

Living HEALTHIER

A Publication to Support a Healthier Morrow County

BOARDMAN • HEPPNER • IONE • IRRIGON • LEXINGTON

Inside This Issue

PAGE 2

Pioneer Memorial Clinic

PAGE 3

Ione Community Clinic
Irrigon Medical Clinic

PAGE 4

Boardman Immediate
Care Update

PAGE 5

Boardman Adult
Care Home

PAGE 6

BLS/CPR Training Calendar

PAGE 7

Volunteer for Hospice

PAGE 8

Longevity Awards

PAGE 9

Spanish Edition



EN
ESPAÑOL

La versión en español
del boletín comienza
en la página 9

Springtime Tips for a Healthier You



As the weather gets warmer, you can help prevent chronic disease and start to feel your best with these tips from the CDC.

- **Move your body:**
Aim for 30 minutes of moderate-intensity physical activity daily. This could include walking, riding a bike, or lifting weights.
- **Eat healthier foods:**
Try to make half of your plate fruits and vegetables. Incorporate more whole grains and lean meats.
- **Sun safety:**
As you spend more time outdoors, wear sunglasses blocking UVA and UVB rays to protect your eyes. Apply a sunscreen daily that is at least SPF 15.
- **Prioritize your sleep:**
Establish a healthy sleep routine that includes at least 7-8 hours each night.
- **Know your health history:**
Establish care with a provider to discuss your family health history and monitor your health needs.



When it comes to your health and well-being, it's essential that you have a trusted resource for care nearby. Morrow County Health District is the place you can count on for the proper level of care when you need it county-wide.

With our primary care clinics in Heppner, Lone, Irrigon, and Boardman (also offering walk-in immediate care services), you can expect compassionate care from a team dedicated to excellence.

Pioneer Memorial Clinic

Pioneer Memorial Clinic is a primary care clinic in Heppner. The clinic is conveniently located behind the hospital, allowing quick access to lab and radiology services.



Clinic Hours:
Monday – Friday
8:30 am – 6:00 pm

Address:
130 Thompson Ave.
Heppner, OR 97836

Providers:
Rodney Schaffer, MD
Amanda Roy, PA-C
Rebecca Humphreys, LCSW

Main Phone:
(541) 676-5504. Please call if you have any questions or would like to schedule an appointment.



Lone Community Clinic

Lone Community Clinic is a school-based health center that offers patients a wide variety of primary care services, including family medicine, well baby/child exams, geriatrics, women's & men's health services, and preventive medicine.



Clinic Hours:

Monday – Thursday
8 am – 5 pm

Patient Clinic Days
Monday, Tuesday & Thursday
8 am - 5 pm

Morrow County Public Health
Wednesday
9 am – 3 pm
(Office Open Until 5 pm)

Community Counseling Solutions
Monday, Tuesday & Wednesday
8 am – 3:30 pm

Medical Provider:

Eileen McElligott, ARNP
Available on Patient Clinic Days
Monday, Tuesday & Thursday
8 am – 5 pm

Address:

365 W 3rd St
Ione, OR 97843

Main Phone:

(541) 422-7128. Please call if you have any questions or would like to schedule an appointment.

Did you Know?

March is Colorectal Cancer Awareness Month.



According to the Colorectal Cancer Alliance, colorectal cancer is the second deadliest cancer in the United States. It's also one of the most preventable cancers, thanks to screening.

- Screening can find the warning signs of colon and rectal cancer, letting doctors take action to prevent the disease.
- Screening can also find colorectal cancer early when treatment is most effective.

Most people should begin colorectal cancer screenings at age 45, according to the latest recommendations from the American Cancer Society. You may need to be screened earlier if you have a family history of colorectal cancer or other risk factors. Speak with your healthcare provider about developing a screening plan for you. They can recommend when and how you should be screened.

Irrigon Medical Clinic

Irrigon Medical Clinic offers patients a wide variety of primary care services, including family medicine, geriatrics, women's health services, and preventive medicine.



