



Newport-Mesa

Unified School District

DELAC Meeting

Reunión de DELAC

June 01, 2022

1ro de Junio de 2022



Newport-Mesa
Unified School District

Agenda



Newport-Mesa
Unified School District

Special Projects | English Learners

District English Learner Advisory Committee (DELAC)

When: Wednesday, June 1, 2022
Time: 6:30 PM - 8:00 PM
Where: District Office Sanborn

Agenda

- 6:30 PM** **Welcome and Introductions**
Laura Dale-Pash, Director of Multilingual Programs
- 6:35 PM** **Approval of April 6, 2022 and May 11, 2022 Minutes**
Karla Hernandez, DELAC Chairperson
- 6:40 PM** **CARS - Consolidated Application & Reporting System Update**
Vanessa Galey, Director Special Projects
- 7:00 PM** **Healthy Nutritional Practices**
Pam A. Williams, Nutritionist
- 7:20 PM** **Announcements**
Jackeline Gaitan, District School Community Facilitator
- 7:30 PM** **Recognitions**
Laura Dale-Pash, Director of Multilingual Programs
Jackeline Gaitan, District School Community Facilitator
- 8:00 PM** **Adjournment**



Newport-Mesa
Unified School District

Proyectos Especiales | Estudiantes de Inglés

Comité Asesor de Padres de Aprendices de Inglés del Distrito (DELAC, por sus siglas en inglés)

Cuándo: Miércoles, 1 de junio de 2022
Hora: 6:30 – 8:00 PM
Dónde: Oficina del Distrito Escolar Edificio Sanborn

Orden del día

- 6:30 PM** **Bienvenida e Introducciones**
Laura Dale-Pash, Directora de Programas Multilingües
- 6:35 PM** **Aprobación de las Minutas de 6 de Abril de 2022 y 11 de Mayo de 2022**
Karla Hernandez, Presidente de DELAC
- 6:40 PM** **CARS – Aplicación Consolidada y Sistema de Reportes**
Vanessa Galey, Directora de Proyectos Especiales
- 7:00 PM** **Prácticas Nutricionales Saludables**
Pam A. Williams, Nutritionist
- 7:20 PM** **Anuncios**
Jackeline Gaitan, Coordinadora de la Comunidad del Distrito
- 7:30 PM** **Reconocimientos**
Laura Dale-Pash, Director of Multilingual Programs
Jackeline Gaitan, Coordinadora de la Comunidad del Distrito
- 8:00 PM** **Reunión concluye**

Approval of Minutes

April & May 2022

*Aprobación de Minutas de
Abril & Mayo de 2022*

Mrs. Karla Hernandez

President DELAC Board/*Presidente de la
Junta Directiva de DELAC*

Consolidated Application

Aplicación Consolidada

Laura Dale-Pash

Director of Multilingual Programs

Directora de Programas Multilingües

Consolidated Application: *Aplicación Consolidada*

This is the application that school districts use to apply for federal funds.

Esta es la aplicación que utilizan los distritos escolares para solicitar fondos federales.

Title III: *Titulo III*

Title III is federal funding specifically for English learners.

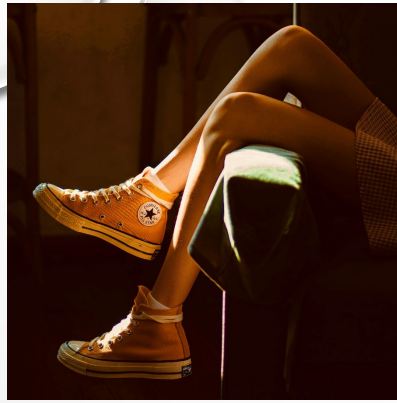
El Título III consiste de fondos federales específicamente para estudiantes de inglés.

