates [Oficina de defensores de pensiones]	25

## C

Canada Pension Plan Retirement Pension [Pensión de Jubilación del Plan de Pensión de Canadá]	22
Disability Benefits [Subsidio por discapacidad]	22
Survivor Benefits [Pensión para el familiar de la persona fallecida]	22
International Benefits [Prestaciones internacionales]	23
Pension Sharing [División de pensión]	23
Canadian Anti-Fraud Centre [Centro canadiense anti-fraude]	64
Canadian Mental Health Association Ontario [Asociación Canadiense de Salud Mental]	39
Canadian Snowbird Association [Asociación canadiense de los que huyen de la nieve]	4
Caregiver Respite [Descanso para el cuidador]	43
Centre for Addiction and Mental Health [Centro para Adicciones y Salud Mental]	39
Client Intervention Services [Servicios con intervención del cliente]	44
ColonCancerCheck [Control de cáncer de colon]	29

Community Care Access Centre [Centro de Acceso para Atención Comunitaria]	27
Community Homelessness Prevention Initiative [Iniciativa para prevenir la indigencia en la comunidad]	53
Community Legal Education Ontario [Educación Legal Comunitaria de Ontario]	68
Community Volunteer Income Tax Program [Programa de voluntarios comunitarios para impuestos a las ganancias]	19
Compassionate Care Benefit Program [Programa de prestaciones de atención compasiva]	16
Complex Continuing Care [Atención médica prolongada y compleja]	45
Computer Training [Capacitación en computación]	7
Congratulatory Messages [Mensajes de felicitaciones]	8
ConnexOntario [ConnexOntario]	39
Continuing and Distance Education [Cursos de enseñanza para adultos y educación a distancia]	7
Contracts [Contratos]	61
Co-operative Housing [Viviendas cooperativas]	53
Courses for Mature Drivers [Cursos para conductores de edad madura]	79

## D

Death Out of Country [Fallecimiento fuera del país]	73
Death Registration and Certificate [Registro y certificado de defunción]	74
Diabetes	29
Diabetic Testing Agents [Agentes de prueba para diabetes]	35
Dietitians of Canada [Dietistas de Canadá]	42
Disability Pensions and Awards for Veterans [Galardones y pensiones por discapacidad para veteranos]	25
Driver Examination Centres [Centros de examen para conductores]	80
Driver's Licence [Licencia para conducir]	87
Driver's Licence Renewal [Renovación de la licencia para conducir]	79

## E

Eating Well with Canada's Food Guide [Alimentarse bien con la guía canadiense de alimentos]	42
EatRight Ontario [Comer bien en Ontario]	41
Elder Abuse [Maltrato de los ancianos]	65
Elder and Youth Legacy Program [Programa de legado de ancianos y jóvenes]	12
Emergency Preparedness [Preparación para emergencias]	65
Emergency Response Service [Servicio de respuesta en caso de emergencia]	44
Employment Insurance Benefits [Subsidio por Seguro de desempleo]	23
Employment Ontario [Empleo en Ontario]	5



Employment Standards Act [Ley de Estándares de Empleo]	6
Enhanced Driver’s Licence [Licencia de conducción perfeccionada]	87

## F

Family Councils [Consejos de familia]	60
Family Medical Leave [Licencia familiar y médica]	16
Filing Your Tax Return [Cómo completar su formulario de declaración impositiva]	18
Finding a Health Care Provider [Cómo encontrar un proveedor de atención médica]	28
Fire Safety [Seguridad en caso de incendio]	66
Fishing and Hunting [Caza y pesca]	3
Foot Care Services [Servicios de podología]	44
Foreign Trained Professionals [Profesionales capacitados en el exterior]	6
Frauds and Scams [Fraudes y estafas]	63
Friendly Visiting [Visita amable]	44

## G

Gift Cards [Tarjetas de regalos]	63
GO Transit [Servicio de tránsito “GO” (IR)]	82
Guaranteed Annual Income System [Sistema de Ingreso Anual Garantizado]	21

