Arvin Union School District

School Wellness Committee Meeting

Minutes- October 21, 2024

Welcome and introductions - Translator Jocelyn Lopez

Rosio Gutierrez (ECR parent) , Toni Pichardo, Dee Abbema, ECR students, Dr. Mario Venegas, Marisol Moya (HD parent), Steve Martinez, BME students (Daleyssa, Anjie, Katalina), SV student announcers, Amalia Ojeda, Rebecca Ruiz, Evelin Torres Islas, Jocelyn Lopez, Kassandra Hendricks, HD students (Savanna Coronado, Joshua Anderson, Nikolai Leal), Rocio Castro, Kayla Corpus

Review of Minutes - September 30, 2024

Motion to approve: Dee Abbema **Second Evelin Torres Motion passed**

REPORTS

Kassandra Hendricks/Dee Abbema/Rebecca Ruiz

The District Special Meals form was shared by ECR Nurse, Kassandra Hendricks. The form can be faxed or delivered in person after the medical Dr. completes the form and signs or has their name stamped. This accommodation is only for allergies not food preferences. Specific allergy, reactions, texture to be omitted, or foods added is required to be completed by the Dr. - meal regulations for allergies not food preference/ documentation required. The district food service director, Dee Abbema, reiterated this is for allergies only. Accommodations are filled to the best of the district's ability however brand names are not accommodated. Milk replacement is soy only. Every section must be complete. Rebecca Ruiz, who ultimately signs off each form, stated the site nurse adds the student's teacher and classroom number. Suggested substitutions are welcomed. Religious beliefs or preferences are not accommodated and the form is good for up to 3 years. If the Dr. has not signed the form will be returned to the parent and food accommodations cannot begin until complete.

Steve Martinez reported on PE activity - Physical Fitness Test based strength, flexibility, cardio, upper body, and abdominal exercises. PE teachers are doing pre-testing and he is starting a 100 Club for extra practice. Actual assessment is to be completed in March and 5th graders will be doing the PACER rather than the mile run. Mr. Martinez described how the pacer works.

Dr. Mario Venegas shared Mental Health data related to the Surgeon General's declaration of loneliness and isolation to be an epidemic. Referring to tables provided in the PowerPoint he directed attention to illustrations indicating a big spike or decrease in the data during and following COVID. He expressed how social media and time on cell phones are concerning as students are not personally engaged with others. Dr. Venegas provided mental health tips to support self-regulation when someone might feel lonely or unhealthy or needing to focus on mindfulness and avoid distress. Haven Drive students were able to share emotion words and students from various campuses gave ideas for good ideas for mental health including: talking to students, eating food, jogging, jumping, exercising, talking to friends, and listening to music. Dr. Venegas also discussed ANTS: Automatic Negative Thoughts and included a

video for reference which students were very interested in. A brief discussion followed regarding positive group activities that can be done by phone as well as using technology in productive ways.

RECENT CELEBRATIONS

Recent celebrations included healthy salads available to staff to ensure they have nutrition throughout the day. They are available for $3.00 and will soon be available for $5.00 with chicken. Multi-cultural meals were also revisited. Students suggested doing food surveys to get ideas from students so that food is not wasted and that students don't go hungry. They also suggested ideas for healthy meals at home and recycling food with parents. Dee shared that 1030 pounds more was recycled. Multi-cultural ideas from members included:

Indian	Dumplings	
Chinese	White rice and teriyaki chicken	Ramen
Italian	pasta/rigatoni	
Mexican	burritos	posole
German		
Greek?Mediterranean	yellow rice	Chicken Shwarma
Jamaica	rice and beans	

Annual Report Review and Completion:

A draft was provided to the committee including celebrations and next steps mentioned over the past months. Additional input was requested for celebrations and next steps:

Celebrations included dress-up days for mental health

Next step to add: :

1. Nutritious meals to start at home
2. Requirements for meals and weekly patterns
3. Drink alternatives
4. Variety of vegetables
5. Home baked food not packaged

Question:

A question was raised regarding filtered water to which a response was provided that city water has been deemed safe to drink.