Title III Proposed Expenditures

Teachers on Special Assignment	\$274,000
-focus on newcomer and parent engagement	
Summer Language Academy	\$32,000
-training, teachers, transportation, materials, SCF	
Conferences	\$7,000
Imagine Learning	\$10,000
Primary Language Assessment	\$12,000
Parent Programs-Grupo Crecer, CAFE	\$45,000
Indirect	<u>\$33,000</u>
Total/Estimated Award	\$413,000

Gastos Propuestos del Título III

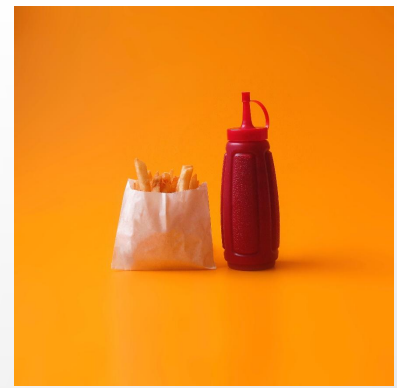
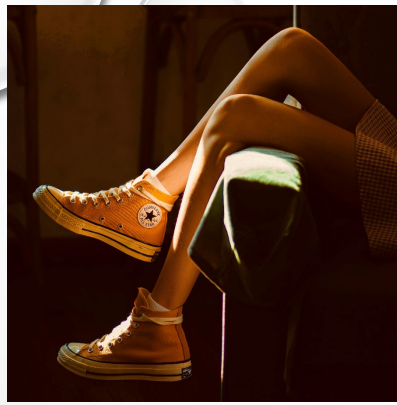
Maestros en Asignación Especial	\$274,000
-Centrarse en la participación de los recién llegados y de los padres	
Academia de Lenguaje de Verano	\$32,000
-Entrenamiento, maestros, transporte, materiales, SCF	
Conferencias	\$7,000
Imagine Learning	\$10,000
Evaluación del Idioma Natal	\$12,000
Programas para Padres-Grupo Crecer, CAFE	\$45,000
Gastos indirectos	<u>\$33,000</u>
Asignación Total / Estimada	\$413,000



NUTRITION PROBLEM? WHAT ARE THE SOLUTIONS

PAMELA WILLIAMS, MPH, RD

JUNE 1, 2022



¿PROBLEMA DE NUTRICIÓN? ¿CUÁLES SON LAS SOLUCIONES?

PAMELA WILLIAMS, MPH, RD

1 de junio de 2022

WHAT WILL WE TALK ABOUT?

- OVERVIEW OF THE PROBLEM
- THE STORY
- HOW DO WE CHANGE THE STORY?



¿DE QUÉ HABLAREMOS?

- RESUMEN DEL PROBLEMA
- LA HISTORIA
- ¿CÓMO CAMBIAMOS LA HISTORIA?



THE HISTORY THAT GOT US HERE

- WORLD WAR II
- THE AMERICAN DREAM
- NO MORE HOME COOKED MEALS
- THE BIRTH OF CONVENIENT FOODS
- OUR DILEMMA



LA HISTORIA QUE NOS TRAJO HASTA AQUÍ

- LA SEGUNDA GUERRA MUNDIAL
- EL SUEÑO AMERICANO
- NO MÁS COMIDAS CASERAS
- EL NACIMIENTO DE ALIMENTOS
CONVENIENTES
- NUESTRO DILEMA



MY STORY

- GREW UP IN NYC
- FAMILY ATE HEALTHY –
VEGETARIAN
- AS ADULTS – CHOSE LIFESTYLE
- HEALTH STRUGGLES



MI HISTORIA

- CRECÍ EN NUEVA YORK
- LA FAMILIA COMÍA SALUDABLE
– VEGETARIANA
- COMO ADULTOS – ELEGIMOS
NUESTRO ESTILO DE VIDA
- DIFICULTADES EN LA SALUD



SO... WHAT'S YOUR STORY?



https://unsplash.com/photos/hiqLAaOJqW8?utm_source=unsplash&utm_medium=referral&utm_content=creditShareLink

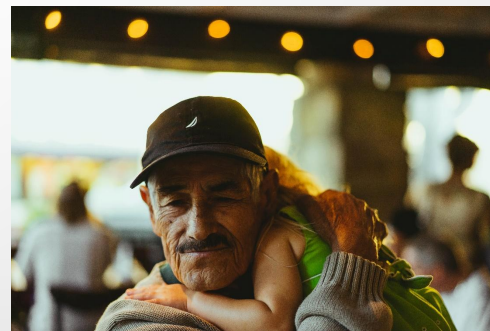


https://unsplash.com/photos/-vzCIPe2Yj8?utm_source=unsplash&utm_medium=referral&utm_content=creditShareLink

ASÍ QUE... ¿CUÁL ES SU HISTORIA?



https://unsplash.com/photos/hiqLAaOJqW8?utm_source=unsplash&utm_medium=referral&utm_content=creditShareLink



https://unsplash.com/photos/-vzCIpe2Yj8?utm_source=unsplash&utm_medium=referral&utm_content=creditShareLink



FAMILY MEALS ARE ALMOST EXTINCT



LAS COMIDAS FAMILIARES ESTÁN CASI EXTINTAS



THE PROBLEM: SO... WHAT ARE WE DOING?