## H

HALCO – HIV & AIDS Legal Clinic [HALCO – Clínica Legal de VIH y SIDA]	69
Healthy Homes Renovation Tax Credit [Crédito fiscal para renovación de hogares sanos]	48
HIV Treatment [Tratamiento de VIH]	31
Home and Vehicle Modification Program [Programa de modificación de vivienda y vehículo]	25
Home and Vehicle Modification Program [Programa de modificación de vivienda y vehículo]	44
Home Maintenance and Repair Services [Mantenimiento de la casa y servicios de reparación]	44

## I

Identity Theft [Robo de identidad]	61
Immunizations [Inmunizaciones]	31
Independent Learning Centre [Centro de aprendizaje independiente]	7
Inpatient and Outpatient Services at Hospitals [Servicios de pacientes hospitalizados y pacientes ambulatorios en hospitales]	38

Inspections [Inspecciones]	58
Investment in Affordable Housing for Ontario [Inversión en viviendas asequibles para Ontario]	52

## L

Landlord and Tenant Board [Junta de arrendador y arrendatario]	54
Last Post Fund	78
Law Society Referral Service [Servicio de referencias de la Sociedad Legal]	67
Learning About Taxes Course [“Cómo aprender sobre los impuestos”]	19
Learning English or French [Cómo aprender inglés o francés]	11
Legal Aid Ontario [Ayuda legal de Ontario]	67
Life Lease Housing [Viviendas para locación de por vida]	51
Lifelong Learning Plan [Plan de aprendizaje de por vida]	24
Long-Term Care Home Reports [Informes sobre hogares de ancianos con atención a largo plazo]	59

## M

Meal Services [Servicios de comidas]	45
MedsCheck	34
Meeting Your Legal Needs [Cumplir con sus necesidades legales]	67
Military-Style Grave Markers [Marcador de sepultura con estilo militar]	78
Ministry of Aboriginal Affairs – Housing Resources [Ministerio de Asuntos Aborígenes]	54

## N

National Aboriginal Diabetes Program [Programa nacional sobre diabetes para aborígenes]	46
Newcomer Settlement Program [Programa para el establecimiento de los recién llegados]	11
Non-Insured Health Benefits for First Nations and Inuit [Subsidios para Enfermedades No Aseguradas (NIHB) para Naciones Aborígenes e Inuit]	46

## O

Office of the French Language Services Commissioner [Oficina del Comisionado de Servicios en Idioma Francés]	69
Office of the Public Guardian and Trustee [Oficina del Fiduciario y Representante Legal Público]	69

Old Age Security Pension [Pensión del Seguro de Vejez]	21
Allowance and Allowance for the Survivor [Subsidio y subsidio para el familiar de la persona fallecida]	21
Guaranteed Income Supplement [Ingreso Suplementario Garantizado]	21
Older Adult Centres [Centros para Adultos de la Tercera edad]	1
Ontario Association of Residents' Councils [Consejo de la Asociación de Residentes de Ontario]	59
Ontario Health Card [Tarjeta de Salud de Ontario]	32
Ontario Health Insurance Plan (OHIP) Health Card ID [Tarjeta de salud para el Plan de Seguro Médico de Ontario (OHIP)]	87
Ontario Human Rights Code [Código de Derechos Humanos de Ontario]	69
Ontario Immigration Portal [Portal de inmigración de Ontario]	11
Ontario Job Bank [Banco laboral de Ontario]	6
Ontario Network for the Prevention of Elder Abuse [Red de Ontario para la Prevención del Maltrato de los Ancianos]	66
Ontario Parks [Parques de Ontario]	2
Ontario Photo Card [Tarjeta de Ontario con foto]	87
Ontario Renovates [Ontario Renueva]	49
Ontario Senior Games [Juegos para las personas mayores de Ontario]	2
Ontario Skills Passport [Pasaporte a las habilidades de Ontario]	6
Ontario Volunteer Centre Network [Red del centro de voluntarios de Ontario]	8
Ontario WorkinfoNet (OnWIN)	6
Ontario Works [Asistencia social]	24
Organ and Tissue Donation [Donación de órganos y tejido]	72