Clinic Hours:

Monday – Friday
8:30 am – 6:00 pm

Address:

220 N. Main Street
Irrigon, OR 97844

Providers:

Jon Watson, PA-C
Vicki Kent, ARNP
Jamie Reed, LCSW

Main Phone:

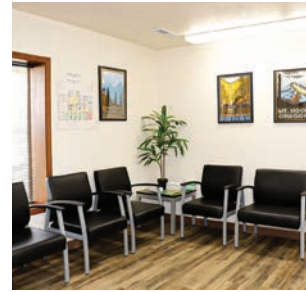
(541) 922-5880. Please call if you have any questions or would like to schedule an appointment.

Boardman Immediate Care

Boardman Immediate Care is a primary and immediate care clinic with two clinical exam rooms, X-ray, and laboratory services housed in a custom-designed motor coach. Occupational health services are offered in the adjacent building next to the reception area.



New Provider
Justin Cameron, PA-C



CONVENIENT WALK-IN CARE 4 DAYS A WEEK!

New Clinic Hours!

Now open every Tuesday- Friday from 9 am - 7 pm
(last patient checked in at 6:30 pm)
No appointment needed!

Providers:

Justin Cameron, PA-C
Terri Dickens, LCSW

Address:

101 Kinkade Rd
Boardman, OR 97818

Main Phone:

(541) 481-2900. Please call if you have any questions or would like to schedule an appointment. Walk-ins are also welcome.

Beef Confetti Taco Salad

Enjoy this salad at home on Taco Tuesday or any night of the week. Your favorite taco ingredients are deconstructed and served up on a salad. No taco shell needed.

TACO SALAD INGREDIENTS

- 1/2 c. shredded, cheddar cheese
- 1 lb. ground beef (96% lean)
- 8 c. mixed salad greens
- 2/3 c. salsa
- 1 medium tomato, chopped

GARNISH INGREDIENTS

- 1/2 cup diced bell pepper
- 1/4 cup thinly sliced red onion

DIRECTIONS

Heat large nonstick skillet over medium heat until hot. Add ground beef; cook 8 to 10 minutes, breaking into 3/4-inch crumbles and stirring occasionally. Pour off drippings. Stir in salsa; cook 2 minutes. Remove skillet from heat; keep warm.

Line 4 plates with salad greens. Divide beef mixture among 4 plates. Top beef with cheese, tomato, pepper and onion. Garnish with olives and dressing, as desired.

<https://www.heart.org/en/recipes/hcm-confetti-beef-taco-salad>



SERVES: 4

Nutrition Facts Per Serving

Calories 221
Protein 31g
Fiber 3g

Health
Tip #1

Make sure to get
enough sleep at night

4

Health
Tip #2

Donate blood

Health
Tip #3

Volunteer

Community and Compassionate Care

New development coming to Boardman!



MCHD will be opening a 5-bed adult care home in Boardman for seniors and people with disabilities.

Adult care homes are licensed single-family residences that offer 24-hour care in a home-like setting. An adult care home can provide the same level of care as an assisted living facility on a smaller scale in a more home-like environment. Adult care homes are licensed through the Oregon Department of Human Services. The opening of this facility will allow increased access to assisted living options for seniors in Boardman and the surrounding area. MCHD is currently in the process of designing and procuring property for the construction of this care home.

Advantages of Adult Care Homes:

Caregivers offer companionship, combatting feelings of loneliness and isolation often experienced by seniors.

Foster a caring, home-like environment, allowing for more personal care.

Adult Care Homes help residents maintain their independence and dignity at a higher level.

Care home residents can expect a safe, clean, warm, and welcoming environment.

Provide high-quality care to seniors and people with disabilities to support safety and independence.

Thank You!

To those who supported the renewal of the Morrow County Health District Local Option Tax.



