North Monterey County USD Wellness



Why do we have a Wellness Policy?



Our kids deserve the best! NMCUSD recognizes the link between student health and learning and desires to provide a comprehensive program promoting healthy eating and physical activity for district students. Federal legislation requires districts who participate in the National School Lunch Program to establish wellness policy.

How do we cultivate wellness?


Be Well

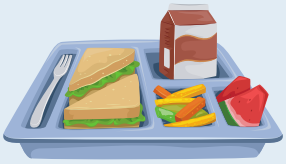

Eat Well


Live Well

- School Environment
- Nutrition & Nutrition Education
- Physical Education/Activity
- Community/Staff Involvement
- Modeling heathy behavior!

"Smart Snacks in Schools"

All foods and beverages served or sold on campus during the school day must meet strict federal and state nutrition standards



School meals provide lean protein, whole grains, fruits, vegetable and milk

Wellness Policy in Action




Play Eat Succeed

- Blue Zones school site and worksite approvals
- School gardens
- Healthy alternatives provided at all school events during the school day
- Walk & Roll to School events
- Community clean up events
- Stakeholder surveys

Prevention Starts Now

45%

Of Monterey County Adult have prediabetes or type 2 diabetes

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

- Modeling heathy behavior!
- Celebrating with non food items or healthy treats
- Join the Wellness Committee or participate in one of our wellness initiated events

Information provided by the 2022-23 Wellness Committee

Visit www.nmcusd.org/Page/2169 for more information and resources

Bienestar del Distrito Escolar Unificado del Condado Norte de Monterey



¿Porqué tenemos una Póliza del bienestar?



¡Nuestros niños merecen lo mejor!
NMCUSD reconoce la conexión entre la salud del estudiante y el aprendizaje y el deseo para brindar un programa comprensivo promoviendo alimentación saludable y la actividad física para los estudiantes del distrito. La legislación federal requiere que los distritos quienes participan en le Programa nacional del almuerzo escolar estabilicen una póliza del bienestar.

¿Cómo cultivamos el bienestar?


Estar bien


Comer bien


Vivir bien

- Ambiente escolar
- Nutrición y Educación nutritiva
- Educación/Actividad física
- Participación de personal/comunidad
- ¡Modelar conducta saludable!

"Bocadillos inteligentes en las escuelas"

Todas las comidas y bebidas servidas o vendidas en el sitio escolar durante el día escolar deben cumplir con los estándares federales y estatales.



Comidas escolares proporcionan proteína magra, granos enteros, frutas verduras y leche

Póliza del bienestar en acción


Jugar Comer Éxito

- Escuelas y localidades laborales aprobados por Blue Zone
- Jardinerías escolares
- Alternativas saludables proporcionadas en los eventos escolares durante el día escolar
- Eventos de Caminar y Rodar
- Eventos de limpieza comunitaria
- Encuestas de partes interesadas

Prevención inicia ahora

45%

de los adultos en el Condado de Monterey son prediabéticos o tienen diabetes tipo 2

Por favor, únase con nosotros para apoyar un ambiente escolar saludable al...

- ¡Modelar conducta saludable!
- Celebrar con cosas que no son comida o bocadillos saludables
- Ser parte del Comité del Bienestar o participar en uno de nuestros eventos iniciativos para el bienestar

Información proporcionada por el Comité del Bienestar 2022-23

Visite www.nmcusd.org/Page/2169 para más información y recursos