## P

Palliative Care [Cuidados paliativos]	45
Pensions and Benefits [Pensiones y prestaciones]	74
Personal Emergency Leave [Licencia por emergencia personal]	17
Phishing ["Phishing"]	62
Power of Attorney [Poder]	70
Property Tax Relief for Low-Income Seniors and Low-Income Persons with Disabilities [Exención de responsabilidad del impuesto sobre bienes para personas mayores con bajos ingresos y personas con discapacidades con bajos ingresos]	49
Provincial Land Tax Deferral Program for Low-Income Seniors and Low-Income Persons with Disabilities [Programa de prórroga del impuesto inmobiliario provincial para personas mayores con bajos ingresos y personas con discapacidades con bajos ingresos]	50
Provincial Tax Credits and Benefits [Prestaciones y créditos fiscales provinciales]	19
Public Health Units [Unidades de salud pública]	28
Public Libraries [Bibliotecas públicas]	1

## R

Rainbow Health Ontario [Arco iris de salud, Ontario]	47
Registered Retirement Savings Plan and Registered Retirement Income Fund [Plan de ahorro para el retiro] y [Fondo para ingreso en el retiro]	24
Rent-Geared-To-Income Housing [Viviendas de alquiler de acuerdo con su ingreso]	53
Residential Rehabilitation Assistance Program On-Reserve [Programa para asistencia en rehabilitación residencial en la reserva ofrece]	54
Residential Tenancies Act, 2006 [Ley de inquilinato residencial]	54
Residents' Rights [Derechos de los residentes]	58
Retirement Abroad [Jubilación en el exterior]	4
Retirement Homes [Hogares de retiro]	51
Royal Canadian Legion [Legión Real Canadiense]	13

## S

Security Checks or Reassurance Services [Controles de seguridad o servicios de confirmación]	45
Senior and/or Disabled Property Tax Relief [Exención de responsabilidad del impuesto sobre bienes para personas mayores con bajos ingresos y personas con discapacidades con bajos ingresos]	49
Senior Driver Renewal Program [Programa de renovación para personas mayores que conducen]	79
Senior Pride Network [Red de orgullo de las personas mayores]	13
Settlement.Org	11
Short-Stay Accommodation [Alojamiento para una estadía corta]	57
Smoking Cessation [Dejar de fumar]	40
Social or Recreational Services [Servicios sociales o de recreación]	45
Soldiers' Aid Commission of Ontario [Comisión de ayuda a los soldados de Ontario]	26
Specialized Geriatric Mental Health Outreach Programs [Programas Geriátricos Especializados de Integración de Salud Mental]	38
Substance Abuse and Treatment for Aboriginals [Abuso de estupefacientes y tratamiento para aborígenes]	46
Supportive Housing [Viviendas de apoyo]	52

## T

Tax-Free Savings Account [Cuenta de Ahorros Libre de Impuestos]	24
Telehealth Ontario [Telesalud Ontario]	27
The 519 Church Street Community Centre [El centro comunitario de 519 Church Street]	12

The Memory Project [Proyecto de la memoria]	13
Third Age Network [Red de contactos de la tercera edad]	7
Transportation Services [Servicios de transporte]	45
Travelling in Ontario [Viajar en Ontario]	3
Travelling Outside Ontario or Canada [Viajes fuera de Ontario o Canadá]	3

## U

Used Vehicle Information Package [Paquete con Información de Vehículos Usados]	82
--	----

## V

Veteran Graphic Licence Plate [Matrícula personalizada para veteranos]	83
Veterans Independence Program [Programa de Independencia para Veteranos]	47
Volunteer Canada [Voluntarios Canadá]	8
Volunteer Drivers [Conductores voluntarios]	82

## W

War Veterans Allowance [Subsidio para veteranos de guerra]	25
Wills and Estates [Testamentos y patrimonios]	73