

# Hood River Prevents

Hood River County Prevention Department

## Columbia Gorge Children's Advocacy Center Works

By Guest Contributor, Debi Baskins, Executive Director, 541-436-2960 / [contact@cgcac.org](mailto:contact@cgcac.org)

The Columbia Gorge Children's Advocacy Center (CGCAC) opened in the fall of 2009 with a mission of providing assessments, in a child friendly environment, when child welfare or law enforcement suspect a child has been abused. Services that are provided free of charge include a medical exam and a digitally recorded forensic interview. The CGCAC forensic interviewers and doctor are trained to conduct these interviews and exams, assess the child's condition, gather information, as well as document and collect evidence.

The CGCAC reduces the trauma of abuse, and provides coordinated support services for child abuse victims to begin their healing process. "The Columbia Gorge Children's Advocacy Center has been a godsend for local law enforcement," said Hood River County Sheriff Matt English. "In the Center's relatively short existence, we have immediately benefited from the resources they provide to our investigations and the community." English went on to say, "The sensitive nature of child abuse cases and the laws surrounding their investigation require an expertise and specific skill set, which is imperative when interviewing children. The CGCAC has given us that resource locally."

April is Child Abuse Prevention month. Join the CGCAC and wear a blue ribbon to support the prevention of child abuse in our community.



Columbia Gorge Child Advocacy Center entrance

policia/sheriff sospechan que un niño ha sido abusado. Los servicios que se proveen son gratis e incluyen un examen medico y una entrevista forense que se graba digitalmente. Los entrevistadores forenses y el doctor de CGCAC están entrenados para conducir estas entrevistas y exámenes, para evaluar la condición del niño/a, para coleccionar y documentar información y evidencia.

El CGCAC reduce el trauma causado por el abuso, y provee servicios de apoyo para las victimas de abuso infantil para que pueden empezar el proceso de sanación. "El Centro de Abogacia Para Niños del Columbia Gorge ha sido una bendición para los departamentos de policia y del Sheriff," comentó Matt English, el Sheriff del Condado de Hood River. "En la existencia relativamente corta del Centro, nos hemos beneficiado inmediatamente de los recursos que ellos proveen a nuestras investigaciones y comunidad." English también comentó que, "La naturaleza sensible de los casos de abuso infantil y las leyes acerca de las investigaciones requieren experiencia y habilidades específicas, lo cual es indispensable cuando se entrevista a los niños. El CGCAC nos han dado ese recurso localmente."

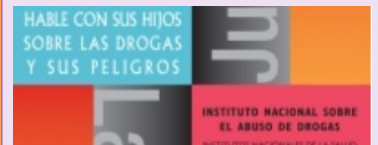
Abril es el mes de la prevención del abuso infantil. Unase con el CGCAC y póngase un listón azul para apoyar la prevención del abuso infantil en nuestra comunidad.

February / March 2016  
Febrero / Marzo 2016

Volume 53  
Volumen 53

## NEWS / ANUNCIOS

Some of our favorite links.



PARENTS.  
THE ANTI-DRUG.

## GET INVOLVED / INVOLUCRARSE

### ATOD Prevention Coalition:

**When:** First Wednesday of the month  
3:30—5:00pm  
**Where:** China Gorge Restaurant  
(2680 Old Columbia River Dr.)  
**Contact:** Belinda Ballah,  
541-387-6890

### Health Media Clubs (HRMS, Wyeast, HRVHS) — After School

**When:** HRMS: 1st & 3rd Mondays  
Wyeast: 1st & 3rd Tuesdays  
HRVHS: 1st & 3rd Thursdays  
**Where:** HRMS: Mrs. Norton's Rm  
Wyeast: Lunch Room  
HRVHS: Mr. Judah's Room  
**Contact:** Belinda Ballah,  
541-387-6890

## Help for Problem Gambling Available

By Guest Contributor, Delese Kendricks, Mid-Columbia Center for Living Counselor

**M**arch has been designated as Gambling Awareness month. There are many ways to gamble in our society and in our state. It is important for people to be aware of the signs of gambling addiction. The signs include borrowing money to gamble, lying about gambling, trying to win back money lost in gambling, letting bills go unpaid in order to gamble, and being argumentative about gambling.

