

El Guardia

www.hillhealthcenter.com



HILL HEALTH CENTER



PRIMAVERA 2006

El HHC Instalara un Defibrilador

Un Defibrilador que salva vidas sera instalado en el HHC gracias a \$15,000 en donación de la **Fundación New Alliance**. El Defibrilador es una maquina que aplica un breve choque electrico por medio del pecho al Corazon. Es puesto en práctica por personas que sus corazones han parado de latir (ataques cardiacos inesperado) para reponer el Corazon a su ritmo normal. Ataques cardiacos matan mas de 450,000 Americanos al año. El unico tratamiento es defibrilando. Para mayor oportunidad de sobrevivir, el choque del defibrilador debe ser aplicado inmediatamente despues de un peligroso para de ritmo de vida. La Asociacion Americana estima que rapida defibrilacion puede salvar al menos 100,00 vidas al año.



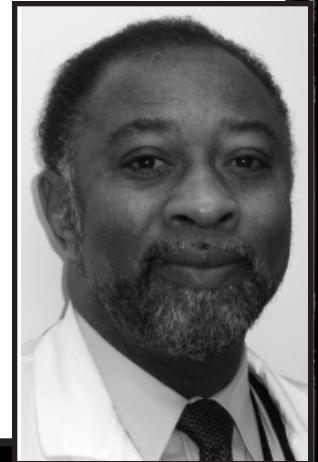
Catherine Sharafanovich, Directora de Farmacia, demuestra el Defibrilador.

Un Evento Historico

Dr. Robert Windom, Director Pediatrico, reporta que su hija, **McAllister**, canta junta al coro del **Colegio Spelman**. Ellos se presentan con el grupo en la noche de conmemorar a **Corretta Scott King** en la Iglesia Ebenezer. Ms King, viuda de Martin Luther King, fallecio el 30 de Enero. "ella estaba anciosa por ser parte de este evento historico", el dijo.

Robert Howell es Nombrado Director de Enfermeria

Robert Howell de Milford se ha unido al Hill Health Center como Director de Enfermeria. En 30 años de experiencia, el ha tenido numerosas posiciones como lider de enfermeria en Connecticut, Florida y Mississippi. Mas reciente el era Director de Enfermeria en el Centro de Salud Darien. Aparte de ser un Enfermero graduado, Howell es Asistente Medico y fue presidente de la Academia de Connecticut Asistentes Medicos.

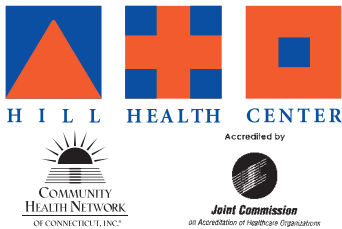


¿Quejas de dolor de espaldas dolor de cabeza?

Si usted esta teniendo continuo dolor de espalda y dolor de cabeza, Hill Health Center ahora puede referirlo a usted al **Dr. John Booss**, un Neurologo que ha comensado a atender pacientes los Miércoles en la clinica de Columbus Avenue. El Dr. Booss se especializa en alineamientos del sistema nervioso. Graduado del colegio medico en Albano, Dr.Booss recientemente practicaba en la administración del Hospital de Veteranos en West Haven.



Dr.Booss y Matilde Abreu, Trabajadores Comunitarios de Salud



SPRING 2006

GUARDIAN

WWW.HILLHEALTHCENTER.COM

DEFIBRILLATORS to be installed at HHC sites

Life-saving defibrillators will be installed at HHC sites thanks to a \$15,000 donation from the **NewAlliance Foundation**. A defibrillator is a machine that applies a brief electric shock through the chest to the heart. It is used for people whose hearts have stopped beating (sudden cardiac arrest) to restore the heart's normal rhythm.

Sudden cardiac arrest kills more than 450,000 Americans each year. The only effective treatment is defibrillation. For the best chance of survival, a defibrillation shock has to be delivered very soon after the onset of a life-threatening heart rhythm. The American Heart Association estimates that prompt defibrillation could save as many as 100,000 lives a year.



Catherine Sharafanowich, pharmacy director, displays defibrillator.

An HISTORIC Event

Dr. Robert Windom, pediatrics director, reports that his daughter, **McAllister**, sings in the Spelman College choir and performed with the group at the evening memorial service for **Coretta Scott King** at Ebenezer Church. Ms King, the widow of Martin Luther King, died Jan. 30. "She was excited about being a part of an historic event," he said.

