



Mountain View School District

"CREATING A CULTURE OF WELLNESS"



Why do we have a Wellness Policy?

Our kids deserve the best! MVSD believes in promoting & protecting children's health, well-being, and ability to learn by supporting healthy eating and physical activity. Federal legislation requires districts who participate in the National School Lunch Program to establish wellness policy.



How do we cultivate wellness?

By implementing the policy in 4 key areas:

- School Environment
- Nutrition & Nutrition Education
- Physical Education/Activity
- Community/Staff involvement



29.7% of youths age 9 - 16 in El Monte are obese

Be Healthy! Be Fit! Be Happy!



Lettuce turn up the beet!



Wellness Policy in Action . . .

(what we do)



Play



Eat

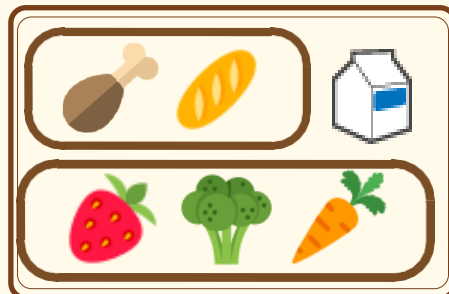


Succeed

- District Wellness Committee
- Annual Community Fair
- Development of the Wellness materials
- Nutrition education lessons
- Healthy alternatives provided at all school events during the school day
- HealthierUS School Challenge GOLD AWARD winners: Cogswell, Monte Vista, Payne, Twin Lakes and Voorhis

"Smart Snack in Schools"

All food and beverages **served or sold** on campus during the school day must meet strict federal & state standards



School lunch provides lean protein, whole grains, fruits, vegetables and milk



Please join us to support a healthy school environment by . . .

- Modeling healthy behavior!
- Celebrating with healthy treats!
- Eating plenty of fruits and veggies!

Think Exercise Dance
Positively! Eat Daily! Stay More!
Healthy! Strong!

Visit us at www.mvsdnutrition.com for more tools and resources



Information provided by MVSD 2018/2019 Wellness Committee

This institution is an equal opportunity provider.



Distrito Escolar Mountain View

"CREANDO UNA CULTURA DE BIENESTAR"



¿Por qué tenemos una política de bienestar?

¡Nuestros hijos se merecen lo mejor!

MVSD cree en promover y proteger la salud, el bienestar y la capacidad de aprender de los niños al apoyar la alimentación saludable y la actividad física. La legislación federal requiere que los distritos que participan en el Programa Nacional de Almuerzos Escolares establezcan una política de bienestar.



¿Cómo cultivamos el bienestar?

Con implementando la política en 4 áreas claves:

- Ambiente Escolar
- Nutrición & Educación Nutritiva
- Educación Física/Actividad
- Involucramiento Comunitario/Personal



29.7% de jóvenes de edades 9 - 16 en El Monte son obesos

¡Estar Saludable! ¡Estar en Forma! ¡Estar Feliz!

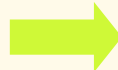


¡Disfruta de las verduras!



Política de Bienestar en Acción . . .

(lo que hacemos)



Jugar



Comer

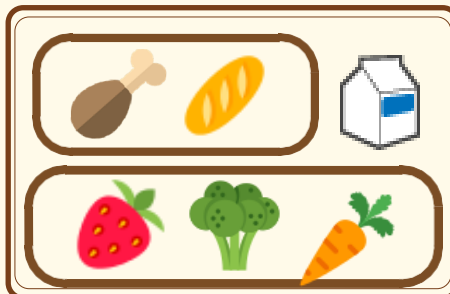


Tener Éxito

- Comité de Bienestar del Distrito
- Feria Comunitaria Anual
- Desarrollo de materiales de bienestar
- Lecciones de educación nutritiva
- Alternativas saludables proporcionados en todos los eventos escolares durante el día escolar
- Reto Escolar HealthierUS ganadores del PREMIO DE ORO: Cogswell, Monte Vista, Payne, Twin Lakes y Voorhis

"Come saludablemente en las escuelas"

Toda la comida y bebida **servida o vendida** en el plantel durante el día escolar debe cumplir estándares federales y estatales estrictas



El almuerzo escolar proporciona proteína baja en grasa, granos enteros, fruta, verduras y leche



Por favor únese a nosotros para apoyar un

ambiente escolar saludable con:

- ¡Modelando comportamiento saludable!
- ¡Celebrando con bocadillos saludables!
- ¡Comiendo muchas frutas y verduras!

¡Piensa positivamente! ¡Haz ejercicio diariamente! ¡Baila más!

¡Come saludable! ¡Mantente fuerte!

Visítenos en nuestra página web www.mvsdnutrition.com para más recursos



Información proporcionada por el Comité de Bienestar de MVSD del 2018/2019



学区 Mountain View

“创建一个健康的营养文化”



为什么我们需要营养服务？

我们的孩子应该得到最好的！MVSD 通过支持和促进健康的营养和运动习惯，相信儿童健康的传播和保护。联邦法律要求并强制要求哪些地区参加学校午餐计划必须实施营养服务。



我们如何推广营养服务？

通过关注以下四个主要领域：

- 学校环境。
- 营养教育。
- 生活和体育教育。
- 社区，教师和家长之间的参与。



El Monte市9-16岁年龄组中29.7%的儿童肥胖。



营养服务的演变...