Gambling does not discriminate based on age, gender, religion, social status, or education. Although most people gamble for fun, some can develop a problem that can lead to negative consequences. Gambling is more readily available in Oregon than at any other time in our history.

Untreated gambling addiction can lead to serious issues, including suicide, domestic violence, destruction of relationship and financial devastation.

But there is help, it is confidential, successful, and it is free to gamblers, and family members of gamblers.

Simply call 1-877-MYLIMIT (1-877-695-4648) or Mid-Columbia Center For Living (541-386-2620) and you will be in touch with a dedicated professional willing and able to help.



### GET INVOLVED / INVOLUCRARSE

Available in both Spanish and English

#### High School Health Media Club:

**When:** 2nd & 4th Thursday  
3:30–5:00pm

**Where:** Hood River Valley High School  
Mr. Judah Room (1220 Indian Creek)

**Contact:** Belinda Ballah,  
541-387-6890

#### Middle School Health Media Clubs:

**When:** HRMS 2nd & 4th Monday  
Wy'east 2nd & 4th Tuesday  
3:45–5:00pm

**Where:** HRMS Mrs. Norton Room  
Wy'east Middle School Cafeteria

**Contact:** Belinda Ballah, 541-387-6890 or Luz Oropeza, 541-387-7031

#### Odell Hispanic Drug Prevention Coalition

**When:** 3rd Monday of each odd numbered month  
5:00-6:00 pm

**Where:** Mid Valley Elementary School Cafeteria.

**Contact:** Luz Oropeza,  
541-387-7031

*“Gambling is more readily available in Oregon than at any other time in our history.”*

**E**l mes de marzo se ha asignado como el mes de levantar conciencia sobre la ludopatía (la adicción al apostar). Hay muchas maneras de apostar en nuestra sociedad y en nuestro estado. Es muy importante que la gente aprenda sobre las señales de la adicción a la ludopatía. Las señales incluyen pedir dinero prestado para apostar, mentir sobre el hecho de apostar, tratar de recuperar el dinero perdido apostando, dejar las facturas sin pagar con tal de seguir apostando, y ser argumentativo durante una apuesta.

La ludopatía no discrimina contra la edad, género, religión, estatus social, o educación. A pesar de que muchas personas apuesten por diversión, algunas personas pueden desarrollar un problema que los puede llevar a consecuencias negativas. La ludopatía es más disponible en el estado de Oregon comparado con cualquier otro momento en nuestra historia.

La ludopatía sin tratarse puede llevar a problemas serios, incluso el suicidio, la violencia doméstica, la destrucción de una relación y la devastación financiera.

Pero hay ayuda, y es confidencial, exitosa, y es gratis para los que sufren de ludopatía, y para los miembros de la familia.

Simplemente hable al 1-877-MYLIMIT (1-877-695-4648) o a Mid-Columbia Center for Living (541-386-2620) y lo conectarán con un profesional dedicado y dispuesto a ayudarle.

## Regional “Smoking Cessation in the Gorge” Grant Successful

By Jane Palmer, Smoking Cessation in the Gorge, 541-386-3335 / jane.palmer@co.hood-river.or.us

**H**ood River County Prevention Department and North Central Public Health District are pleased to announce they have been awarded a 12 month, \$25,000 development grant from the Knight Cancer Institute Community Partnership Program at Oregon Health & Science University. The focus of the “Smoking Cessation in the Gorge” project is to support local medical providers as they encourage their patients to be tobacco free.

