



WELLNESS MEETING - September 20, 2022 Running Agenda
REUNIÓN DE BIENESTAR - 20 de Septiembre de 2022 Agenda activa

<p>09/20/22 3:00 - 4:00 pm Hybrid Zoom/Do Conference Room <i>Sala de conferencias del Distrito o Híbrida por Zoom</i></p>		<p>Members present/<i>Miembros presentes</i>: Dr. Audra Pittman, Rosa Rubio, Raul Guerrero, Erik Heitz, Maureen Hester, Marcela Rodriguez, Michelle Hickman, Kelly Bond, Bailey Tucker, Daniel Norton Luna, Nicole Lamare, Gio Miramontes, Claire Weinkauf and Aaron Weinkauf</p>	
		<p>Meeting Purpose: Our goal is to evaluate, establish, and to maintain a healthy school environment. <i>Propósito de la reunión: Nuestro objetivo es evaluar, establecer y mantener un entorno escolar saludable.</i></p>	
Topics/ <i>Temas</i>	Time/ <i>Tiempo</i>	Content/Big Ideas <i>Contenido/Ideas grandes</i>	Action Steps/Resources <i>Pasos de acción/Recursos</i>
Meeting Agreements / <i>Acuerdos de Reunión</i>		<p>Clear Objectives/<i>Objetivos claros</i>:</p>	<ul style="list-style-type: none"> Per Rosa, would like to come up with clear objectives. <i>Rosa quisiera presentar objetivos claros.</i>
		<ul style="list-style-type: none"> Welcome back/Introductions <i>Bienvenido de nuevo / Presentaciones</i> 	<ul style="list-style-type: none"> New school year, new people at the meeting. <i>Año escolar nuevo, gente nueva en la reunión.</i>
<p>What is the Wellness Committee? <i>¿Qué es el Comité de Bienestar?</i></p>		<p>Calistoga Unified School District Wellness Policy</p> <ul style="list-style-type: none"> Board Policy #5030- <ul style="list-style-type: none"> Students <ul style="list-style-type: none"> Student Wellness Policy on Physical Activity and Nutrition School Health Council/Committee Goals for Nutrition, Physical Activity, and Other Wellness Activity 	<ul style="list-style-type: none"> Committee covers topics on nutrition, wellness, physical activity opportunities, phys ed, safe routes to school. <i>El comité cubre temas sobre nutrición, bienestar, oportunidades de actividad física, educación física, rutas seguras a la escuela.</i> Posting requirements in regards to the wellness committee. <i>Requisitos de publicación en relación con el</i>



WELLNESS MEETING - September 20, 2022 Running Agenda

REUNIÓN DE BIENESTAR - 20 de Septiembre de 2022 Agenda activa

	<ul style="list-style-type: none"> ● Nutritional Guidelines for Foods Available at School ● Program Implementation and Evaluation <p>o Physical Activity Opportunities and Physical Education</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Daily Physical Education (P.E.) Grade K-12 ● Physical Fitness Testing ● Daily Recess ● Physical Activity Opportunities Before and After School ● Physical Activity and Punishment ● Safe Routes to School <p>o Use of School Facilities Outside of School Hours</p> <p>o School Meals</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Breakfast ● Meal Times and Scheduling ● Qualifications of School Food Service Staff ● Sharing of Foods and Beverages <p>o Posting Requirements</p> <p>Política de Bienestar del Distrito Escolar Unificado de Calistoga</p> <ul style="list-style-type: none"> ● <i>Política de la Junta #5030-</i> <ul style="list-style-type: none"> o <i>Estudiantes</i> <ul style="list-style-type: none"> ● <i>Política de Bienestar Estudiantil sobre Actividad Física y Nutrición</i> ● <i>Consejo/Comité de Salud Escolar</i> ● <i>Objetivos de nutrición, actividad física y otras actividades de bienestar</i> ● <i>Pautas nutricionales para los alimentos disponibles en la escuela</i> ● <i>Implementación y evaluación del programa</i> <p>o <i>Oportunidades de actividad física y educación física</i></p> <ul style="list-style-type: none"> ● <i>Educación física diaria (PE) Grado K-12</i> 	<p><i>comité de bienestar.</i></p> <p>Erik suggested bringing a member of the city council to the meetings to assist with safe route to schools</p> <p><i>Erik sugirió traer a un miembro del consejo de la ciudad a las reuniones para ayudar con una ruta segura a las escuelas.</i></p>
--	---	--



