

RÈG SOU BYENNÈT

Entwodiksyon

Akoz Re-otorizasyon Akò 2004 sou Nitrisyon Timoun ak 'WIC', an novanm 2005, Distri a te gen responsablite pou l devlope yon Règ sou Byennèt. Atravè aksyon Komisyon Konsèy Lekòl la, yo te etabli Règ sou Byennèt pou Distri a 10 me 2006. *Akò 2010 Timoun Ansante, ki Pa Grangou a* kontinye ap mande pou Komite Konsèy sou Byennèt Distri a revize Règ sou Byennèt Distri a, e si l nesèsè, revize li chak ane. Li konsantre sou pwomouvwa byennèt e adrese pwoblèm sante elèv ak anplwaye nou yo ap konfwonte aktyèlman.

Prefas

Distri a pran angajman pou l ofri yon bonjan anbyans pou elèv ak anplwaye anndan anviwònman lekòl la, nan rekonèt moun dwe fizikman, mantalman e sosyalman ansante pou yo pwomouvwa byennèt ak pefòmans akademik.

Distri a pral konsantre li sou akonplisman senk (5) objektif:

- A. Nitrisyon – Tout elèv ak anplwaye dwe gen aksè e jwenn ankourajman pou pran avantaj sou opsyon manje trè nourisan yo sèvi nan kafeterya lekòl ak biwo Distri/Rejyon yo.
- B. Edikasyon Fizik – Yo ap ankouraje tout elèv pou yo patisipe nan edikasyon fizik nan nivo yo rekòmande yo.
- C. Aktivite Fizik – Yo ap ankouraje tout elèv ak anplwaye pou yo patisipe nan aktivite fizik chak jou dapre machasuiv nasyonal yo.
- D. Konesans Debaz sou Sante ak Nitrisyon – Yo ap ankouraje tout elèv ak anplwaye pou yo devlope abitud nan lavi yo ki bon pou lasante.
- E. Swen Sante Prevantif – Yo ap ankouraje tout elèv ak anplwaye pou yo patisipe nan swen sante prevantif.

Nitrisyon

Règ Distri a: Distri a ap mete manje nourisan disponib sou kanpous la pandan jounen lekòl la pou pwomouvwa sante elèv ak anplwaye.

- A. Depatman Manje ak Nitrisyon an ap sèvi sa k ap suiv yo: manje ki gen anpil fib, san yo pa ajoute “trans fat” (grès kaye), san yo pa ajoute grès, sik, ak sodyòm, ki respekte divèsite kiltirèl e yo sèvi nan pòsyon apwopriye ki konsistan avèk estanda Depatman Agrikilti Etazini.
- B. Tout manje yo vann sou kanpous yo kòmanse inèdtan (1) anvan kòmansman jounen lekòl la e jiska inèdtan (1) aprè yo lage dènye klas nan jounen an dwe satisfè *Règleman sou Manje ak Bwason yo Vann sou Kanpous yo e nan Machin pou Vann Atravè Tout Distri a.* (Apendis A)
- C. Depatman Manje ak Nitrisyon ap chèche fè patenarya avèk fèm lokal/rejyonal pou fasilite yon pwogram Fèm-a-Lekòl.
- D. Repa yo sèvi anndan pwogram repa ki ranbousab federalman an ap fèt pou prezante fwi ak legim fre ki soti nan sous lokal nan pi gwo dimansyon posib.
- E. Distri a ap ankouraje paran ak pwofesè pou yo fè selebrasyon ki pwomouvwa sante nan lekòl yo. Nou ka jwenn ide ak sijesyon nan <http://nutrition.dadeschools.net>. Lè yo voye yon lis lakay pou mande donasyon pou yon selebrasyon, li dwe gen ladan dlo e omwen yon (1) opsyon ki bon pou sante.
- F. Aktivite pou kolekte lajan ki fèt sou kanpous la, k ap kòmanse inèdtan (1) anvan kòmansman jounen lekòl la e jiska inèdtan (1) aprè yo lage dènye klas nan jounen an dwe an konfòmite avèk *Règleman sou Manje ak Bwason yo Vann sou Kanpous yo e nan Machin pou Vann Atravè Tout Distri a.* Distri a ap asiste paran ak anplwaye nan planifye bonjan aktivite pou kolekte lajan nan ofri sijesyon yo ka jwenn nan <http://nutrition.dadeschools.net>.