This grant was written in response to the 2013 Community Health Assessment that identified the higher tobacco use rates among Medicaid recipients. It is estimated that of the 12,300 Medicaid recipients in the region, 4,300 use tobacco. A 2012 study showed that when people quit using tobacco, their health care costs decrease an average of \$2,164 annually.

Local medical providers, hospitals, health departments and Pacific Source Coordinated Care Organization are all willing participants in creating a community of non-tobacco users.

The project is funded through the OHSU Knight Cancer Institute Community Partnership Program. This program is designed to build sustainable collaborations with Oregon communities by providing grants and other resources to foster development of community-identified cancer prevention, early detection, treatment and survivorship projects. The OHSU Knight Cancer Institute has made a decade-long commitment to invest in this program to develop robust, sustainable programs that benefit the health of all Oregonians. Additional information about the program is available on the OHSU Knight Cancer Institute’s [website](#).



El enfoque del proyecto “Dejar de Fumar en el Gorge” es para apoyar los proveedores de servicios médicos para que ellos puedan ayudar a que sus pacientes dejen de fumar o usar tabaco.

Esta beca fue escrita a consecuencia de la Evaluación Comunitaria Sobre la Salud que identificó altos niveles de uso de tabaco entre la gente que tiene el Plan de Salud de Oregon (medical). Se estima que de las 12,300 personas que tienen medical en la región, 4,300 usan tabaco. Un estudio del 2012 demostró que cuando las personas dejan de fumar, sus costos de cuidado de salud disminuyen un promedio de \$2,164 anuales.

Doctores locales, hospitales, departamentos de salud y PacificSource están dispuestos a crear una comunidad de personas que no fumen.

Este proyecto está fundado por medio del Programa de Asociaciones Comunitarias del Instituto de Cancer (Knight) de la Universidad de Salud y Ciencia de Oregon (OHSU). Este programa está diseñado para crear colaboraciones sostenibles con comunidades de Oregon proveyendo becas y otros recursos para fomentar el desarrollo de la prevención del cáncer identificado en la comunidad, la detección temprana, el tratamiento y programas de sobrevivencia. El Instituto de Cancer de OHSU ha hecho un compromiso de diez años para invertir en este programa para desarrollar programas robustos y sostenibles que benefician a la salud de todos los habitantes de Oregon. Información adicional sobre el programa está disponible en el sitio de internet del Instituto de Cancer Knight: <http://www.ohsu.edu/xd/health/services/cancer/outreach-programs/community-grants/index.cfm>.

**Smoking is the leading cause of preventable death.**

**More than 16 million Americans are living with a disease caused by smoking.**

**Smoking costs the US billions of dollars each year.**

**YOU ARE NEVER TOO OLD TO QUIT**

**Stopping smoking is associated with health benefits such as lower risk of lung cancer and many other cancers, along with reduced risk of heart disease and stroke.**

**Fumar es la principal causa de muerte prevenible.**

**Más de 16 millones de Americanos están viviendo con una enfermedad causada por fumar.**

**Fumar le cuesta a los Estados Unidos billones de dolares cada año.**

**NUNCA ES DEMASIADO TARDE PARA DEJAR DE FUMAR**

**El dejar de fumar está asociado con beneficios de salud como menos riesgo de desarrollar cancer de pulmón y otros cancers, y menos riesgo de desarrollar enfermedad del corazón.**

## Odell Hispanic Prevention Coalition Members Attend CADCA

By Luz Oropeza, staff, Odell Hispanic Drug Prevention & Health Promotion Coalition, 541-387-7031 / luz.oropeza@co.hood-river.or.us

- ◆ **Marijuana use affects communication between nerve cells.**
- ◆ **THC affects brain development.**
- ◆ **Marijuana affects your ability to learn and remember things.**
- ◆ **Marijuana affects judgment, perception, and coordination, which in turn affects your ability to drive.**