WELLNESS MEETING - September 20, 2022 Running Agenda

REUNIÓN DE BIENESTAR - 20 de Septiembre de 2022 Agenda activa

		<ul style="list-style-type: none"> ● <i>Pruebas de condición física</i> ● <i>receso diario</i> ● <i>Oportunidades de actividad física antes y después de la escuela</i> ● <i>Actividad Física y Castigo</i> ● <i>Rutas seguras a la escuela</i> <p><i>o Uso de las instalaciones escolares fuera del horario escolar</i></p> <p><i>o Comidas escolares</i></p> <ul style="list-style-type: none"> ● <i>Desayuno</i> ● <i>Horarios y programación de comidas</i> ● <i>Cualificaciones del personal del servicio de alimentación escolar</i> ● <i>Compartir alimentos y bebidas</i> <p><i>o Requisitos de publicación</i></p>	
<p>Previous Meeting Follow-up</p> <p>Seguimiento o de reuniones anteriores</p>		<ul style="list-style-type: none"> ● <i>Where we left off last school year/ Donde lo dejamos el año escolar pasado</i> <ul style="list-style-type: none"> ○ <i>School Gardens /jardines escolares</i> ○ <i>Staff Wellness /Bienestar del personal</i> ○ <i>Triennial Assessment /Evaluación trienal</i> ○ <i>Safe Routes to School/ Walking School Bus/ Rutas seguras a la escuela/Autobús escolar a pie</i> 	<ul style="list-style-type: none"> ● <i>Tri-annual assessment needs to be translated and shared with public still. Comparing and assessing; there is a Powerpoint Rosa can share with the committee. Assessments happen every three years. They measure where we are going, and what we have accomplished. La evaluación trianual aún debe traducirse y compartirse con el público. Comparar y evaluar; hay un Powerpoint que Rosa puede compartir con el comité. Las evaluaciones se realizan cada tres años. Miden hacia dónde vamos y lo que hemos logrado.</i> ● <i>School Gardens-the need for a school garden that can support food services. Jardines escolares: la necesidad de un huerto escolar que pueda respaldar los servicios alimentarios</i> ● <i>Staff Wellness-Blue Zones can offer support. Personal</i>



WELLNESS MEETING - September 20, 2022 Running Agenda

REUNIÓN DE BIENESTAR - 20 de Septiembre de 2022 Agenda activa

			<p><i>Wellness-Blue Zones puede ofrecer apoyo</i></p> <p>Walking school bus; Blue Zones is interested in helping with this and is a priority of Blue Zones. They helped St. Helena last spring with this; would like to start with one and see how it goes. One each Semester or each quarter. Can coordinate with walk and roll to school. Blue Zones is creating walking and biking maps with routes to follow. <i>Autobús escolar a pie; Blue Zones está interesado en ayudar con esto y es una prioridad de Blue Zones. Ayudaron a St. Helena la primavera pasada con esto; Me gustaría empezar con uno y ver cómo va. Uno cada semestre o cada trimestre. Puede coordinar con caminar y rodar a la escuela. Blue Zones está creando mapas para caminar y andar en bicicleta con rutas a seguir.</i></p>
<p>Accomplish ments</p> <p>Logros</p>		<ul style="list-style-type: none"> ● First family workout /<i>Primer Entrenamiento Familiar</i> ● Mindful Movement Minute/ <i>Minuto de movimiento consciente</i> ● Hydration Stations for Jogathon/ <i>Estaciones de hidratación para Jogathon</i> 	<p>First Family workout – Family Wed movement class; Gio and Rosa hosted for 6 weeks. Not enough participation; ran with baseball season. Included the whole family with childcare, if needed. <i>Primer entrenamiento familiar: clase de movimiento Family Wed; Gio y Rosa fueron anfitriones durante 6 semanas. No hay suficiente participación; corrió con la temporada de béisbol. Incluida toda la familia con cuidado de niños, si es necesario.</i></p> <p>Mindful Movement Minute – meetings via zoom added stretched exercises for one minute with the option to turn off camera. We will bring this back to the agenda for the next meeting. <i>Minuto de movimiento consciente: las reuniones a través de zoom agregaron ejercicios estirados durante un minuto con la opción de apagar la cámara. Volveremos a incluir esto en el orden del día de la próxima</i></p>