- 当地营养委员会。
- 每年组织营养博览会。
- 建立并提供营养文件。
- 在学校传播营养课程
- 在学校的一般活动中提供营养信息。
- 更健康的美国学校挑战计划的金苹果奖项属于：Cogswell, Monte Vista, Payne, Twin 和 Voorhis.

(我们在做什么..)



要健康！要称心！要快！



玩



吃



成功



Lettuce turn up the beet!

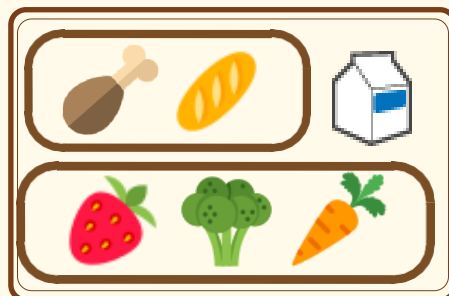


“学校的健康食品。”

在学校出售或提供的食品和饮料必须符合州和联邦监管标准。



请加入并支持健康营养计划.....



- 树立健康行为榜样！
- 用健康的食物庆祝。
- 多吃水果和蔬菜！

积极思考！ 每日运动！ 多跳舞！

吃得健康！ 保持强壮！

访问我们：

www.mvsdnutrition.com 了解更多详情。



学校的午餐总是用蛋白质，大麦，水果，蔬菜和鲜牛奶制作。



本文件由MVSD营养部2018/2019建立并提供。

This institution is an equal opportunity provider.



Mountain View School District

"TẠO DỰNG MỘT VĂN HÓA DINH DƯỠNG LÀNH MẠNH"



MVSD WELLNESS

Tại sao chúng ta cần có Dịch Vụ Dinh Dưỡng

Con em của chúng ta xứng đáng được hưởng những gì tốt đẹp nhất!

MVSD tin vào sự phổ biến và bảo vệ sức khỏe của các em bằng cách hỗ trợ và thúc đẩy những thói quen lành mạnh về dinh dưỡng và thể dục thể thao. Luật Liên Bang đòi hỏi và qui định những Học Khu nào tham gia vào Chương Trình Ăn Trưa Tại Trường phải thực hành Dịch Vụ Dinh Dưỡng .



Làm sao chúng ta phổ biến về Dịch Vụ Dinh Dưỡng?

Bằng cách chú trọng vào 4 lĩnh vực chính sau đây:

- Môi trường học đường.
- Giáo dục dinh dưỡng.
- Sinh hoạt và giáo dục thể thao.
- Sự tham gia giữa cộng đồng, giáo viên và phụ huynh học sinh.



29.7% các em trong lứa tuổi 9-16 tại thành phố El Monte bị mắc bệnh béo phì.

Diễn biến của Dịch Vụ Dinh Dưỡng ...

- Hội Đồng Dinh Dưỡng địa khu.
- Tổ chức Hội chợ Dinh Dưỡng hàng năm.
- Thành lập và cung cấp tài liệu Dinh Dưỡng.
- Phổ biến bài học dinh dưỡng tại trường học
- Cung cấp tài liệu về dinh dưỡng trong những buổi sinh hoạt chung của trường.
- Giải Quả Táo Vàng của Chương trình Healthier US School Challenge thuộc về: Cogswell, Monte Vista, Payne, Twin Lakes and Voorhis.

Be Healthy! Be Fit! Be Happy!

(những gì chúng tôi đang thực hiện..)



Lettuce turn up the beet!



Play



Eat

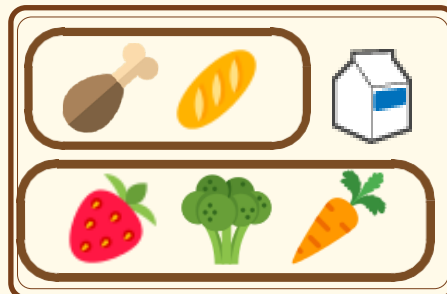


Succeed

"Thức ăn lành mạnh trong trường."

Những thực phẩm và đồ uống được bán hoặc phục vụ tại các trường học phải đáp ứng đúng tiêu chuẩn qui định của tiểu bang và liên bang.

Xin tham gia và ủng hộ chương trình Dinh Dưỡng lành mạnh bằng cách...



- Làm gương với những cư xử lành mạnh!
- Tổ chức ăn mừng, liên hoan với những thức ăn lành mạnh.
- Ăn nhiều trái cây và rau quả!

Think Positively! Exercise Daily! Dance More!
Eat Healthy! Stay Strong!



Buổi ăn trưa tại trường học luôn được chế biến với chất đạm, lúa mạch, trái cây, rau quả và sữa tươi.

Ghé thăm chúng tôi tại: www.mvsdnutrition.com để biết thêm chi tiết.



Tài liệu này thành lập và cung cấp bởi MVSD Bộ Phận Dinh Dưỡng 2018/2019

This institution is an equal opportunity provider.