ROBERT HOWELL Named Nursing Director

Robert Howell of Milford has joined Hill Health Center as its new nursing director. In 30 years of nursing experience, he has held numerous nursing leadership posts in Connecticut, Florida and Mississippi. Most recently, he was nursing director at Darien Health Care Center. Besides being a registered nurse, Howell is a physician assistant and is past president of the Connecticut Academy of Physician Assistants.



Nagging Back Pain, Head Aches??

If you're having continual back pain or head aches, Hill Health Center now can refer you to **Dr. John Booss**, a neurologist, who has just begun seeing patients on Wednesdays at the Columbus Avenue clinic. Dr. Booss specializes in illnesses of the nervous system.

A graduate of Albany Medical College, Dr. Booss recently practiced at the West Haven Veterans Administration Hospital.



Dr. Booss and Matilde Abreu, community health worker

Health Center STAFF Recognized

The following Center staff will be honored for years of service at the 2006 annual meeting of the Hill Health Corporation at 500 Blake Street Café in May.

FIVE YEAR AWARDS

Matilde Abreu
Sharon Baines-Blue
Rosemary Brooks
Paul Clarke, M.D.
Andrea Collins
Inez DeJesus
Mary Diamond
Ronald Dunhill
Diane Emutis
Linda Fishkin
Candace Ford
Andrew Gifford
Katherine Gonzalez
Stacey Hawley
Robert Hill
Sandra L. Joyner
Berit Mann
Ella Manning
James Marshall
Arlette McCoter
Damaris Pagan
Christine Perry
Linda Piscitelli
Rebecca Powell
Gaynl Pringle
Maria Rodriguez

Takesha Rogers
Louise Romano
Ann-Marie Rose
Carmela Shattuck
Gary Sistrunk
Tamara Smith
Tia Smith
Vanessa Spruill-Chambers
Kathryn Taylor
Blanca Toledo
Madelyne Vazquez
Rhonda Westbrook

TEN YEAR AWARDS

Sylvia Engelman
Richard Maltz
Mary McNeel
Harold Singleton

FIFTEEN YEAR AWARDS

Mildred Castro
Andria Davis
Frances Lavorgna

THIRTY YEAR AWARDS

Betty Davis
Senaida Pacheco



Welcome to INTERNAL MEDICINE!

Community Health Workers **Annie Nieves**, **Vanessa Spruill-Chambers** and **Stacey Hawley** help patients through the busy internal medicine department at the Hill Clinic on Columbus Avenue.



FAITH IN ACTION: Neighbors Helping Neighbors Continues to Help the Latino Community

Faith in Action is sponsored by **Junta for Progressive Action** in collaboration with the **Connecticut Mental Health Center**. It helps our Latino community by providing voluntary, on-going social connections and support for adults who have mental, emotional or physical health needs.

The new director, **Alonso Villegas**, is looking for volunteers and care recipients from churches, synagogues, religious institutions and the community in general. These trained volunteers will help people with mental, emotional, and physical needs by providing neighborly support, like making phone calls, friendly visits, shopping help, or accompanying persons to medical appointments. With this help, people can maintain their independence in the community.

The Faith in Action program is based on the values that religions share: a mandate to do good and to help those in need. If you would like to contact the Faith in Action Program, have some materials delivered, or schedule a presentation, call Alonso Villegas at 764-6333. Also, see the web page of Faith in Action www.fiavolunteers.org or send an email to alonso.villegas@yale.edu



New Patient Reminder System

The Center is using a new system to remind patients of appointments. Calls will be made two days before the appointment. An automated message delivery system will be used. Calls will be made in Spanish and English. We hope this will reduce the number of missed appointments. If you have any questions or concerns about the system, please call **Karen Gore**, 503-3006.

TIPS TO KEEP YOU HEALTHY!

- Most adults and children need to eat 5 cups of fruits and vegetables a day.
- Fruits and vegetables contain important vitamins and minerals needed for your daily intake.
- Go easy on the salt, sugar, alcohol and saturated fat.
- Always include physical activity to your daily routine.
- Eat fruits and vegetables rich in fiber and vitamins that are found in dark, leafy greens, dark orange vegetables, beans, mushrooms, oranges and brussel sprouts. Potassium in vegetables and fruits plays a major role in lowering blood pressure.
- Don't skip breakfast!
- Drink fewer sodas and sweetened drinks. Drink lots of water!

