



CALISTOGA JOINT UNIFIED SCHOOL DISTRICT

1520 LAKE STREET • CALISTOGA, CALIFORNIA 94515

BOARD OF TRUSTEES

JULIE ELKESHEN
INDIRA LOPEZ-JONES
JEFF MAXFIELD
RUDY GONZALEZ
STEPHANIE ROTHBERG-ALLAN

SUPERINTENDENT

ERIN SMITH-HAGBERG

DISTRICT WELLNESS COMMITTEE • MEETING NOTES

May 17, 2022, • 3:00 – 4:00 pm via ZOOM

3:05 pm-In attendance: Rosa Rubio, Gio Miramontes, Marcela Rodriguez, Fabio Maya and Michelle Hickman

Introductions and brief review of last meeting minutes

Gio Miramontes guided us through a mindful moment of stretching to relieve tension in our upper shoulder area.

3:15 pm- Rosa Rubio gave an update on the Family Movement Class. Gio and Rosa were brainstorming ways to increase participation. It was acknowledged that baseball is huge in the community and it may be the reason that the class didn't reach a large pool of families.

3:20 pm- Rosa Rubio shared the support of the Jogathon for CES. Hydration stations will be set up for the jogathon but a conversation about ways to make the hydration station eco-friendly was brought up. It was suggested maybe students can bring in their own water bottle to help cut down on plastic cup usage. Marcela offered to support the event if more volunteers were needed.

3:30 pm- Rosa shared a presentation created by Alex Andary on the triennial assessment report. The triennial assessment is a report that compares the district's school wellness policy to a model policy, measures the extent to which district is following the policy, and tracks the districts progress toward achieving goals described in the policy.

As part of the triennial report's findings, the wellness committee will work to create a plan and target goals to support employee wellness. Acknowledging the important of mental health and our district will work on finding ways we can bring some of the principles of mental health and well-being to life in our

departments by promoting self-care and fostering a culture of wellness at work while supporting our employees to act as role models for our students.

The committee agreed that Tuesdays were a good day of the week to attend the wellness meetings, dates for the 2022-2023 school year will be shared as soon as they become available.

COMITÉ DE BIENESTAR DEL DISTRITO · NOTAS DE LA REUNIÓN

17 de Mayo de 2022 3:00-4:00 pm por ZOOM

3:05 pm-Asistieron: Rosa Rubio, Gio Miramontes, Marcela Rodriguez, Fabio Maya y Michelle Hickman

Presentaciones y breve repaso de las actas de la última reunión

Gio Miramontes nos guió a través de un momento consciente de estiramiento para aliviar la tensión en la parte superior del hombro.

3:15 pm- Rosa Rubio dio una actualización sobre la Clase de Movimiento Familiar. Gio y Rosa hicieron una lluvia de ideas sobre formas de aumentar la participación. Se reconoció que el béisbol es enorme en la comunidad y puede ser la razón por la que la clase no llegó a un grupo grande de familias.

3:20 pm- Rosa Rubio compartió el apoyo del Jogathon para el CES. Se establecerán estaciones de hidratación para el Jogathon, pero se planteó una conversación sobre las formas de hacer que la estación de hidratación sea ecológica. Se sugirió que los estudiantes pueden traer su propia botella de agua para ayudar a reducir el uso de vasos de plástico. Marcela se ofreció a apoyar el evento si se necesitaban más voluntarios.

3:30 pm- Rosa compartió una presentación creada por Alex Andary sobre el informe de evaluación trienal. La evaluación trienal es un informe que compara la política de bienestar escolar del distrito con una política modelo, mide hasta qué punto el distrito sigue la política y realiza un seguimiento del progreso del distrito hacia el logro de las metas descritas en la política.

Como parte de los hallazgos del informe trienal, el comité de bienestar trabajará para crear un plan y objetivos específicos para apoyar el bienestar de los empleados. Reconociendo la importancia de la salud mental y nuestro distrito trabajará para encontrar formas en que podamos dar vida a algunos de

los principios de la salud mental y el bienestar en nuestros departamentos al promover el autocuidado y fomentar una cultura de bienestar en el trabajo mientras apoyamos a nuestros empleados. para actuar como modelos a seguir para nuestros estudiantes.

El comité acordó que los Martes son un buen día de la semana para asistir a las reuniones de bienestar, las fechas para el año escolar 2022-2023 se compartirán tan pronto como estén disponibles.