

EL CONDADO DE HOOD RIVER ACOGE A VOLUNTARIOS DE JESUIT

Por Nadia Busekrus, HRCPD Jesuit Volunteer / HEALTH Media Club Coordinado de Extensión Comunitaria de Prevención, 541-386-3335 / Nadia.busekrus@co.hood-river.or.us

En agosto, cuatro nuevos voluntarios con Americorps / Jesuit Volunteer Corps Northwest (y un voluntario que regresaba) se mudaron a Odell. Estarán sirviendo en diferentes organizaciones en la comunidad de Odell / Hood River. A lo largo de su año de servicio, se centrarán en los valores de comunidad, simplicidad, espiritualidad y justicia social y ecológica. Nuestros nuevos JV (voluntarios jesuitas) esperan a establecer nuevas relaciones aquí en el área de Hood River.

Kelsey Walker se graduó recientemente de la Universidad de Willamette con un título en Física. Este año ella será la Enlace Comunitario de la Escuela Primaria Mid-Valley. En Willamette, jugó en los equipos femeninos de fútbol y baloncesto, tocó el piano y fue miembro de la hermandad de mujeres Alpha Chi Omega. A Kelsey le encanta perderse en la naturaleza y tocar música con otros.

Nadia Busekrus creció en Hawai en la isla de Oahu. A ella le gusta bailar, hacer caminatas, cantar y leer. Durante los últimos cuatro años, Nadia vivió en Virginia, donde asistió la Universidad George Mason y estudió la Salud Comunitaria. Este año ella está sirviendo en el Departamento de Prevención del Condado de Hood River (HRCPD) como facilitadora de los Clubs de H.E.A.L.T.H. Media.

Liz von Ruden acaba de graduarse de la Universidad de San Diego como estudiante de Biología. Ella es de Seattle y está emocionada de

regresar al Noroeste este año. A Liz le gusta correr, hacer caminatas, cocinar, mirar películas de Disney y viajar. Ella servirá como educadora de conservación para el Instituto de Ecología de Columbia Gorge con el programa SECRETS.

Sidney Axtell es un estudiante de Biología de Seattle. Ella está regresando por segundo año en JVC NW en Hood River como la Especialista de Alcance Comunitario para el Banco de Alimentos FISH. Cuando no está caminando, montando en bicicleta, nadando, corriendo, escalando rocas, jugando al último frisbee o haciendo jardinería, lo más probable es que se la encuentra con un libro.



CONSUMO DE MARIHUANA ADOLESCENTE

Por Belinda Ballah, Director, HRCPD, 541-387-6890 / Belinda.ballah@co.hood-river.or.us

• Cómo respondería a esta declaración? "La mayoría de los adolescentes consumen marihuana." Cierto, falso o no lo sé.

Esta es una de las preguntas que planteamos a los estudiantes mientras que creamos conciencia sobre el uso de la marihuana. La respuesta es que la mayoría de los adolescentes no consumen marihuana. La Encuesta de Bienestar Estudiantil (*Student Wellness Survey*) de Oregon 2018, que se lleva a cabo en años pares en las escuelas en los grados 6°, 8° y 11°, informa que el 0.6% de los alumnos de 6° grado, 8.1% de los estudiantes de 8° grado y 25.5% de los de 11° grado consumieron marihuana en los últimos 30 días.

Sabemos que es importante que los estudiantes y adultos sepan estos datos por razón de la percepción. Si la percepción es que todos están usando marihuana, o si es socialmente aceptable o inofensivo, entonces es más probable que los jóvenes la prueben o la usen.

La industria de los negocios está al corriente de esta investigación. Entiende que si su producto se percibe como inofensivo o incluso asociado con propósitos médicos, su producto se venderá más. ¿Ha considerado por qué el símbolo de la cruz se utiliza para promover la marihuana? ¿O por qué el alcohol es promovido por mujeres sexy? ¿O por qué se usan hombres robustos, atractivos y fuertes para promover el tabaco? ¡Imagínase si la industria dijera la verdad! La marihuana, el alcohol y el tabaco son adictivos. El tabaco mata a más de 440,000 personas cada año. Las tres sustancias tienen un efecto negativo en el cerebro en desarrollo. ¿Qué pasaría con sus ventas?

Nuestras percepciones a menudo impactan las decisiones que tomamos. La industria lo sabe. ¿Será manipulado por esto?

ENCOGERSE DE MIEDO SI LE DAS CERVEZA A UNA PERSONA VILENTA

Por Ilea Bouse, HRCPD Especialista en Prevención, 541-387-7030 / ilea.bouse@co.hood-river.or.us

Parece apropiado señalar la conexión entre el alcohol y el asalto durante el mes de octubre, ya que el asalto es una de las situaciones de miedo que más quiere evitar. Las fiestas de otoño, cosecha y Halloween provocan nuestros sentidos del miedo, pero nadie quiere enfrentarse a la realidad común de una persona agresiva que ha bebido demasiado.

"El abuso del alcohol puede desempeñar un papel en una variedad de diferentes delitos de asalto, que van desde el asalto físico, el asalto verbal y el asalto sexual".¹

"... Cada año, 96,000 estudiantes entre las edades de 18 y 24 años son atacados por otro estudiante que ha estado bebiendo "(NIAAA)² y" al menos el 50% de los asaltos sexuales de estudiantes involucran alcohol."³

Entonces, ¿cuáles son algunas de las cosas que puede hacer para evitar que alguien que ha estado bebiendo alcohol lo asalte?

