



¡Bienestar en Acción!



Antes...

Ahora...

Alimentos disponibles para los estudiantes:	<ul style="list-style-type: none"> • Papitas fritas, dulces, refrescos, galletas, pastel, etc. 	Alimentos disponibles para los estudiantes:	<ul style="list-style-type: none"> • Hay guías establecidas que indican cuales alimentos pueden ofrecerse o venderse • El desarrollo de una Política integral de Alergias
Festejos en los salones:	<ul style="list-style-type: none"> • Se podía servir todo tipo de comida, a cualquier hora del día y en todos los festejos 	Festejos en los salones:	<ul style="list-style-type: none"> • Los alimentos se sirven sólo en un máximo del 50% de los festejos y solo después del almuerzo • Deben cumplir con la Lista de Alimentos y Bebidas para el Refrigerio
Festejos Sin Alimentos:	<ul style="list-style-type: none"> • No se fomentaban 	Festejos Sin Alimentos:	<ul style="list-style-type: none"> • Promover festejos alternativos sin alimentos como: búsqueda del tesoro, deportes y concursos, manualidades, juegos de mesa, películas, uso de computadoras y tiempo adicional en el recreo
Fiestas de Pizza en los Salones de Clase:	<ul style="list-style-type: none"> • Se permitían a cualquier hora del día, sin seguir ninguna guía nutricional 	Almuerzo en los Salones de Clase:	<ul style="list-style-type: none"> • Se llevan a cabo a la hora del almuerzo • Son parte del Programa Nacional de Almuerzo Escolar, el cual cumple con guías nutricionales Federales y Estatales • Se ordenan exclusivamente a través del Servicio de Nutrición Infantil
Seguridad Alimenticia:	<ul style="list-style-type: none"> • Dirigido sólo en la cafetería, no en los salones de clase 	Seguridad Alimenticia:	<ul style="list-style-type: none"> • Se requiere que se firme el documento Procedimientos del Manejo de Seguridad Alimenticia en los Salones al servir comida hecha en casa
Recaudación de Fondos:	<ul style="list-style-type: none"> • No había restricciones en cuanto al número o tipo de recaudación de fondos en las escuelas 	Recaudación de Fondos:	<ul style="list-style-type: none"> • Los alimentos deben cumplir con la Lista de Alimentos y Bebidas para el Refrigerio Estudiantil • Sólo una recaudación de fondos de alimentos al año que no cumpla con la política • Apoyamos la recaudación de fondos como: maratones, reciclaje, venta de papel de regalo y box tops. De preferencia que no involucren alimentos
Alimentos como Recompensa:	<ul style="list-style-type: none"> • Comúnmente utilizado como incentivo diario para las tareas académicas y de disciplina: <ul style="list-style-type: none"> • Galletas, dulces, refrescos, helados, etc. 	Alimentos como Recompensa:	<ul style="list-style-type: none"> • No se permite debido al impacto negativo (físico, psicológico y mental) que puede tener en la salud del estudiante • Utilizar artículos diferentes a los alimentos como: botellas de agua, llaveros, tiempo extra en el recreo y equipo de deportes

¿Qué es una Política de Bienestar?

El Distrito Escolar Unificado de San Marcos (SMUSD) ha desarrollado una Política de Bienestar para promover la salud estudiantil a través de la educación nutricional, fomentar lineamientos nutricionales y la actividad y educación física. SMUSD se esfuerza en crear un medio ambiente saludable donde nuestros estudiantes tienen la oportunidad de aprender sobre la importancia de la nutrición y la actividad física al proveerles alimentos y bebidas nutritivos. A continuación se enlistan algunos de los puntos importantes de nuestra Política:

- El Distrito cree que la introducción de conceptos relacionados con la nutrición ayuda a fomentar comportamientos de estilo de vida saludables que conllevan al éxito académico de nuestros estudiantes.
- La información aprobada para el programa incluye: Dairy Council of California, Programa Nutricional USDA, Harvest of the Month, California Project Lean y Extensión Cooperativa de UC Davis.
- La educación y actividades físicas durante la escuela cumplen con las Políticas y Procedimientos de Educación Física adoptada por el Consejo.
- El Distrito fomenta el uso de las habilidades motoras finas y gruesas, deportes y otras formas de actividad física como sustituto de recompensa en los salones, festejos y eventos de recaudación de fondos en las escuelas.

La impresión ha sido posible por fondos del Departamento de Salud y Servicios Humanos de E.E.U.U., a través del Condado de San Diego.

Recursos de la Política de Bienestar:

- Sitio de Internet de la Política de Bienestar: www.smusd.org/wellnesspolicy
 - Política de Bienestar
 - Fechas de juntas
 - Guía de Notificación de Alergias
 - Calculador de Refrigerios
 - Información de la Feria de Bienestar
- Sitio de Internet del Servicio de Nutrición Infantil: www.smusd.org/cns
 - Información de Menú Escolar y Nutricional
 - Biblioteca de Nutrición
 - Ideas para Recaudación de Fondos
 - Recompensa sin alimentos
- Información Nutricional USDA: www.ChooseMyPlate.gov
- Dairy Council of California: www.dairycouncilofca.org

