

Be a School Wellness Champion at Marysville Joint Unified School District!



We need your help to make our schools healthier!

Children spend most of their day at school, so it's important that they have healthy foods and drinks while they are there. Good nutrition also helps children learn better at school. Our school wellness policy tells how our schools are making the healthy choice the easy choice. Everyone can help support the School Wellness Policy and to put it into action.

Tips to support wellness at school:

1 Read the school wellness policy on our website:

www.mjusdnutrition.com

Click on: Wellness Policy

MJUSD's Wellness Committee Meets three times a year.



2 Become familiar with the tools your wellness committee has developed:

Board Policy 5030 includes guidelines for Fundraising (5030.3), Rewards (5030.4), and Class Parties (5030.5).



3 Support classroom events to include healthy foods and promote physical activity. Keep the wellness policy in mind when planning for food and drinks (use Exhibit 5030.5).



4 Become a champion at your school site by supporting healthy fundraisers and non-food rewards. (see Exhibits 5030.3 and 5030.4)



What is in our School Wellness Policy?

Major topics in the policy are:

-  • **Nutrition education and promotion**
-  • **Physical activity**
-  • **Other wellness activities** (such as school gardens, walk/bike to school, and disease prevention)
-  • **Nutrition standards** for all food and drinks **sold** to children at school
-  • Food and drinks **offered** to children (such as classroom celebrations or rewards)
-  • Food and beverage **marketing**

We are looking forward to working with you to ensure our schools continue to be healthy places that support growth and learning.

Better Health = Better Learners



Sea defensor de la salud escolar en el Distrito Escolar Unificado Conjunto de Marysville



¡Necesitamos su ayuda para hacer nuestra escuela más sana!

Los niños pasan la mayor parte del día en la escuela. Por lo tanto, es importante que tengan alimentos y bebidas saludables mientras estén ahí. Además, una buena nutrición ayuda a que los niños aprendan más en la escuela. Nuestra política de bienestar escolar explica la manera en que nuestra escuela elige la opción saludable, la opción fácil para los niños. Los padres pueden ayudar a actualizar la política de bienestar escolar y a implementarla.

Maneras para apoyar el bienestar en la escuela:

1 Lea la política de bienestar escolar en nuestro sitio web: www.mjusdnutrition.com

Haga clic en: Política de bienestar

Comité de Bienestar del MJUSD
Se reúne tres veces al año.

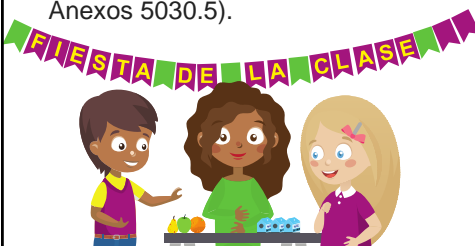


2 Familiarícese con las herramientas que su comité de bienestar ha desarrollado:

La Política de la Junta 5030 incluye guía para la recaudación de fondos (5030.3), recompensas (5030.4) y fiestas de clase (5030.5).



3 Apoye los eventos escolares y del salón de clase para promover los alimentos saludables y mantener a los niños físicamente activos. Tome en cuenta la política de bienestar escolar al escoger los alimentos y las bebidas para eventos y celebraciones (Usar Anexos 5030.5).



4 Conviértase en un defensor en su escuela apoyando recaudadores de fondos saludables y recompensas no alimentarias. (ver los Anexos 5030.3 y 5030.4)



¿Qué contiene nuestra política de bienestar escolar?

Algunos de los temas importantes de la política son:

- Educación y promoción en nutrición
- Actividad física
- Otras actividades de bienestar escolar (como huertos escolares y caminar/ir en bici a la escuela)
- Estándares nutricionales para todos los alimentos y las bebidas que se les venden a los niños en la escuela
- Los alimentos y las bebidas que se les pueden ofrecer a los estudiantes (por ejemplo, durante celebraciones o recompensas en el salón de clase)
- Mercadeo de alimentos y bebidas



Esperamos poder trabajar con usted para garantizar que nuestra escuela continúe siendo un lugar saludable que apoye el crecimiento y el aprendizaje.

**Más salud =
Más aprendizaje**