Wellness Committee Meeting

District Office Board Room

April 7, 2026

3:15 PM - 4:15 PM

1. Welcome – Mr. Ochoa welcomed the committee.

2. Wellness Handbook
    a. Review/Recommend Changes to pp. 9-12 – Mr. Ochoa projected the google Wellness plan to review all updated to the homework given at the March meeting pg. 9-12.
    b. Finalize Changes – Upon review of the recommendations, final changes have been submitted and will be made.

3. SMART Goal Creation – Mr. Ochoa explained the purpose of establishing SMART goals as well as how they would be measured. One SMART goal was created, and homework was given to come up with an additional 3 goals and how such goals would be measured.
    a. Nutrition
    b. Physical Activity

4. Review/Discuss FJHS Food Survey – A Wellness Survey was discussed; the recommendation of the committee was to have the survey sent out twice a year. All recommendations have been noted. The revised survey will be presented at the next meeting.

5. Assignments for Next Meeting
    a. Make recommended edits/additions to pp. 13-17

6. Closure
7. Next Meeting:

- May 4, 2026 @ Board Room

MINUTOS

Reunión del Comité de Bienestar

Sala de Juntas de la Oficina del Distrito

7 de Abril de 2026

3:15 - 4:15

1. Bienvenidos – el Sr. Ochoa dio la bienvenida al comité.

2. Manual de Bienestar
    a. Revisión/Recomendaciones de cambios en las páginas 9-12 – El Sr. Ochoa proyectó que el plan de bienestar de Google revisará todas las tareas actualizadas en la reunión de marzo en la reunión de marzo, págs. 9-12.
    b. Finalizar los cambios – Tras la revisión de las recomendaciones, se han presentado los cambios finales que se realizarán.

3. Creación de objetivos SMART – El Sr. Ochoa explicó el propósito de establecer objetivos SMART así como cómo se medirían. Se creó un objetivo SMART y se asignó tarea para definir otros 3 objetivos y cómo se medirían.
    a. Nutrición
    b. Actividad física

4. Revisión/Debate de la Encuesta Alimentaria de la FJHS – Se discutió una Encuesta de Bienestar; la recomendación del comité fue enviar la encuesta dos veces al año. Todas las recomendaciones han sido tomadas en cuenta. La encuesta revisada se presentará en la próxima reunión.

5. Asignaciones para la próxima reunión
    a. Haz las ediciones o añadidos recomendados a las páginas 13-17
6. Cierre
7. Próxima reunión:

- 4 de mayo de 2026 @ Sala de Juntas