- WE DON'T EAT BREAKFAST
 - WE SNACK A LOT
 - WE LISTEN TO OUR TASTEBUDS/FEELINGS
 - THOUGHTS ARE AN ENDLESS CHATTERBOX
 - WE DON'T HAVE A PLAN
 - MINDLESS EATING
- 



EL PROBLEMA: ASÍ QUE... ¿QUÉ ESTAMOS HACIENDO?

- NO DESAYUNAMOS
 - MERENDAMOS MUCHO
 - ESCUCHAMOS A NUESTRAS PAPILAS GUSTATIVAS/SENTIMIENTOS
 - LOS PENSAMIENTOS SON COMO UNA CAJITA DE CHARLAS SIN FIN
 - NO TENEMOS UN PLAN
 - COMER SIN PENSAR
- 

THE PROBLEM: NO BREAKFAST

THE PROBLEM:

- NOT HUNGRY
- NO TIME
- NO PLAN
- IT ISN'T IMPORTANT



EL PROBLEMA: NO HAY DESAYUNO

EL PROBLEMA:

- NO TIENE HAMBRE
- NO HAY TIEMPO
- NO HAY UN PLAN
- NO ES IMPORTANTE



BREAKFAST SOLUTION

- SKIP LATE NIGHT EATING
- MAKE IT A 5-10 MINUTE FAMILY MEAL
- OFFER FAST & QUICK FAVORITES
- PLAN AHEAD – OATMEAL, LOW SUGAR DRY CEREALS, BOILED EGGS & FRUIT, GRAB-AND-GO TRAIL MIXES (FRUITS, NUTS & SEEDS) , AVOCADO TOAST WITH EGG, ADD HEALTHY SNACK IN BACKPACK.



SOLUCIÓN PARA EL DESAYUNO

- EVITE COMER TARDE POR LA NOCHE
- HAGA UNA COMIDA FAMILIAR DE 5-10 MINUTOS
- OFREZCA LOS FAVORITOS RÁPIDOS
- PLANIFIQUE CON ANTELACIÓN: AVENA, CEREALES SECOS CON BAJO CONTENIDO DE AZÚCAR, HUEVOS COCIDOS Y FRUTA, COMBINADO DE FRUTOS SECOS (FRUTAS, NUECES Y SEMILLAS), PAN TOSTADO CON AGUACATE Y HUEVO, AÑADA UNA MERIENDA SALUDABLE EN LA MOCHILA.



THE PROBLEM: SNACKING

THE PROBLEM

- SNACKS WITH SUGAR
- SNACKS WITH SALT
- SNACKS WITH FAT
- SNACKS WITH OTHER STUFF



EL PROBLEMA: LAS MERIENDAS

EL PROBLEMA

- APERITIVOS CON AZÚCAR
- APERITIVOS CON SAL
- APERITIVOS CON GRASA
- APERITIVOS CON OTRAS COSAS



SNACKING SOLUTION



- SNACKING WAS NOT ALWAYS A PART OF AMERICAN DINING BUT IT IS TODAY & WON'T GO AWAY
- DON'T BUY THE FOODS THAT YOU WOULD NORMALLY AVOID
- PLAN AHEAD: - FRUITS/VEGETABLES CUT UP AND READY TO EAT IN THE FRIDGE, KEEP WHOLE GRAIN CRACKERS & LOWFAT CHEESE ON HAND, KEEP YOGURT, PEANUT BUTTER, GUACAMOLE, & HUMMUS ON HAND, TRAIL MIX