- ◆ **El uso de la marijuana afecta la comunicación entre las células del cerebro.**
- ◆ **El THC afecta el desarrollo del cerebro.**
- ◆ **La marijuana afecta la memoria y la habilidad para aprender.**
- ◆ **La marijuana afecta el juicio, la percepción, la coordinación, lo cual afecta la habilidad para manejar.**

**T**hree Hispanic Drug Prevention Coalition members, Leticia Valle, Alejandro Aguilera, Adrian Torrescano, and I joined more than 2,700 other coalition members and substance abuse prevention and treatment specialists from all over the United States to participate in CADCA's (Community Anti-Drug Coalitions of America) 26<sup>th</sup> Annual National Leadership Forum February 1-4, 2016 in National Harbor, Maryland.

We attended workshops each day to learn effective strategies to address drug-related issues in our communities. U.S. Surgeon General, Vice Admiral Vivek H. Murphy inspired us with his presentation encouraging us to see addiction as a brain disease and not a moral issue. Dr. Bertha K. Madras, PhD, Professor of Psychobiology, Department of Psychiatry at Harvard Medical School, presented on marijuana's impact on the brain. One statement Dr. Madras made was particularly meaningful, "it is not a war on drugs, rather . . . a defense of our brains".

We also participated in Capitol Hill Day, meeting with Congressman Greg Walden and our State Senators Ron Wyden and Jeff Merkley, and even touring the Capitol Building!

The Forum was a great experience for us all to learn how to make our communities a safe, healthy, and drug-free place for our youth. It is imperative that we know about the harmful effects of marijuana, now more than ever due to marijuana legalization. These conferences are a great way of increasing people's capacity to make a difference in their communities.



Left to right: Luz Oropeza, Nancy McKinnis, Alejandro Aguilera, Dr. Bertha Madras, Adrian Torrescano, Leti Valle

**T**res miembros de la Coalición Hispana de Odell para la Prevención de Drogas, Leticia Valle, Alejandro Aguilera, Adrian Torrescano, y yo nos unimos con más de 2,700 miembros de otras coaliciones y especialistas en la prevención y el tratamiento para el abuso de drogas de todas partes de los Estados Unidos para participar en el Foro Nacional de CADCA (Coaliciones Comunitarias Antidrogas de America) el cual se llevó a cabo febrero 1-4, 2016 en National Harbor, Maryland.

Participamos en talleres cada día para aprender estrategias eficaces para enfrentar los problemas relacionados con las drogas en nuestras comunidades. El cirujano general de los Estados Unidos, Vicealmirante, Vivek H. Murphy nos inspiró con su presentación animándonos a pensar en la drogadicción como una enfermedad y no como un asunto moral. La doctora Bertha K. Madras, Doctora en Filosofía, profesora en psicobiología del departamento de psiquiatría de Harvard, presentó sobre el impacto de la marijuana en nuestros cerebros. Una declaración significativa que dijo la Dr. Madras fue, "no es una guerra contra las drogas, mas bien es... una defensa para proteger nuestro cerebro".

También participamos en el Día de Visitaciones al Capitolio para hablar con nuestro congresista Greg Walden y nuestros senadores estatales Ron Wyden y Jeff Merkley. ¡Hasta participamos en un recorrido del Capitolio!

El foro fue una gran experiencia donde aprendimos sobre varias maneras para hacer nuestra comunidad un lugar seguro, saludable y libre de drogas para nuestros jóvenes. Es indispensable que aprendamos sobre los efectos dañinos de la marijuana, ahora más que nunca debido a la legalización de la marijuana. Estas conferencias son una excelente manera para aumentar la capacidad de las personas para que ellos puedan hacer una diferencia en sus comunidades.