Public Comment

Mrs. Moya shared a concern about the high carbs and sugar content potentially causing glucose spikes with the menus she has seen for breakfast. Asked about how to include more protein. She brought forward information from the World Health Organization and concerns about diabetes in the area we serve. A brief response was provided by Dee which will be expanded on at the next meeting.

Students were asked how they liked the samples of French Toast which were Cinnamon and Trix - both were liked. Notes for other snacks:

- Scooby Snacks: Great for each period, tastes like fruit, the best
- Cinnamon Crunch: Not very tasty, smells like cinnamon, but don't taste like cinnamon, lack in flavor, bread with smell but not tasting like cinnamon
- Trix - has very good smell and taste, tastes like the cereal and fruity
- Strawberry Chex 10/10 would recommend, good 7/10
- Cheddar Chex - yuck, 0 out of 10, smells like feet 7/10

Adjournment

Upcoming meetings

November 18 - expanded learning nutrition instruction/Federal Nutrition Requirements

January 13 March 17 April 28,

Evidence requested from sites/programs: Share your pictures, curriculum examples, emails, presentation materials, meeting notes, etc.as evidence for our wellness policy review. Please submit to Dee

Distrito Escolar Unión de Arvin

Reunión del Comité de Bienestar Escolar

Actas- 21 de octubre de 2024

Bienvenida y presentaciones - Traductora Jocelyn Lopez

Rosio Gutierrez (Padre de ECR) , Toni Pichardo, Dee Abbema, Estudiantes de ECR, Dr. Mario Venegas, Marisol Moya (Padre de HD), Steve Martinez, Estudiantes de BME (Daleyssa, Anjie, Katalina), Estudiantes anunciadores de SV, Amalia Ojeda, Rebecca Ruiz, Evelin Torres Islas, Jocelyn Lopez, Kassandra Hendricks, Estudiantes de HD (Savanna Coronado, Joshua Anderson, Nikolai Leal), Rocio Castro, Kayla Corpus

Revisión de las Actas - 30 de septiembre de 2024

Moción para aprobar: Dee Abbema **Segunda Evelin Torres Moción aprobada**

INFORMES

Kassandra Hendricks/Dee Abbema/Rebecca Ruiz

La enfermera de ECR, Kassandra Hendricks, compartió el formulario de comidas especiales del distrito. El formulario se puede enviar por fax o entregar en persona después de que el médico complete el formulario y firme o tenga su nombre estampado. Esta adaptación es solo para alergias, no para preferencias alimentarias. El médico debe completar las alergias, reacciones, texturas específicas que se deben omitir o alimentos agregados; las regulaciones de comidas para alergias no para preferencias alimentarias/documentación requerida. La directora de servicios de alimentos del distrito, Dee Abbema, reiteró que esto es solo para alergias. Las adaptaciones se completan lo mejor que puede el distrito, sin embargo, no se aceptan marcas comerciales. El reemplazo de leche es solo de soja. Cada sección debe estar completa. Rebecca Ruiz, quien finalmente firma cada formulario, afirmó que la enfermera del sitio agrega el maestro del estudiante y el número de aula. Las sustituciones sugeridas son bienvenidas. Las creencias o preferencias religiosas no se aceptan y el formulario es válido por hasta 3 años. Si el médico no ha firmado, el formulario se devolverá a los padres y las adaptaciones alimentarias no pueden comenzar hasta que se complete.

Steve Martínez informó sobre la actividad de educación física - Prueba de aptitud física basada en ejercicios de fuerza, flexibilidad, cardio, parte superior del cuerpo y abdominales. Los maestros de educación física están haciendo pruebas previas y él está comenzando un Club de 100 para la práctica adicional. La evaluación real se completará en marzo y los alumnos de 5º grado harán el PACER en lugar de la carrera de una milla. El Sr. Martínez describió cómo funciona el pacer.

El Dr. Mario Venegas compartió datos de salud mental relacionados con la declaración del Cirujano General de que la soledad y el aislamiento son una epidemia. Refiriéndose a las tablas proporcionadas en PowerPoint, dirigió la atención a las ilustraciones que indican un gran aumento o disminución en los datos durante y después de COVID. Expresó cómo las redes sociales y el tiempo en los teléfonos celulares son preocupantes, ya que los estudiantes no están en contacto personal con los demás. El Dr.