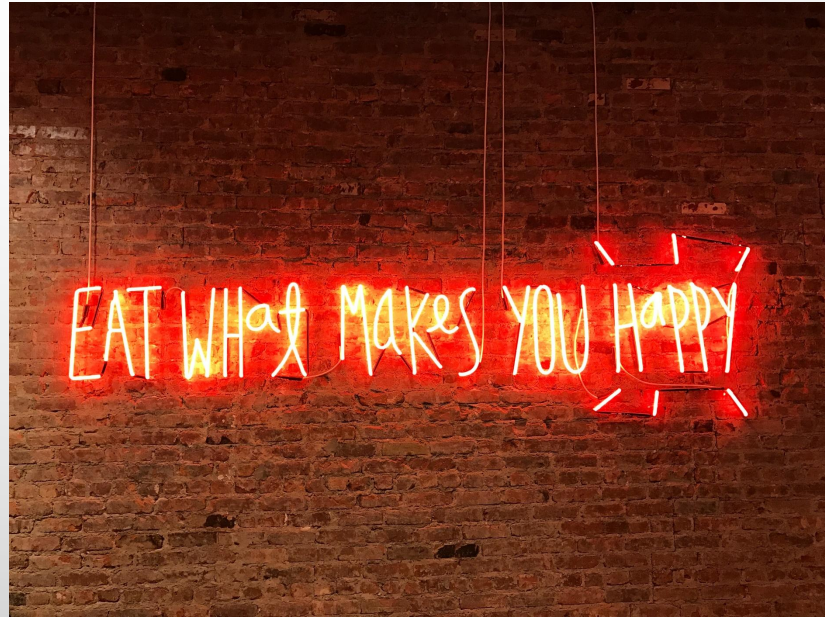
SOLUCIÓN A ESTAS MERIENDAS



- COMER ALGO PARA MERENDAR NO SIEMPRE ERA PARTE DE LA COMIDA AMERICANA, PERO HOY LO ES Y NO DESAPARECERÁ
- NO COMPRA LOS ALIMENTOS QUE NORMALMENTE EVITARÍA
- PLANIFIQUE CON ANTELACIÓN: - FRUTAS/VERDURAS PICADAS Y LISTAS PARA COMER EN EL REFRIGERADOR, MANTENER A LA MANO GALLETAS DE GRANO ENTERO Y QUESO BAJO EN GRASA, GUARDAR YOGUR, MANTEQUILLA DE CACAHUATE, GUACAMOLE, Y HUMMUS A LA MANO, COMBINADO DE FRUTOS SECOS