## Engaging Youth In Prevention

By Crystal Flores, HRVHS Senior, H.E.A.L.T.H. Media Club Member

**A** day as a prevention specialist . . . sounds easy right? Words can't describe the amount of work that it takes to be a prevention specialist, but I'll give it a try. The day starts early in the morning with a cup of coffee and a meeting to discuss the implementation of a tobacco free policy at Columbia Gorge Community College. How will we know what location is best for the signs? How can we make the policy crystal clear in just a few words? Listening carefully to everyone's opinions and thoughts is very important to find the best way to make the policy well known. After that, I head back to the office to discuss plans for the H.E.A.L.T.H. Media club, future meetings, and work with community members to discuss how we can create healthy communities. The day passes by fast and multiple evening meetings make their way into my schedule and going home seems further and further away. But its what I'm passionate about and the work and progress I've done is very rewarding.



America and Crystal Flores work on Hood River County Prevention Department bulletin board.

So I'm not Belinda, but I am Crystal Flores. I'm part of the H.E.A.L.T.H. Media club at HRVHS and am writing this because I am part of the Confluence Project grant that the Prevention Department recently received. This project is a collaboration with Native American artists to create a collage about the importance of culture and how different each one might be from another. I spent the day with Belinda experiencing the daily life of a prevention specialist as a part of my Extended Application Project. This is a requirement of each student at HRVHS in order to graduate. I will be presenting my project in June to a group of judges from the community.

*"I spent the day with Belinda experiencing the daily life of a prevention specialist. . ."*

**U**n día como especialista en prevención . . . suena fácil, verdad? No hay palabras que pueden describir la cantidad de trabajo que tiene que hacer un/a especialista en prevención, pero haré el intento. El día comienza temprano en la mañana con una taza de café y después una junta para hablar sobre la implementación de una póliza para que el Colegio Comunitario Columbia Gorge sea libre de tabaco. ¿Cómo sabemos cual lugar es el mejor lugar para colocar estos letreros? ¿Cómo podemos asegurar que la póliza se entienda bien en pocas palabras? Escuchar cuidadosamente a las opiniones y sugerencias de todos es muy importante para encontrar la mejor manera de hacer que la póliza sea bien reconocida. Después de eso, me regresé a la oficina para hablar sobre los planes para el Club de Medios de Comunicación Sobre la Salud (Health Media Club), para hacer planes para juntas que se aproximan, y para trabajar con miembros de la comunidad para identificar como podemos crear comunidades saludables. El día se pasa bien rápido y múltiples juntas en la tarde se van juntando en mi calendario y parece como que nunca me voy a poder ir a la casa. Pero esto es algo que me fascina hacer y lo que he logrado hacer es muy gratificante.

Pero no soy Belinda, soy Crystal Flores. Formo parte del Club de Medios de Comunicación Sobre la Salud (Health Media Club) de la preparatoria y estoy escribiendo esto porque estoy participando en el proyecto "Confluence" por parte del Departamento de Prevención del Condado de Hood River. Este proyecto es una colaboración con artistas Nativos Americanos para crear un collage sobre la importancia de la cultura y que tan diferente las culturas pueden ser. Me pasé el día con Belinda experimentando la vida cotidiana de un/a especialista en prevención como parte de mi proyecto en la preparatoria. Esto es un requisito que cada estudiante tiene que hacer para poder graduarse de la preparatoria. Presentaré mi proyecto en Junio a un grupo de jueces de la comunidad.

### A Certified Prevention Specialist needs:

- ◇ 2,000 hours of Prevention work
- ◇ 150 clock hours of Prevention education
- ◇ 120 hours working in 5 domains: Planning & Evaluation, Education & Skill Development, Community Organization, Public & Organizational Policy, and Professional Growth & Responsibility.

