



# CALISTOGA JOINT UNIFIED SCHOOL DISTRICT

1520 LAKE STREET • CALISTOGA, CALIFORNIA 94515

**BOARD OF TRUSTEES**  
INDIRA LOPEZ-JONES  
STEPHANIE ROTHBERG-ALLAN  
JULIE ELKESHEN  
JEFF MAXFIELD  
RUDY GONZALEZ

**SUPERINTENDENT**  
ERIN SMITH-HAGBERG

## **DISTRICT WELLNESS COMMITTEE • MEETING NOTES**

**February 15, 2022 3:00 pm-4:00 pm via ZOOM**

3:00 pm- In attendance: Rosa Rubio, Gio Miramontes Brandon Keeton, Eric Heitz, Michelle Hickman, Kelly Bond, Melinda Mendoza and Nina Pedersen

3:05 pm- 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.

3:10 pm- Rosa Rubio shared the environmental scan gardens of our school gardens. Calistoga Junior Senior High school has an area where they compost leftover vegetable scraps from the kitchen. Calistoga Elementary School has the blueprint of a previously worked school garden. The goal is to brainstorm ways to start composting and a school garden at that site.

Kelly Bond shared some ideas for a flex farm with other schools that surround us. An intern was brought up as a possibility to create a regional position for school and community gardens.

3:40pm- Gio Miramontes updated the group on the spring Family Movement Class. A six-week long class will consist of 60-minute movement classes at our Calistoga Junior Senior High School. The goal is to get families moving. The discussion of incentive for families was discussed to encourage families to attend. Registration will be open through the City of Calistoga website with the first class starting after spring break on Wednesday April 13, 2022. The last class ends May 18, 2022.

Eric Heitz suggested a possibility of involving students to become trainers and use it as community service hours.

The next wellness meeting is on May 17, 2022 @ 3:00-4:00 via Zoom

## **COMITÉ DE BIENESTAR DEL DISTRITO · NOTAS DE LA REUNIÓN**

**15 de Febrero de 2022 3:00-4:00 pm vía ZOOM**

3:00 pm- Asistieron: Rosa Rubio, Gio Miramontes Brandon Keeton, Eric Heitz, Michelle Hickman, Kelly Bond, Melinda Mendoza y Nina Pedersen

3:05 pm- Presentaciones y breve revisión de los minutos 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.

3:10 pm- Rosa Rubio compartió los jardines de escaneo ambiental de nuestros jardines escolares. Calistoga Junior Senior High School tiene un área donde hacen abono con los restos de vegetales sobrantes de la cocina. La Escuela Primaria Calistoga tiene el plano de un jardín escolar previamente trabajado. El objetivo es hacer una lluvia de ideas sobre formas de comenzar a hacer compost y un jardín escolar en ese sitio.

Kelly Bond compartió algunas ideas para una granja flexible con otras escuelas que nos rodean. Se planteó un pasante como una posibilidad de crear un puesto regional para jardines escolares y comunitarios.

3:40 pm- Gio Miramontes actualizó al grupo sobre la Clase de Movimiento Familiar de primavera. Una clase de seis semanas de duración consistirá en clases de movimiento de 60 minutos en nuestra Calistoga Junior Senior High School. El objetivo es que las familias se muevan. La discusión de incentivos para las familias se discutió para animar a las familias a asistir. La inscripción estará abierta a través del sitio web de la Ciudad de Calistoga y la primera clase comenzará después de las vacaciones de primavera el miércoles 13 de abril de 2022. La última clase termina el 18 de mayo de 2022.

Eric Heitz sugirió la posibilidad de involucrar a los estudiantes para que se conviertan en capacitadores y utilizarlo como horas de servicio comunitario.

La próxima reunión de bienestar es el 17 de Mayo de 2022 a las 3:00-4:00 a través de Zoom