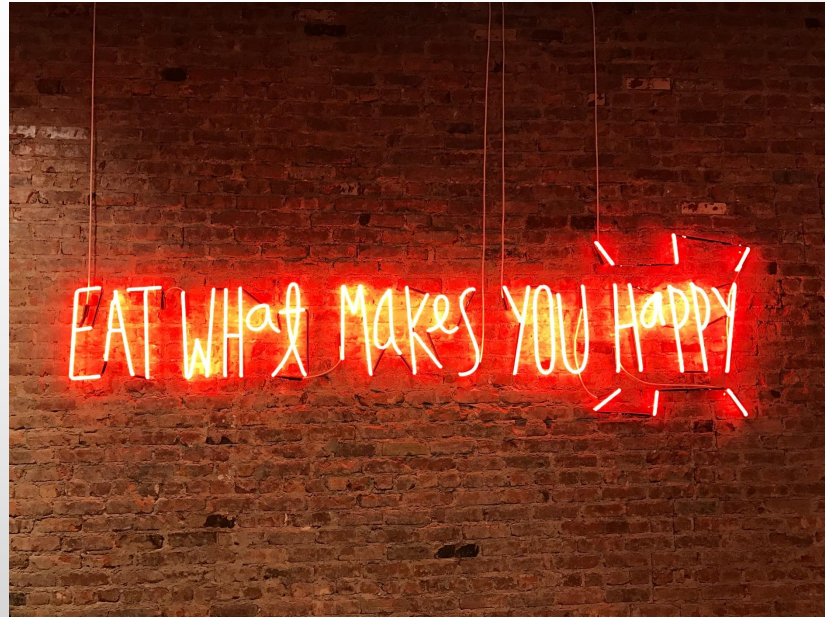
THE PROBLEM: FEELINGS/TASTEBUDS

TASTE AND
EMOTIONS
HAVE NO
INTELLIGENCE



EL PROBLEMA: SENTIMIENTOS/PAPILAS GUSTATIVAS

LAS PAPILAS
GUSTATIVAS (EL
GUSTO) Y LAS
EMOCIONES NO
TIENEN
INTELIGENCIA



THE PROBLEM: ENDLESS CHATTERBOX

- EMOTIONS & THOUGHTS
INFLUENCE FOOD CHOICES
- SOMETIMES WE LISTEN TO
THE WRONG ONES



EL PROBLEMA: CAJITA DE CHARLAS SIN FIN

- LAS EMOCIONES Y LOS PENSAMIENTOS INFLUYEN EN LA SELECCIÓN DE LOS ALIMENTOS
- A VECES ESCUCHAMOS A LOS EQUIVOCADOS



EMOTIONAL EATING SOLUTION

- PAY ATTENTION TO THE TRIGGERS THAT CAUSE YOU TO SNACK OR OVEREAT
- DRINK WATER OR TEA BEFORE EATING; GO FOR A WALK INSTEAD; TALK TO A FRIEND
- HAVE A PLAN TO AVOID OVEREATING, KEEP TRACK WITH A FOOD DIARY
- TALK TO YOUR DOCTOR OR HEALTH PROFESSIONAL TO GET HELP, SET GOALS, AND HOLD YOU ACCOUNTABLE
- CAN'T AVOID EATING? PLAN HEALTHY SNACKS RATHER THAN HIGH FAT/SUGAR FOODS



SOLUCIÓN PARA NO COMER EMOCIONALMENTE

- PRESTE ATENCIÓN A LOS FACTORES DESENCADENANTES QUE LE HACEN MERENDAR O COMER EN EXCESO
- BEBA AGUA O TÉ ANTES DE COMER; EN SU LUGAR, VAYA A CAMINAR; HABLE CON UN AMIGO
- TENGA UN PLAN PARA EVITAR COMER EN EXCESO, LLEVE UN REGISTRO CON UN DIARIO DE ALIMENTOS
- HABLE CON SU MÉDICO O PROFESIONAL DE LA SALUD PARA OBTENER AYUDA, ESTABLECER METAS Y HACER QUE USTED SEA RESPONSABLE
- ¿NO PUEDE EVITAR COMER? PLANIFIQUE MERIENDAS SALUDABLES EN VEZ DE ALIMENTOS ALTOS EN GRASAS/AZÚCAR



THE PROBLEM: NO PLAN

- WE DON'T HAVE A PLAN
- WE SIMPLY REACT AND ASK QUESTIONS LATER



EL PROBLEMA: NO HAY UN PLAN

- NO TENEMOS UN PLAN
- SIMPLEMENTE
REACCIONAMOS Y
HACEMOS PREGUNTAS
MÁS TARDE





SOLUTION TO THE PLAN

- CREATE A MENU FOR THE WEEK
- CREATE A SHOPPING LIST & STICK TO IT WHEN YOU GO TO THE STORE
- PLAN THE NOT SO HEALTHY SNACKS – ALMOST IMPOSSIBLE TO STAY AWAY FROM YOUR FAVORITE
- FOLLOW YOUR PLAN – STICK TO IT
- IF YOU MESS UP, FORGIVE YOURSELF AND STICK TO THE PLAN
- GET THE WHOLE FAMILY INVOLVED



SOLUCIÓN AL PLAN

- CREE UN MENÚ PARA LA SEMANA
- CREE UNA LISTA DE COMPRAS Y SÍGALA CUANDO VAYA A LA TIENDA
- PLANIFIQUE LOS APERITIVOS NO TAN SALUDABLES, CASI IMPOSIBLE MANTENERSE ALEJADO DE SUS FAVORITOS
- SIGA SU PLAN – SEA ESTRICTO
- SI HACE UN ERROR, PERDÓNESE Y SIGA CON EL PLAN
- INVOLUCRE A TODA LA FAMILIA

THE PROBLEM: WE EAT MINDLESSLY



- WE EAT IN RESPONSE TO:
- COMMERCIALS/ADVERTISEMENTS
- WHEN WE SEE FOOD THAT WE LIKE
- WE MISTAKE CRAVINGS FOR HUNGER
- WHEN WE SEE OTHER PEOPLE EAT
- WHEN OTHERS OFFER US FOOD
- WE HAVE MANY TRIGGERS