WELLNESS MEETING - September 20, 2022 Running Agenda

REUNIÓN DE BIENESTAR - 20 de Septiembre de 2022 Agenda activa

			<p><i>reunión.</i></p> <p>Hydration stations at CES jog a thon – stations were in a good spot. We need to make the track a little bigger and could reduce the line at the water station; cups and names for students were a little crazy. Students were encouraged to only use one cup. Maybe two different areas for water stations; date for jog a thon this year is April 14, 2023.</p> <p><i>Estaciones de hidratación en CES jog a thon: las estaciones estaban en un buen lugar. Necesitamos hacer la pista un poco más grande y podríamos reducir la línea en la estación de agua; tazas y nombres para los estudiantes eran un poco locos. Se animó a los estudiantes a usar solo una taza. Tal vez dos áreas diferentes para estaciones de agua; la fecha para correr un maratón este año es el 14 de Abril de 2023.</i></p> <p>Suggestions-Kids put their own names bottles and decorate them for the jog a thon. Erik will let us know if he gets more donated water bottles so CES can use. <i>Sugerencias: los niños ponen sus propias botellas con sus nombres y las decoran para el jog a thon. Erik nos informará si obtiene más botellas de agua donadas para que CES las pueda usar.</i></p> <p>Erik also contributed that the high school PE class helped with the jog a thon in prior years. The spray bottles with water where great to spray the kids when they are jogging. As the jog a thon gets closer, Rosa will make sure the spray bottles are ready to go. <i>Erik también contribuyó a que la clase de educación física de la escuela secundaria ayudó con el jog athon en años anteriores. Las botellas de spray con agua eran geniales para rociar a los niños cuando estaban corriendo. A medida que se acerca el jog athon, Rosa se asegurará de que las botellas de spray estén listas para</i></p>
--	--	--	---



WELLNESS MEETING - September 20, 2022 Running Agenda

REUNIÓN DE BIENESTAR - 20 de Septiembre de 2022 Agenda activa

			<i>funcionar.</i>
<p>Staff Wellness</p> <p><i>Bienestar del personal</i></p>	Gio	<ul style="list-style-type: none"> OuterSpatial app <i>Aplicacion de OuterSpacial</i> 	<ul style="list-style-type: none"> OuterSpatial App-Create walking maps for students and staff members. Walking maps are in draft mode right now. Can we create “The Loop” for the first map? 2.7 miles approximately. <i>Aplicación OuterSpatial: cree mapas para caminar para estudiantes y miembros del personal. Los mapas para caminar están en modo borrador en este momento. ¿Podemos crear "The Loop" para el primer mapa? 2.7 millas aproximadamente.</i> <p>What routes can staff take and students take? Different maps with different lengths can be added to the OuterSpatial App. <i>¿Qué rutas pueden tomar el personal y los estudiantes? Se pueden agregar diferentes mapas con diferentes longitudes a la aplicación OuterSpatial.</i></p> <p>To access the app Choose California as the community group >pick Napa Parks and Recs page. <i>Para acceder a la aplicación Elija California como el grupo comunitario > elija la página Napa Parks and Recs.</i></p> <p>No labeling of school routes to protect student’s. Suggested routes for staff to walk around campus etc. Rosa would like to look at the routes in draft mode before they are introduced to the committee. <i>No hay etiquetado de las rutas escolares para proteger a los estudiantes. Rutas sugeridas para que el personal camine por el campus, etc. A Rosa le gustaría ver las rutas en modo borrador antes de presentarlas al comité.</i></p>
<p>School Gardens</p>	Rosa	<ul style="list-style-type: none"> Regional Farm to School Grant <i>Subvención regional de la granja a la escuela</i> 	<ul style="list-style-type: none"> Waiting on grant approval. We should receive a notification within the month of September. <i>Esperando la aprobación de la subvención. Deberíamos recibir una notificación dentro del mes</i>