Health Tip #4

Go for a walk

Health Tip #5

Limit screen time before bed

Health Tip #6

Switch out sugary drinks for water

2024 BLS/CPR TRAINING

TRAINING DATES OPEN TO THE PUBLIC

Trainings are scheduled from 9 am to 1 pm

Heppner Training Location

Pioneer Memorial Clinic Conference Room
130 Thompson Ave.
Heppner, OR 97836

Irrigon Training Location

Irrigon Fire Station
705 NE Main Ave.
Irrigon, OR 97844

April 5 th	Irrigon
May 6 th	Heppner
June 7 th	Irrigon
July 8 th	Heppner
August 2 th	Irrigon
September 9 th	Heppner
October 4 th	Irrigon
November	None Scheduled
December 6 th	Irrigon

Cost for materials is \$25. To register for a training session or questions regarding financial assistance, please email PaulMa@moco hd.org



Working Together to be a Healthier Community Today and *ToMorrow*



Make a Difference in Your Community

Become a Hospice Volunteer

Hospice volunteers offer kindness and compassion to those living with end-stage illnesses. Our volunteer network is integral to the hospice care team and provides invaluable support for the recipient and their family. Hospice volunteers have the opportunity to share their unique talents with patients and families.

Some ways that you can volunteer include:

- Visiting with clients and caregivers and sharing your life experiences
- Writing letters of encouragement
- Making wonderful treats from your kitchen
- Sharing your vegetable and flower garden rewards
- Drinking hot chocolate and reading to our clients on a chilly afternoon
- Organizing events and fundraisers

Whatever gift you are willing to share, we promise to value your volunteering spirit.

Hospice Volunteers are required to complete an online training course before beginning their service to the community. This training can be done at your own pace.

Volunteers meet monthly to receive additional training, socialize and share experiences.



Meet our Hospice Volunteer Coordinator



Jackie Alleman

“Volunteering for hospice is crucial as it provides compassionate support to individuals nearing the end of life, and every hospice volunteer has precious gifts that are valued.

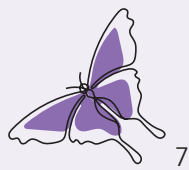
Our trained volunteers offer companionship, comfort, and assistance to the family and client, making a meaningful difference during this challenging time.”

To Apply to Be a Hospice Volunteer

Apply online at **HealthyMC.org** or contact Jackie Alleman, Hospice Volunteer Coordinator, for more information.

Phone: 541-676-2946

Email: jacquelinea@moco hd.org



Honoring Excellence

Recognition of our staff for Longevity Awards presented at our annual Holiday dinner, December 8th.

5 Years

Ann Bennett	Juli Kennedy
Brittany Boothe	Kameron Ridling
Catherine Heath	Kathleen Greenup
Deborah Johnson	Larissa Gray
Diane Hardy	Laurie Hartung
Dorothy Coffelt	Lisa Spencer
Eileen McElligott	Maria Lopez
Emily Roberts	Michael Skow
Eric Chick	Natalia Wight
Heidi Wimer	Pamela Piper
Iva Zimmerman	Rhonda Brennan
Jamie Houck	Rylee Braun
Janis Beardsley	Samuel Irons
Jodi Ferguson	Sasha Jimenez
Joleen Favorite	Savannah Poorman
Jon Watson	Stephanie Rill
Joshua Hurlbert	Will Lepage
Josie Foster	

10 Years

Lauren Crum
Karma Ezell
Scott Ezell
Deena Gallaway
Judith Hall
Richard Hernandez
Adam McCabe
Edmund Rietmann
Rachel Schonbachler
Caroline Scrivner
Daniel Sharp
Melinda Smith
Amanda Williams

15 Years

Tina Davidson
Katie Duncan
Arthur Ekstrom
Eric Hausinger
Staci Hedman
Lorraine Jones
Richard Kent
Erik Patton
Steven Rhea
Lori Seitz
Charlie Sumner
John Van Fossen

20 Years

Nola Binschus

25 Years

Diana Grant
Nicole Mahoney

30 Years

Peggy Lauritsen

35 Years

Molly Rhea

45 Years

Patricia Maben

*Service
Excellence
Awards*



Jodi Ferguson
Exceptional
Employee



Eileen McElligott
Exceptional
Provider

*“It’s not just what I do,
it’s who I choose to be”*

Have You Heard?

Introducing Interpretation Services

Pioneer Memorial Clinic and Irrigon Medical Clinic now have dual-role staff interpreters who are fluent in both English and Spanish.

Also available is a third-party remote video interpretation service in multiple languages offered at all clinic locations, including Boardman Immediate Care.



¿Has oído?

