

North East LHIN | RLISS du Nord-Est

Stay on Your Feet September Update

Avancez de pied ferme - bulletin de septembre



Public reminder that medication clean out happens year round

The fifth annual medication drop-off event was hosted for the public this past spring at the Shoppers Drug Mart on Cassells Street in North Bay. The public was encouraged to drop-off unused or expired prescriptions, over-the-counter medications, vitamins and herbal supplements.



Visitors were given medication clean out bags and reminded that unused medications can be disposed of at a local pharmacy any day of the year. In a five-hour period, visitors dropped off 12.9 kg of medications and 7 kg of medication packaging, while others stopped by to obtain information regarding the event. The goals of Medication Drop-off Day were:

- To promote the safe storage and disposal of prescription, over-the counter and other drugs;
- To reduce the number of drugs available in people's homes;
- To reduce the environmental impact from the inappropriate disposal of these drugs in the garbage and sewer systems; and
- To increase awareness that unused or expired prescriptions, medications and supplements can be returned to any pharmacy for safe disposal.

This annual event was organized and supported by local community partners including: the Ontario Injury Prevention Resource Center, North Bay Parry Sound District Health Unit, North Bay Police Services, Nipissing Parry Sound SOYF Coalition and Shoppers Drug Mart.

For more information or to get a medication clean out bag call your local health unit.

RISING STARS – have too much fun!

The Rising Stars are an enthusiastic and talented group of older adults who use light hearted skits and humorous songs to educate their peers about important topics with

memorable messages, in a fun and entertaining way. These keen volunteers perform as a way to share key messages about healthy independent living, fall prevention, medication safety, elder abuse prevention, and much more, reaching hundreds of older adults with important messages in a fun way. If you are an older adult and want to help spread the word about important senior's issues, then we want to hear from you.

If you are interested in booking a performance, or want more information contact your local public health unit.

- Algoma district – call Helen Kwolek, Public Health Nurse, 1-866-892-0172
- North Bay and Parry Sound districts – call Joanna Han, Community Health Promoter, 1.800.563.2808 ext. 3222
- Cochrane district – call Patrick Nowak, Public Health Nurse, 1-800-461-1818
- Sudbury & District – call Sabrina Kalvaninen, Public Health Nurse, 1-855-674-4330
- Timiskaming district – call Lorna Desmarais, Public Health Promoter, 1-866-747-4305, ext. 2239



Falls prevention in primary care – Spreading across the NE

Most falls are preventable and arise from a combination of lifestyle and health factors. Research shows multifactorial risk assessment and targeted intervention can reduce falls among seniors.

The “Falls Prevention in Primary Care - Assessment to Intervention” initiative helps providers incorporate a standard falls risk screen and assessment tool into their work flow and electronic medical record.

Through this process older adults at risk for a fall are quickly identified (the screen takes about 3 minutes), further assessed and linked to interventions, such as local free exercise classes.

The long-standing partnership between executive directors of Family Health Teams in the North East are key facilitators of this initiative. Seven family health teams have integrated the process with five more coming on board this fall. Nurse practitioner led clinics and community health centres are also starting to get involved

The electronic tools are currently available for Practice Solutions and will be available for those on Accuro this September.

For more information on how your practice can get involved, contact Wendy Carew, Regional Coordinator, Stay on Your Feet, 705-840-1610.



Dorit Bartmann wins Volunteer Award for Canada 150

After 9 years of volunteering with Meals on Wheels, plus running the Chi Gong Classes and chair exercises at Belvedere Heights, most people would say that Dorit Bartmann is very deserving of this special award.

Yet Dorit, humble as always, is very surprised and wonders who told on her. Dorit started offering Chi Gong in October of 2008 and she quickly had a dedicated group following her. Then she also started chair exercises twice a week. This keeps Dorit active, involved and out of the house.

She likes connecting with people that she meets with her volunteer activities. Dorit also sat on the Stay On Your Feet Committee in Parry Sound for many years. In summer, she likes to kayak and in winter, she skis as well.

Parry Sound is very lucky to have such a volunteer as Dorit and we wish her many continued years.



Rappel au public : la collecte de médicaments se fait toute l'année

La cinquième séance de retour de médicaments à l'intention du public a eu lieu au Shoppers Drug Mart de la rue Cassells à North Bay. On a encouragé le public à déposer leurs médicaments périmés ou non utilisés (sur ordonnance, en vente libre, vitamines ou suppléments à base d'herbes).



Les visiteurs ont reçu des sacs de collecte de médicaments et on leur a rappelé qu'ils peuvent amener leurs médicaments non utilisés à une pharmacie de la région n'importe quand durant l'année. Durant une période de cinq heures, des visiteurs ont amené 12,9 kg de médicaments et 7 kg d'emballages de médicaments. D'autres sont venus pour obtenir des renseignements sur l'activité. Voici les objectifs de la séance de retour de médicaments :

- Encourager l'entreposage et l'élimination sécuritaires des médicaments sur ordonnance, en vente libre, et autres;
- Réduire la quantité de médicaments conservés à domicile;
- Réduire les incidences environnementales liées à l'élimination inadéquate de ces médicaments dans les ordures et le réseau d'égouts;
- Informer les résidents qu'ils peuvent retourner tout médicament périmé ou non utilisé (sur ordonnance, suppléments ou autres) à n'importe quelle pharmacie pour élimination sécuritaire.