WELLNESS MEETING - September 20, 2022 Running Agenda

REUNIÓN DE BIENESTAR - 20 de Septiembre de 2022 Agenda activa

<p>Jardines Escolares</p>			<p><i>de Septiembre.</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Some topics for grant included hiring of garden coordinator from Calistoga to St. Helena and Napa; All three districts applied under one application. Scope will be discussed as soon as we know if we received the grant. <i>Algunos temas para la subvención incluyeron la contratación de un coordinador de jardines de Calistoga a St. Helena y Napa; Los tres distritos aplicaron bajo una sola solicitud. El alcance se discutirá tan pronto como sepamos si recibimos la subvención.</i> • Students from PUC are coming to CES to clean up the garden on October 13,2022. <i>Los estudiantes de PUC vendrán a CES para limpiar el jardín el 13 de Octubre de 2022.</i>
<p>Takeaways</p> <p>Aprendizajes</p>	<p>Team</p>	<p>Complete Takeaway for Wellness</p>	<p>Per Nicole L. Community event to engage our community about the routes to school survey; report was submitted to the board last spring. They want to engage a town hall style to continue to support safe routes to school. <i>Per Nicole L. Evento comunitario para involucrar a nuestra comunidad sobre la encuesta de rutas a la escuela; El informe fue presentado a la junta la primavera pasada. Quieren participar en un estilo de ayuntamiento para continuar apoyando rutas seguras a la escuela.</i></p> <p>Oct 12 – Walk and roll to school day. This is a lifestyle change that could assist with parking. <i>12 de Octubre – Día</i></p>



WELLNESS MEETING - September 20, 2022 Running Agenda

REUNIÓN DE BIENESTAR - 20 de Septiembre de 2022 Agenda activa

			<p><i>de caminar y rodar a la escuela. Este es un cambio de estilo de vida que podría ayudar con el estacionamiento.</i></p> <p>Raul-when the buses went away; more cars came. If buses came back, that could eliminate the issue of too many cars. A lot of people don't want their students to walk in the morning due to safety issues. <i>Raúl-cuando se fueron los buses; vinieron más carros. Si los autobuses regresaran, eso podría eliminar el problema de demasiados automóviles. Mucha gente no quiere que sus estudiantes caminen por la mañana debido a problemas de seguridad.</i></p> <p>Could make a stop where students gather and then it becomes a walking bus route. This helps alleviate school traffic and increases more walkers. Maybe a few spots around town? Who staff? Parent volunteers? We just need to ask parents who are already walking their students to school. <i>Podría hacer una parada donde se reúnen los estudiantes y luego se convierte en una ruta de autobús a pie. Esto ayuda a aliviar el tráfico escolar y aumenta el número de caminantes. ¿Quizás algunos lugares alrededor de la ciudad? ¿Quién personal? ¿Padres voluntarios? Solo tenemos que preguntarles a los padres que ya están caminando con sus hijos a la escuela.</i></p> <p>Mental health awareness months; can look at expanding to the elementary school . Rosa will work with Marcela to come up with a plan. <i>Meses de concientización sobre la salud mental; puede considerar expandirse a la escuela primaria. Rosa trabajará con Marcela para idear un plan.</i></p> <p>Student engagement-we do not have any students present</p>
--	--	--	---



WELLNESS MEETING - September 20, 2022 Running Agenda

REUNIÓN DE BIENESTAR - 20 de Septiembre de 2022 Agenda activa

			<p>at this meeting. Can we get a couple of students to participate? 5th or 6th grader and CJSHS student from leadership. <i>Participación de los estudiantes: no tenemos ningún estudiante presente en esta reunión. ¿Podemos hacer que un par de estudiantes participen? Estudiante de 5º o 6º grado y estudiante de liderazgo de CJSHS.</i></p>
<p>Next Steps Próximos Pasos</p>	<p>Team</p>	<p>Next wellness Meetings /Próximos encuentros de bienestar</p> <ul style="list-style-type: none"> ● December 13, 2022/ 13 de Diciembre de 2022 ● February 21, 2023/ 21 de Febrero de 2023 ● May 16, 2023/ 16 de Mayo de 2023 	<ul style="list-style-type: none"> ● Next meeting is December 13th. <i>La próxima reunión es el 13 de Diciembre.</i> ● Triennial assessment will be sent out to committee. <i>La evaluación trienal se enviará al comité.</i> ● Rosa will add all new committee members to the email list for attendance. <i>Rosa agregará a todos los nuevos miembros del comité a la lista de correo electrónico para que asistan.</i> <p>Blue Zone can work with public works to create safer routes and would like to support the school district. <i>Blue Zone puede trabajar con obras públicas para crear rutas más seguras y le gustaría apoyar al distrito escolar.</i></p>