Presentamos los servicios de interpretación

Pioneer Memorial Clinic y Irrigon Medical Clinic ahora cuentan con intérpretes de doble función que hablan inglés y español con fluidez.

También está disponible un servicio de interpretación remota por video de terceros en varios idiomas que se ofrece en todas las clínicas, incluido Boardman Immediate Care.



Living HEALTHIER

Una publicación en apoyo de un condado de Morrow más saludable

BOARDMAN • HEPPNER • IONE • IRRIGON • LEXINGTON

En esta edición

PÁGINA 10

Pioneer Memorial Clinic

PÁGINA 11

Ione Community Clinic
Irrigon Medical Clinic

PÁGINA 12

Actualización de Boardman
Immediate Care

PÁGINA 13

Residencia para adultos
Boardman

PÁGINA 14

Calendario de capacitación
SVB/RCP

PÁGINA 15

Voluntariado en cuidados
paliativos

PÁGINA 16

Premios a la Longevidad



Consejos primaverales para una vida más sana

Hola primavera

A medida que el clima se vuelve más cálido, puede prevenir las enfermedades crónicas y empezar a sentirse mejor con estos consejos de los CDC.

- **Mueva el cuerpo:**
Intente realizar 30 minutos diarios de actividad física de intensidad moderada. Por ejemplo, caminar, andar en bicicleta o levantar pesas.
- **Coma alimentos más sanos:**
Intente que la mitad de su plato sea de frutas y verduras. Incorpore más cereales integrales y carnes magras.
- **Cuidados para el sol:**
Si pasa más tiempo al aire libre, use gafas de sol que bloqueen los rayos UVA y UVB para proteger sus ojos. Aplíquese diariamente un protector solar que tenga al menos un FPS 15.
- **De prioridad a sus horas de sueño:**
Establezca una rutina de sueño saludable que incluya al menos 7 u 8 horas cada noche.
- **Conozca su historia clínica:**
Acuda a un médico para hablar de su historia clínica familiar y controlar su estado de salud.

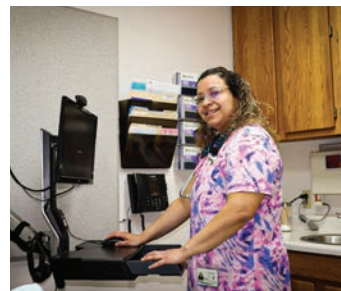


Cuando se trata de su salud y bienestar, es esencial que tenga cerca un lugar de atención de confianza. El Distrito de Salud del Condado de Morrow es el lugar con el que puede contar para recibir una excelente atención cuando la necesite en todo el condado.

Con nuestras clínicas de atención primaria en Heppner, Lone, Irrigon y Boardman (que también ofrecen servicios de atención inmediata sin cita previa), puede esperar la atención compasiva de un equipo dedicado a la excelencia.

Pioneer Memorial Clinic

Pioneer Memorial Clinic es una clínica de atención primaria en Heppner. La clínica está convenientemente situada detrás del hospital, lo que permite un acceso rápido a los servicios de laboratorio y radiología.



Horario de clínica:

Lunes a viernes
8:30 a. m. – 6:00 p. m.

Proveedores:

Rodney Schaffer, MD
Amanda Roy, PA-C
Rebecca Humphreys, LCSW

Domicilio:

130 Thompson Ave.
Heppner, OR 97836

Teléfono principal:

(541) 676-5504 Llame si tiene alguna pregunta o desea concertar una cita.



**Donde ocurre la
salud.**



**Todos los centros aceptan
nuevos pacientes.
Se aceptan la mayoría de
los seguros.**

Ione Community Clinic

Ione Community Clinic es un centro de salud escolar que ofrece a los pacientes una amplia variedad de servicios de atención primaria, incluyendo medicina familiar, exámenes de rutina para bebés y niños, geriatría, servicios de salud para mujeres y hombres y medicina preventiva.



Horario de clínica:

Lunes a jueves
8 a. m. – 5 p. m.

Días de clínica para pacientes

Lunes, martes y jueves
8 a. m. – 5 p. m.

Salud pública del Condado de Morrow

Miércoles
8 a. m. – 3:30 p. m.

La oficina abre hasta las 5 p. m.

