

# PVUSD Wellness Policy

Creating a culture of health and wellness to support our students



## Why do we have a Wellness Policy?

The Wellness Policy outlines our goals for PVUSD in supporting the **WHOLE CHILD**.

Student learning and achievement can be strengthened by making sure our kids are healthy, safe, supported, challenged, and engaged.

## What is in the Wellness Policy?

Topics include:

- Healthy and Safe School Environment
- Nutrition Guidelines and Education
- Physical Education and Physical Activity
- Health Education and Health Services
- School Employee Wellness
- Counseling, Psychological, and Social Services
- Family, Community, and Staff Involvement



**39%**

of 5th graders in Santa Cruz County were over a healthy Body Mass Index (data collected in 2013 from the California DoE's physical fitness test)

Food & drinks sold to students during the school day must follow all federal and state nutrition guidelines

Find out more on our "Wellness Policy" page at [www.pvusdschoolfood.net](http://www.pvusdschoolfood.net)

**Smart Snacks!**



## School Meals

Available at every meal: fresh fruit and vegetables, whole grain-rich foods, and zero trans fat.

All food and drinks served in the school meal programs meet Federal and State nutrition requirements, based on USDA Dietary Guidelines

## Classroom Celebrations

Classroom celebrations should be limited to twice a month and take place after lunch

Parents and teachers are encouraged to provide healthy food options for celebrations



Life is way better when you're **upbeet!**



## What's happening now at PVUSD? (some highlights!)

- ▶ Kaiser grant helping to support site-based wellness committees
- ▶ FoodCorps and LifeLab providing garden and nutrition education
- ▶ Afterschool programs, such as Fitness for Life, supporting nutrition education
- ▶ Second Harvest Food Bank providing fresh produce and nutrition education for families
- ▶ Locally grown food and seasonal produce on school menus
- ▶ District safety committee supporting site improvements

## How do I learn more about the Wellness Policy?

The PVUSD Wellness Policy is posted in school cafeterias and also available online at [www.pvusdschoolfood.net](http://www.pvusdschoolfood.net).

Please contact [Linda Liu@pvusd.net](mailto:Linda.Liu@pvusd.net) or [Judy Schwarze@pvusd.net](mailto:Judy.Schwarze@pvusd.net) for more information on school site Wellness Committee meetings and monthly PVUSD District Wellness Committee meetings.

*This institution is an equal opportunity provider*

# PVUSD Poliza de Bienestar

Creando una cultura de salud y bienestar de apoyo a nuestros estudiantes



## ¿Porque tenemos una Poliza de Bienestar? ¿Que hay en la Poliza de Bienestar?

La Poliza de Bienestar traza las metas de apoyo integral para el estudiante en PVUSD

El aprendizaje y logro del estudiante se fortalece si nuestros niños están sanos, seguros y son apoyados

Los temas incluyen:

- Ambiente escolar sano y seguro
- Guías y educación de nutrición
- Actividad física
- Educación sobre la salud
- Bienestar del personal escolar
- Consejería, Servicios Psicológicos y Sociales, Participación de la Familia, Comunidad y Personal.



39%

de niños en 5to grado en el Condado de Santa Cruz estaban con sobrepeso (resultados de la prueba de condición física del DOE de California en el 2013)



## Comidas Escolares

Cada comida incluye: fruta fresca y vegetales, comidas integrales y sin grasa saturada.

Todas las comidas y bebidas del programa escolar satisfacen los requerimientos de nutrición Federales y Estatales, según las guías del USDA

## Celebraciones en el Salon

Deben ser limitadas a dos por mes después del almuerzo

Se anima a los padres y maestros a traer opciones saludables en las celebraciones

La venta de comidas y bebidas a estudiantes durante los horarios de escuela siguen las guías estatales y federales de nutrición

descubre más en nuestra pagina "Poliza de Bienestar" [www.pvudschoolfood.net](http://www.pvudschoolfood.net)

Smart Snacks!



la vida es mucho mejor con Nutrición!



## ¿Qué está pasando en PVUSD? (¡puntos importantes!)

- ▶ Ayuda de Kaiser para los comites de bienestar
- ▶ FoodCorps y LifeLab proveen educación de jardín y nutrición
- ▶ Los Programas de Después de Escuela como el programa Fitness for Life apoyan la educación de nutrición
- ▶ El Second Harvest Food Bank provee frutas, verduras y educación de nutrición para las familias
- ▶ El menú escolar ofrece más frutas y verduras cosechadas localmente
- ▶ El Comité de Seguridad del Distrito apoya las mejoras escolares

## ¿Cómo descubro más sobre la Poliza de Bienestar?

La Poliza de Bienestar de PVUSD esta publicada en las cafeterías y en línea en [www.pvudschoolfood.net](http://www.pvudschoolfood.net).

Por favor comuníquese con [Linda Liu@pvusd.net](mailto:Linda_Liu@pvusd.net) o [Judy Schwarze@pvusd.net](mailto:Judy_Schwarze@pvusd.net) para más información sobre las juntas del comité locales y del Distrito.