### Un/a Especialista en Prevención Necesita:

- ◇ 2,000 horas de trabajo en prevención
- ◇ 150 horas de educación en el area de la prevención
- ◇ 120 hours trabajando en 5 dominios: Planificación y Evaluación, Educación y el Desarrollo de Habilidades, Organización Comunitaria, Política Pública, y Crecimiento Profesional

# H.E.A.L.T.H. Media Clubs PSAs Promote Prevention Messages

By Luz Oropeza, staff, HEALTH Media Club facilitator, 541-387-7031 / luz.oropeza@co.hood-river.or.us

**T**he three Health Media Clubs (Wy'east Middle School, Hood River Middle School, HRVHS) have continued to keep themselves busy. In December and early in January, the Hood River Valley High School Health Media Club participated in "Jeopardy" game presentations to the 9th grade health classes. Just like the televised Jeopardy game, this game consists of five columns of questions with different point values. Our game questions were around alcohol, tobacco, and marijuana use. The 9th grade health classes really enjoyed the game. We are hoping to present again during the second semester.

All three Health Media Clubs have been recording public service announcements (PSAs) with Leti Valle from Radio Tierra. The PSAs take the form of a True and False quiz about the myths around marijuana use. One of the myths, for example, is "marijuana is safe because it is natural". All the kids yell out "false", debunking the myth by stating that marijuana, even in its most natural forms is proven to carry both health and safety risks. Each club chose what myths they wanted to talk about.

A few days before the Super Bowl, the HRVHS Health Media Club conducted a "Sticker Shock" activity, visiting 7 stores in Hood River County that sell alcohol and placing stickers with the message, "Not only your life is at stake, don't drink and drive" on all beer cartons.

I can't help but feel proud of the Health Media Clubs for their willingness to participate in prevention activities. It's not easy trying to change community norms around the use of alcohol and other drugs but these students have shown us that they are passionate about their community and will do the work.



**L**os tres clubs de Medios de Comunicación Sobre la Salud (ambas escuelas secundarias Wy'east y Hood River y la Preparatoria) continúan manteniéndose ocupados. En diciembre y en enero, el Club de Health Media de la preparatoria presentó a las clases de salud del noveno grado usando el juego "Jeopardy".

Asi como el juego "Jeopardy" en la televisión, el juego consistía de cinco columnas de preguntas con diferentes valores de puntaje. Nuestras preguntas eran sobre el uso del alcohol, tabaco, y la marijuana. Los participantes en las clases de salud disfrutaron el juego. Esperamos poder volver a presentar el juego durante el segundo semestre.

Todos los clubs de Medios de Comunicación sobre la Salud han estado grabando anuncios de servicio público con Leti Valle en Radio Tierra. Los anuncios de servicio público están en la forma de un cuestionario con mitos y verdades acerca de la marijuana. Uno de los mitos, por ejemplo, era "La marijuana es segura porque es natural". Despues todos los estudiantes dicen "mentira" y otro estudiante continua hablando que la marijuana, aun en su estado natural, nos ha demostrado que está asociada con riesgos de salud y de seguridad. Cada club tuvo la oportunidad de escoger los mitos de los cuales querían hablar.

Hace unos días, los estudiantes participaron en la actividad "Sticker Shock". Ellos visitaron 7 tiendas y pegaron etiquetas engomadas con el mensaje "no tomes ni manejes" en todos los cartones de cerveza por todo el condado de Hood River.

Me siento orgullosa de los miembros del club de la preparatoria por su disposición en participar en actividades de prevención. No es fácil tratar de cambiar costumbres comunitarias acerca del uso del alcohol y otras drogas pero estos estudiantes nos han demostrado que lo pueden hacer.

## Meeting Dates and times for HEALTH Media Clubs

### HRVHS/ Preparatoria Hood River Valley:

•3:15-5:00pm  
in Mr. Judah's room

•2016: 3/17, 4/07,  
4/21, 5/5, 5/19,  
6/2

### Hood River Middle School/Secundaria de Hood River

•3:30-5:00pm  
in Mrs. Norton's room

•2016: 3/14, 4/04,  
4/18, 5/2, 5/16,  
6/6

### Wy'east Middle School/Escuela Secundaria Wy'east

•3:30-5:00pm  
in the Cafeteria

•2016: 3/15, 4/05,  
4/19, 5/03, 5/17,  
6/06



This newsletter was compiled by Hood River County Prevention Department