Soluciones de asesoramiento comunitario

Lunes, martes y miércoles
8 a. m. – 3:30 p. m.

Proveedor médico:

Eileen McElligott, ARNP
Disponibles los días de clínica para pacientes
Lunes, martes y jueves
8 a. m. – 5 p. m.

Domicilio:

365 W 3rd St
Ione, OR 97843

Teléfono principal:

(541) 422-7128 Llame si tiene alguna pregunta o desea concertar una cita.

¿Sabía que...?

Marzo es el “Mes de sensibilización sobre el cáncer colorrectal”.



Según la Colorectal Cancer Alliance, el cáncer colorrectal es el segundo más mortal en Estados Unidos.

También es uno de los cánceres más prevenibles, gracias a los exámenes de detección.

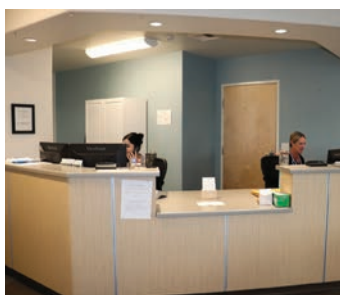
- Los exámenes pueden detectar los signos de alerta del cáncer de colon y recto, lo que permite a los médicos tomar medidas para prevenir la enfermedad.
- Los exámenes también pueden detectar precozmente el cáncer colorrectal, cuando el tratamiento es más eficaz.

La mayoría deberían empezar a someterse a pruebas de detección del cáncer colorrectal a los 45 años, según las últimas recomendaciones de la Sociedad Americana del Cáncer.

Si tiene antecedentes familiares de cáncer colorrectal u otros factores de riesgo, es posible que deba someterse antes a los exámenes de detección. Hable con su médico para elaborar un plan de detección para usted. Pueden recomendarle cuándo y cómo debe someterse a las pruebas.

Irrigon Medical Clinic

Irrigon Medical Clinic ofrece a los pacientes una amplia variedad de servicios de atención primaria, incluyendo medicina familiar, geriatría, servicios de salud de la mujer y medicina preventiva.



Horario de clínica:

Lunes a viernes
8:30 a. m. – 6:00 p. m.

Proveedores:

Jon Watson, PA-C
Vicki Kent, ARNP
Jamie Reed, LCSW

Domicilio:

220 N. Main Street
Irrigon, OR 97844

Teléfono principal:

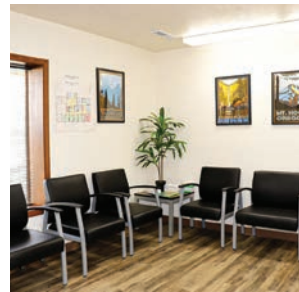
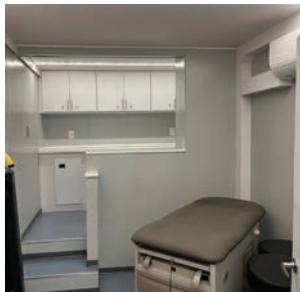
(541) 922-5880 Llame si tiene alguna pregunta o desea concertar una cita.

Boardman Immediate Care

Boardman Immediate Care es una clínica de atención primaria e inmediata con dos salas de examen clínico, rayos X y servicios de laboratorio ubicada en un autocar diseñado a medida. Los servicios de salud laboral se ofrecen en el edificio adyacente, junto a la recepción.



Nuevo proveedor
Justin Cameron, PA-C



ATENCIÓN SIN CITA PREVIA 4 DÍAS A LA SEMANA

Nuevo horario de clínica:

Abierto de martes a viernes de 9 a. m. a 7 p. m. (el último paciente ingresa a las 6:30 p. m.). No se necesita hacer cita.

Proveedores:

Justin Cameron, PA-C
Terri Dickens, LCSW

Domicilio:

101 Kinkade Rd
Boardman, OR 97818

Teléfono principal:

(541) 481-2900 Llame si tiene alguna pregunta o desea concertar una cita. Los que vienen sin cita previa también son bienvenidos.

Ensalada de taco con confeti de carne

Disfruta de esta ensalada en casa los martes de tacos o cualquier noche de la semana. Sus ingredientes favoritos para tacos se deconstruyen y se sirven en una ensalada. No se necesita tortillas de taco.