Reconocimiento a Empleados del Hill Center

Los siguientes empleados del Centro recibirán honores por años de servicio en la reunión anual 2006 de la corporación Hill Health en el 500 de Blake Street.

PREMIOS DE CINCO AÑOS

Matilde Abreu
Sharon Baines-Blue
Rosemary Brooks
Paul Clarke, M.D.
Andrea Collins
Inez DeJesus
Mary Diamond
Ronald Dunhill
Diane Emutis
Linda Fishkin
Candace Ford
Andrew Gifford
Katherine Gonzalez
Stacey Hawley
Robert Hill
Sandra L. Joyner
Berit Mann
Ella Manning
James Marshall
Arlette McCoter
Damaris Pagan
Christine Perry
Linda Piscitelli
Rebecca Powell
Gaynl Pringle
Maria Rodriguez

Takesha Rogers
Louise Romano
Ann-Marie Rose
Carmela Shattuck
Gary Sistrunk
Tamara Smith
Tia Smith
Vanessa Spruill-Chambers
Kathryn Taylor
Blanca Toledo
Madelyne Vazquez
Rhonda Westbrook

PREMIOS DE DIEZ AÑOS

Sylvia Engelman
Richard Maltz
Mary McNeel
Harold Singleton

PREMIOS DE QUINCE AÑOS

Mildred Castro
Andria Davis
Frances Lavorgna

PREMIOS DE TREINTA AÑOS

Betty Davis
Senaida Pacheco



Bienvenidos a Medicina Interna

Empleados Comunitarios de Salud **Annie Nieves, Vanesa Spruill-Chambers** y **Stacey Hawley** ayudan pacientes medio del **Departamento de Medicina Interna** en la Clínica del Hill en Columbus Ave.

Fe en Acción: Vecinos Ayudando Vecinos Continúa su Nuevo Ciclo en su Programa para Ayudar a la Comunidad Latina

Vecinos Ayudando Vecinos es un programa de *Fe en Acción* auspiciado por la fundación **Robert Wood Johnson** con el propósito de ayudar a nuestra comunidad Latina por medio de nuestras comunidades de fe.

El nuevo Director, **Alonso Villegas**, busca reclutar voluntarios de iglesias, sinagogas, instituciones religiosas y la comunidad en general. Estos voluntarios ayudarán a personas con problemas de salud física y mental haciendo cosas de la vida diaria con ellos tales como hacer una llamada o visita, hacer compras, o acompañar a una cita médica. Con esta ayuda de la comunidad las personas que sufren pueden mantener su independencia.

El programa de *Fe en Acción* se basa en los valores que todas las religiones comparten: un mandato de hacer el bien ayudando a aquellos que nos necesitan. Si usted quiere contactar al Programa Fé en Acción para hacer citas para una presentación o entregarles materiales puede llamar a **Alonso Villegas** al 764-6333.

Además puede buscar más información en la página web de Faith In Action en www.fiavolunteers.org o enviando un correo electrónico a alonso.villegas@yale.edu

Nuevo Sistema Recordatorio para Pacientes

El Centro está usando un nuevo sistema para recordarle a los pacientes de las citas, se les llamará dos días antes de la cita. Un sistema de mensajes automático será usado. Las llamadas serán en Inglés y Español. Esperamos que esto reduzca el número de citas perdidas. Si usted tiene alguna pregunta o preocupaciones acerca del sistema, favor de llamar a **Karen Gore** al 503-3006.

¡Consejos para Mantenerlo SALUDABLE!

- La mayoría de los adultos y niños necesita comer 5 tazas de frutas y verduras al día.
- Las frutas y verduras contienen vitaminas y minerales importantes que son necesarias para su consumo diario.
- Cuidado con la sal, azúcar, el alcohol, y las grasas saturadas.
- Siempre incluya la actividad física en su rutina diaria.
- Coma frutas y verduras ricas en fibra y vitaminas que se encuentran en las verduras oscuras, verduras anaranjadas oscuras, frijoles, hongos, naranjas y brotes de brúscula. El potasio en las verduras y frutas juega un papel importante en la reducción de la presión arterial.
- Tome menos sodas y bebidas dulces. ¡Beba mucha agua!