Cette activité annuelle a été organisée et est appuyée par des partenaires communautaires de la région, y compris : le Centre ontarien de ressources en prévention des blessures, le Bureau de santé du district de North Bay-Parry Sound, le service de police de North Bay, la coalition Avancez de pied ferme de Nipissing et Parry Sound et Shoppers Drug Mart.

Pour de plus amples renseignements ou pour obtenir un sac de collecte de médicaments, veuillez communiquer avec votre bureau de santé publique local.

Les RISING STARS s'amuse énormément!

Les *Rising Stars* sont un groupe de personnes âgées enthousiastes et talentueuses qui sensibilisent leurs pairs sur des sujets importants au moyen de sketches à ton léger et de chansons humoristiques qui amusent et divertissent tout en offrant des messages mémorables. Ces bénévoles dévoués partagent des messages clés sur la vie saine et autonome, la prévention des chutes, la sécurité en matière de gestion des médicaments, la prévention des mauvais traitements à l'égard des personnes âgées, et bien plus encore. Leurs spectacles amusants communiquent d'importantes leçons à des centaines de personnes âgées. Si vous êtes une personne âgée et vous voulez aider à faire passer le mot sur les principaux enjeux touchant les aînés, communiquez avec nous.



Pour de plus amples renseignements, ou pour organiser un spectacle, veuillez communiquer avec votre bureau de santé publique local.

- District d'Algoma – appelez Helen Kwolek, infirmière de la santé publique, 1 866 892-0172
- Districts de North Bay et Parry Sound – appelez Joanna Han, promotrice de la santé communautaire, 1 800 563-2808, poste 3222
- District de Cochrane – appelez Patrick Nowak, infirmier de la santé publique, 1 800 461-1818
- Sudbury et district – appelez Sabrina Kalvaninen, infirmière de la santé publique, 1 855 674-4330
- District de Timiskaming – appelez Lorna Desmarais, promotrice de la santé publique, 1 866 747-4305, poste 2239

Prévention des chutes dans le domaine des soins primaires – Diffusion dans le Nord-Est

La plupart des chutes sont évitables et résultent d'une combinaison de facteurs liés à la santé ou au mode de vie. Les recherches montrent qu'une évaluation multifactorielle des risques ainsi que des interventions ciblées peuvent réduire les chutes chez les personnes âgées.

L'initiative « Prévention des chutes dans le domaine des soins primaires – de l'évaluation à l'intervention » donne l'occasion aux fournisseurs d'intégrer un outil normalisé de dépistage et d'évaluation des risques de chutes dans leurs pratiques de travail et leurs dossiers médicaux électroniques.

Ce processus permet de repérer rapidement les personnes âgées à risque de faire une chute (le dépistage prend environ trois minutes). Après des évaluations supplémentaires, ces personnes sont dirigées vers des services ou programmes locaux comme des cours d'exercice gratuits.

Le partenariat de longue date entre les directeurs généraux des équipes de santé familiale du Nord-Est constitue l'élément clé de cette initiative. Sept équipes de santé familiale ont adopté le processus, et cinq autres l'adopteront à l'automne. Les cliniques dirigées par du personnel infirmier praticien et les centres de santé communautaire commencent également à participer à l'initiative.

Les outils électroniques sont actuellement disponibles pour la gamme de logiciels Practice Solutions et seront disponibles en septembre pour ceux qui utilisent Accuro.



Pour de plus amples renseignements sur la façon de participer, veuillez communiquer avec Wendy Carew, coordonnatrice régionale de la stratégie Avancez de pied ferme, au 705 840-1610.

Dorit Bartmann reçoit le Prix pour le bénévolat Canada 150

Après avoir consacré neuf ans de bénévolat au service de la Popote roulante, en plus de mener des cours de Chi Gong et des cours d'exercices à l'aide d'une chaise à Belvedere Heights, la plupart des gens seraient d'accord que Dorit Bartmann mérite bien ce prix spécial.

Mais Dorit, modeste comme toujours, est très surprise et se demande pourquoi elle reçoit un tel prix. Elle a commencé à offrir des cours de Chi Gong en octobre 2008, attirant rapidement un groupe dévoué de participants. Elle a ensuite commencé à animer des exercices à l'aide d'une chaise deux fois par semaine. Tout cela lui permet de rester active et engagée dans sa communauté.

Elle aime tisser des liens avec les gens qu'elle rencontre dans ses activités de bénévolat. Dorit a également siégé au Comité Avancez de pied ferme à Parry Sound pendant de nombreuses années. Elle fait du kayak en été et du ski en hiver.



La communauté de Parry Sound est très chanceuse de compter un bénévole comme Dorit parmi ses résidents, et nous lui souhaitons de nombreuses autres années prospères.