INGREDIENTES PARA LA ENSALADA DE TACO

1/2 taza de queso cheddar triturado
1 libra de carne picada (96% magra)
8 tazas ensalada verde mixta
2/3 taza de salsa
1 tomate mediano picado

INGREDIENTES DE LA GUARNICIÓN

1/2 taza de pimiento cortado en dados
1/4 taza de cebolla roja cortada en rodajas finas

INSTRUCCIONES

Calentar una sartén antiadherente grande a fuego medio hasta que esté caliente. Añada la carne picada y cocínala de 8 a 10 minutos, desmenuzándola y removiéndola de vez en cuando. Vierta la grasa. Añada la salsa y cocine 2 minutos. Retire la sartén del fuego y manténgala caliente.

Cubra 4 platos con ensalada verde. Repartir la mezcla de carne en los 4 platos. Cubra la carne con queso, tomate, pimiento y cebolla. Decorar con aceitunas y aliño, al gusto.

<https://www.heart.org/en/recipes/hcm-confetti-beef-taco-salad>



PORCIONES: 4

Información nutricional por porción

Calorías 221
Proteína 31 g
Fibra 3 g

Consejo de salud
n° 1

Duerma lo suficiente
por la noche

Consejo de salud
n° 2

Done sangre

Consejo de salud
n° 3

Haga voluntariado

Atención comunitaria y compasiva

Nueva urbanización en Boardman



El Distrito de Salud del Condado de Morrow abrirá una residencia para adultos de 5 camas en Boardman, Oregón, para personas mayores y personas con discapacidades.

Las residencias para adultos son residencias unifamiliares autorizadas que ofrecen atención las 24 horas del día en un entorno similar al de un hogar. Puede proporcionar el mismo nivel de cuidados que una residencia asistida, pero a menor escala y en un entorno más hogareño. Las residencias para adultos están autorizadas por el Departamento de Servicios Humanos de Oregón. La apertura de este centro permitirá un mayor acceso a las opciones de vida asistida para las personas mayores de Boardman y sus alrededores. El Distrito de Salud del Condado de Morrow está diseñando y adquiriendo los terrenos para la construcción de esta residencia.

Ventajas de las residencias para adultos:

Los cuidadores ofrecen compañía y combaten los sentimientos de soledad y aislamiento que suelen experimentar las personas mayores.

Los residentes pueden esperar un entorno seguro, limpio, cálido y acogedor.

Fomentar un entorno afectuoso y hogareño que permita una atención más personal.

Las residencias para adultos ayudan a los residentes a mantener su independencia y dignidad a un nivel superior.

Brindan cuidados de alta calidad a personas mayores y discapacitadas para favorecer su seguridad e independencia.

¡Gracias!

A los que apoyaron la renovación del impuesto opcional local del Distrito de Salud del Condado de Morrow.

Gracias

Consejo de salud n° 4

Salga a caminar

Consejo de salud n° 5

Reduzca el tiempo de pantallas antes de acostarse

Consejo de salud n° 6

Cambia las bebidas azucaradas por agua

CAPACITACIÓN DE SVB/RCP 2024

FECHAS DE CAPACITACIÓN ABIERTAS AL PÚBLICO

Las capacitaciones se programan entre las 9 a. m. y la 1 p. m.

Centro de capacitación de Heppner

Sala de conferencias de la
Pioneer Memorial Clinic
130 Thompson Ave.
Heppner, OR 97836

Centro de capacitación de Irrigon

Estación de Bomberos de Irrigon
705 NE Main Ave.
Irrigon, OR 97844

5 de abril.....Irrigon
6 de mayo.....Heppner
7 de junio.....Irrigon
8 de julio.....Heppner
2 de agosto.....Irrigon
9 de septiembre.....Heppner
4 de octubre.....Irrigon
Noviembre.....Ninguna programada
6 de diciembre.....Irrigon

El costo de los materiales es de \$25. Si desea inscribirse en una capacitación o tiene preguntas sobre la ayuda financiera, envíe un correo electrónico a PaulMa@moco hd.org



Trabajar juntos para ser un Morrow más saludable hoy *y* mañana.