- Asista o organice eventos y fiestas sin alcohol.
- Llame al 911 para pedir ayuda si un amigo o miembro de su familia ha bebido demasiado y se está volviendo agresivo o abusivo. Busque un lugar seguro lejos de la amenaza.
- Si tiene más de 21 años y va a una fiesta donde se sirve alcohol, traiga a un amigo o sea el amigo que no bebe. Su amigo seguro que no ha bebido alcohol puede ser un conductor designado y la voz de la razón si el alcohol afecta su juicio.

Tenga un otoño seguro sin alcohol, de sus amigos en el Departamento de Prevención. Para más información llame al 541-386-2500.

1. Alcohol Treatment.net, <https://www.alcoholtreatment.net/assault-alcohol-abuse/>

2. Alcohol Treatment.net, <https://www.alcoholtreatment.net/assault-alcohol-abuse/>

3. Alcohol.org, <https://www.alcohol.org/effects/sexual-assault-college-campus/>

LOS CLUBS DE HEALTH MEDIA SE OCUPAN

Por Nadia Busekrus, HRCPD Jesuit Volunteer, HEALTH Media Club Prevention & Community Outreach
Coordinator, 541-386-3335 / Nadia.busekrus@co.hood-river.or.us

El Club de Health Media ha estado ocupado este otoño. Después de un par de semanas divertidos de diseñar camisetas, cada club se inventó un mensaje chico y ponible para promover una vida saludable y libre del uso de drogas. Desde luego, cada club se ha diversificado para trabajar en y prepararse para una variedad de proyectos creativos. Los estudiantes de Hood River Middle School están preparando para celebrar el Mes Acerca de la Felicidad (*Gorge Happiness Month*) por crear pósteres con mensajes positivos y alentadores para poner en las paredes de los pasillos de la escuela. Además, este año el Club de Health Media está teniendo reuniones en el periodo del almuerzo en Wy'east Middle School por la primera vez. En las reuniones después de la escuela, terminar la tarde con un juego de basquetbol o futbol todavía es un elemento favorito del club. Más recién, estuvimos acompañados por Agente Princehouse de la Oficina del Alguacil. El Departamento de Prevención está ocupado por inventar más juegos divertidos para incorporar en los clubs de las secundarias que nos permitirá aprender junto con jugar activamente. El Club de Health Media de Hood River Valley High School ha cumplido mucho este año también. Los líderes del club han asistido a la reunión de la Coalición de Alcohol, Tabaco y Otras Drogas y también han elegidos oficiales estudiantiles por la primera vez. En octubre, llevarán a cabo el primerísimo campaña de “Sticker Shock” para el Halloween – pondrán etiquetas en estuches de cerveza con mensajes para disuadir a los adultos de compartir el alcohol con los menores.

DISFRUTA DE LAS VACACIONES – SIN ALCOHOL

By Ilea Bouse, HRCPD Especialista en Prevención, 541-387-7030 / ilea.bouse@co.hood-river.or.us

La temporada de otoño e invierno es una época festiva. Disfrutamos de fiestas y eventos que celebran festividades religiosas, federales y de negocios. Es un buen momento para estar con familiares y amigos. Un tiempo para comer, beber, jugar y hablar mucho.

Cuando se trata de beber, considere una temporada de vacaciones sin alcohol. Los cocteles simuladas (*“mock-tails”*) o las bebidas elegantes y los ponches sin alcohol, no son solamente para niños, mujeres embarazadas y alcohólicos en recuperación, como algunos piensan.

Las bebidas sin alcohol son perfectas para:

- Familias sanas y activas.
- Amigos que quieren quedarse despiertos hasta tarde hablando y divirtiéndose juntos.
- Los dueños de perros que quieren sentirse bien en la mañana cuando es hora de pasear a lo perrito.
- Personas que conducen automóviles, barcos, aviones o cualquier cosa que se mueva.
- Cualquier persona que agradece por los beneficios de un estilo de vida libre de drogas.

Crear una bebida de lujo que sea sabrosa, refrescante, festiva y sin alcohol puede ser un nuevo comienzo para sus tradiciones navideñas. Piense en los ponches de frutas de otoño para los días cálidos, sidra de manzana o pera, o algo con cítricos. Las bebidas calientes con manzana, calabaza, canela y / o chocolate son excelentes para esos días helados. Puede encontrar cientos de recetas divertidas y deliciosas en línea, o intente hacer su propia secreta receta familiar.

Según el Departamento de Transporte de los EE. UU., “En cada temporada de vacaciones, se pierden cientos de vidas debido a conductores ebrios. Solo en el mes de diciembre, 781 personas perdieron la vida en choques relacionados con la conducción en estado de ebriedad.”¹ Podemos reducir la cantidad de accidentes y prevenir la tragedia de muertes relacionadas con el alcohol en esta temporada festiva por elegir opciones sin alcohol y comprometerse a nunca beber alcohol y conducir.

1. US Department of Transportation:
<https://www.transportation.gov/www.transportation.gov/TransportationTuesday/holiday-drunk-driving-facts>