Venegas brindó consejos de salud mental para apoyar la autorregulación cuando alguien se sienta solo, no saludable o necesite concentrarse en la atención plena y evitar la angustia. Los estudiantes de Haven Drive pudieron compartir palabras de emoción y los estudiantes de varios sitios dieron ideas para buenas ideas para la salud mental, incluyendo: hablar con los estudiantes, comer alimentos, correr, saltar, hacer ejercicio, hablar con amigos y escuchar música. El Dr. Venegas también habló sobre ANTS: Pensamientos Negativos Automáticos e incluyó un video de referencia en el que los estudiantes estaban muy interesados. A continuación, se realizó una breve discusión sobre actividades grupales positivas que se pueden hacer por teléfono, así como sobre el uso de la tecnología de manera productiva.

CELEBRACIONES RECIENTES

Las celebraciones recientes incluyeron ensaladas saludables disponibles para el personal para garantizar que tengan nutrición a lo largo del día. Están disponibles por $3.00 y pronto estarán disponibles por $5.00 con pollo. También se volvió a tratar el tema de las comidas multiculturales. Los estudiantes sugirieron realizar encuestas sobre alimentos para obtener ideas de los estudiantes para que no se desperdicie la comida y que los estudiantes no pasen hambre. También sugirieron ideas para comidas saludables en casa y para reciclar alimentos con los padres. Dee compartió que se reciclaron 1030 libras más. Las ideas multiculturales de los miembros incluyeron:

India	Bolitas de masa	
China	Arroz blanco y pollo teriyaki	Ramen
Italiana	pasta/rigatoni	
Mexicana	burritos	posole
Alemana		
Griego?Mediterráneo	arroz amarillo	Pollo Shwarma
Jamaica	arroz y frijoles	

Revisión y finalización del informe anual:

Se proporcionó al comité un borrador que incluía las celebraciones y los próximos pasos mencionados en los últimos meses. Se solicitaron aportes adicionales para las celebraciones y los próximos pasos:

Las celebraciones incluyen días de vestimenta alternativos para la salud mental

Próximos pasos para agregar:

6. Comidas nutritivas para empezar en casa
7. Requisitos de comidas y patrones semanales
8. Bebidas alternativas
9. Variedad de verduras

10. Alimentos caseros no envasados

Pregunta:

Se hizo una pregunta respecto al agua filtrada a la que se respondió que el agua de la ciudad se ha considerado segura para beber.

Comentario público

La Sra. Moya expresó su preocupación por el alto contenido en carbohidratos y azúcares que puede provocar niveles elevados de glucosa en los menús que ha visto para el desayuno. Preguntó cómo incluir más proteínas. Presentó información de la Organización Mundial de la Salud y preocupaciones sobre la diabetes en el área que servimos. Dee dio una breve respuesta que se ampliará en la próxima reunión.

Se les preguntó a los estudiantes qué les parecían las muestras de tostadas francesas con canela y Trix; ambas les gustaron. Notas para otros bocadillos:

- Scooby Snacks: Ideales para cada periodo, saben a fruta, los mejores
- Cinnamon Crunch: No muy sabroso, huele a canela, pero no sabe a canela, falta de sabor, pan con olor pero no sabe a canela
- Trix - tiene muy buen olor y sabor, sabe como el cereal y a fruta
- Chex de fresa 10/10 lo recomendaría, bueno 7/10
- Cheddar Chex - asco, 0 sobre 10, huele a pies 7/10

Aplazamiento

Próximas reuniones

18 de noviembre - instrucción nutricional en aprendizaje expandido/Requisitos federales de nutrición

13 de enero 17 de marzo 28 de abril

Evidencias solicitadas de sitios/programas: Comparta sus fotos, ejemplos de currículos, correos electrónicos, materiales de presentación, notas de reuniones, etc. como pruebas para nuestra revisión de la póliza de bienestar. Envíelas a Dee