EL PROBLEMA: COMEMOS SIN PENSAR



- COMEMOS EN RESPUESTA A:
- COMERCIALES/ANUNCIOS
- CUANDO VEMOS COMIDA QUE NOS GUSTA
- CONFUNDIMOS LOS ANTOJOS POR EL HAMBRE
- CUANDO VEMOS A OTRAS PERSONAS COMER
- CUANDO OTRAS PERSONAS NOS OFRECEN COMIDA
- TENEMOS MUCHOS ACTIVADORES

BE MINDFUL

- THINK THINGS THROUGH
- BE CREATIVE
- GET INPUT FROM YOUR FAMILY
- TRY NEW THINGS
- TURN OFF THE TV
- PUT DOWN THE PHONE AT THE TABLE OR WHEN EATING
- STOP EATING WHEN YOU ARE SATISFIED



SEA CONSCIENTE

- PIENSE BIEN LAS COSAS
- SEA CREATIVO
- OBTENGA COMENTARIOS DE SU FAMILIA
- INTENTÉ COSAS NUEVAS
- APAGUE EL TELEVISOR
- APARTE EL TELÉFONO EN LA MESA O CUANDO ESTÁN COMIENDO
- DEJE DE COMER CUANDO ESTÉ SATISFECHO



DON'T GIVE UP

INVOLVE THE FAMILY



MAKE HEALTHY CHOICES



PLAN PLAN PLAN



NO SE DÉ POR VENCIDO

INVOLUCRE A LA
FAMILIA



TOME DECISIONES
SALUDABLES



HAGA UN PLAN, HAGA
UN PLAN, HAGA UN
PLAN



Awards and Recognitions

Reconocimientos

DELAC Board Members

Miembros de la Junta Directiva de DELAC

- Chairperson / *Presidente* - Karla Hernandez
- Vice-Chairperson / *Vice Presidente* - Maricela Lopez
- Secretary / *Secretaria* - Carmen Ramirez
- Parliamentarian / *Parlamentaria* Maria Elena Vicente

Awards and Recognitions

Reconocimientos

School Community Facilitators

- | | |
|-----------------------|-----------------------|
| ❖ Alfonso Bravo | ❖ Lucia Martin |
| ❖ Marcela Cardenas | ❖ Irasema McAllister |
| ❖ Iliana Carvajal | ❖ Claudia Ortiz Rodal |
| ❖ Zaira Diaz | ❖ Jami Paley |
| ❖ Jackeline Gaitan | ❖ Marcy Shands-Brown |
| ❖ Iris Gonzalez-Rojas | ❖ Hugo Solorzano |
| ❖ Paula Gordon | ❖ Diana St. Germain |
| ❖ Fabiola Hemmerling | ❖ Ilse Taborga |
| ❖ Olivia Maldonado | ❖ Laura Wagenseller |

Awards and Recognitions / Reconocimientos

DELAC Reps

❖ Fabiola Netzahualcoyotl Hernandez	❖ Claudia Vargas	❖ Maria Orozco Eliaz
❖ Elisandra Galisteo	❖ Jorge Hernandez	❖ Alicia Esquivel
❖ Maricela Lopez	❖ Maria Garcia	❖ Carolina Martinez
❖ Ruben Aviles	❖ Natalia Ramirez Castaneda	❖ Marie Cabillo
❖ Elda Pineda	❖ Maria Alvarez	❖ Maritza Tenorio
❖ Carmen Ramirez	❖ Luz Molina	❖ Norma Cruz
❖ Martha Meza	❖ Lourdes Arevalo	❖ Karla Hernandez
❖ Yolanda Osorio	❖ Maria RosarioSantiago	❖ Maria Elena Vicente
❖ Lucia Mejia	❖ Lucio Garcia	❖ Beatriz Flores
❖ Valentin Ortega	❖ Jose Orozco	❖ Jazmin Mondragon
	❖ Iliana Santos	❖ Claudia Martinez
	❖ Rutilio Olivera	



Newport-Mesa
Unified School District

Adjournment

Fin de la Reunión

Next DELAC Meeting

November 2022 -TBD

Próxima Reunión del DELAC

noviembre 2022 -TBD

School Board Meeting

June 14, 2022 - 6:00 p.m.

Reunión de la Mesa Directiva de Educación

14 de junio 2022 - 6:00 p.m.

Newport-Mesa Unified School District

Special Projects | English Learner Programs