Conozca a nuestro coordinador de voluntarios de cuidados paliativos

Marque la diferencia en su comunidad

Hágase voluntario de cuidados paliativos

Los voluntarios de cuidados paliativos ofrecen amabilidad y compasión a quienes viven con enfermedades terminales. Nuestra red de voluntarios forma parte del equipo de cuidados paliativos y proporciona un apoyo inestimable al paciente y a su familia.

Los voluntarios de cuidados paliativos tienen la oportunidad de compartir su singular talento con pacientes y familiares.

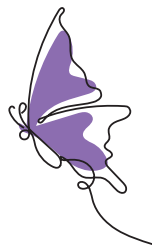
Algunas de las formas en que puede ser voluntario son:

- Visitar a pacientes y cuidadores y compartir sus experiencias de vida.
- Escribir cartas de ánimo.
- Preparar maravillosos manjares en su cocina.
- Compartir los frutos de su huerto y jardín.
- Tomar chocolate caliente y leer a nuestros pacientes en una tarde fría.
- Organización de actos y recaudación de fondos.

Sea cual sea el don que esté dispuesto a compartir, prometemos valorar su espíritu de voluntariado.

Los voluntarios de cuidados paliativos deben completar un curso de capacitación en línea antes de comenzar su servicio a la comunidad. Esta capacitación puede realizarse a su propio ritmo.

Los voluntarios se reúnen mensualmente para recibir más capacitación, socializar y compartir experiencias.



Jackie Alleman

"El voluntariado en cuidados paliativos es crucial, ya que proporciona un apoyo compasivo a las personas que se acercan al final de la vida, y cada voluntario tiene dones preciosos que se valoran.

Nuestros voluntarios capacitados ofrecen compañía, consuelo y asistencia a la familia y al paciente, marcando una diferencia significativa durante este difícil momento".

Para solicitar ser un voluntario de cuidados paliativos

Presente su solicitud en línea en **HealthyMC.org** o comuníquese con la coordinadora de voluntarios de cuidados paliativos, Jackie Alleman, para obtener más información.

Teléfono: 541-676-2946

Correo electrónico: jacquelinea@moco hd.org



NONPROFIT ORG
 U.S. POSTAGE
 PAID
 MAILED FROM
 ZIP CODE 99301
 PERMIT NO. 402

*****EGRWSS****

Local
 Postal Customer

Honrar la excelencia

Reconocimiento a nuestro personal por los Premios a la Longevidad presentados en nuestra cena anual de Navidad, el 8 de diciembre.

5 años	10 años	15 años	20 Y años
Ann Bennett Brittany Boothe Catherine Heath Deborah Johnson Diane Hardy Dorothy Coffelt Eileen McElligott Emily Roberts Eric Chick Heidi Wimer Iva Zimmerman Jamie Houck Janis Beardsley Jodi Ferguson Joleen Favorite Jon Watson Joshua Hurlbert Josie Foster	Juli Kennedy Kameron Ridling Kathleen Greenup Larissa Gray Laurie Hartung Lisa Spencer Maria Lopez Michael Skow Natalia Wight Pamela Piper Rhonda Brennan Rylee Braun Samuel Irons Sasha Jimenez Savannah Poorman Stephanie Rill Will Lepage	Lauren Crum Karma Ezell Scott Ezell Deena Gallaway Judith Hall Richard Hernandez Adam McCabe Edmund Rietmann Rachel Schonbachler Caroline Scrivner Daniel Sharp Melinda Smith Amanda Williams	Tina Davidson Katie Duncan Arthur Ekstrom Eric Hausinger Staci Hedman Lorraine Jones Richard Kent Erik Patton Steven Rhea Lori Seitz Charlie Sumner John Van Fossen
			Nola Binschus
			25 años Diana Grant Nicole Mahoney
			30 años Peggy Lauritsen
			35 años Molly Rhea
			45 años Patricia Maben

Premios a la excelencia en el servicio



Jodi Ferguson
 Empleada excepcional



Eileen McElligott
 Proveedora excepcional

“No es solo lo que hago, sino quién decido ser”.