Edikasyon Fizik

Règ Distri a: Distri a ap ofri pwogram ki baze sou pwogram edikasyon fizik ki bay evidans yo ka pèmèt elèv yo devlope abitud ki bon pou lasante pandan tout lavi e ki ap kontribye nan kondisyonman kadyovaskilè, fleksibilite, kowòdinasyon, balans, ak fòs.

- A. Edikasyon Fizik nan Lekòl Elemantè, jadendanfan-premye ane eskolè: Yo mande pou “homeroom teacher” (pwofesè prensipal) la bay 150 minit enstriksyon sou edikasyon fizik chak semèn.
- B. Edikasyon Fizik nan Lekòl Elemantè, 2yèm-5yèm ane eskolè: Yo mande pou yon pwofesè edikasyon fizik ofri 150 minit enstriksyon sou edikasyon fizik chak semèn.
- C. Edikasyon Fizik Lekòl Mwayen, 6yèm – 8yèm ane eskolè: Yo mande yon minimòm yon (1) semès edikasyon fizik chak ane pandan twazan (3) pou tout elèv, amwenske yo bay yon dispans nan lè yo ap chwazi sijè yo chak ane. Yo ap ankouraje elèv pou yo pran edikasyon fizik pou tout ane a pou yo ka devlope e kenbe benefis maksimòm sou sante.
- D. Edikasyon Fizik Lekòl Segondè, 9yèm–12yèm ane eskolè: Yo mande yon minimòm yon (1) kredi edikasyon fizik nan lekòl segondè. Yon (1) semès dwe sou Bon Kondisyon Fizik Pèsonèl pandan dezyèm semès la ka nenpòt kou edikasyon fizik Distri a ofri avèk apwobasyon kòd kou Eta a.

Si yo ajoute peryòd adisyonèl sou sis (6) peryòd ki deja nan jounen lekòl segondè yo, lè sa a demand edikasyon fizik yo ka ogmante.

- E. Yon espesyalis edikasyon fizik sètifye ap anseye edikasyon fizik ki ap yon pati esansyèl pwogram enstriksyonèl chak lekòl, selon diferan abilite elèv yo. Pwogram nan ap souliyen enpòtans bon kondisyon fizik, estil lavi ki ansante, ak enpasyalite e respè pou tout elèv.
- F. Yo mande pou anseye edikasyon sou nitrisyon atravè edikasyon fizik nan jadendanfan – 12yèm ane eskolè.

- G. Ladrès edikasyon fizik ki nesèsè pou amelyore sante ap gen ladan:
1. konpreyansyon konsèp ki gen rapò ak pwomosyon sante, prevansyon maladi, ak rediksyon risk sou sante;
 2. abilite pou gen aksè sou enfòmasyon valab sou sante;
 3. ladrès kominikasyon entèpèsònèl ki efikas;
 4. etabli objektif e pran desizyon;
 5. rediksyon presyon;
 6. ladrès pou defann sante pèsònèl, famiyal ak kominotè; e
 7. enstriksyon sou CPR/AED (lekòl mwayen ak segondè sèlman).

Aktivite Fizik

Règ Distri a: Yo ap ankouraje tout elèv pou patisipe nan nivo swazant (60) minit minimòm aktivite fizik oubyen plis pa jou dapre rekòmandasyon nasyonal yo.

- A. Yo mande pou elèv ak anplwaye pran rekreyasyon nan klas matènèl-5yèm ane eskolè swa twa (3) fwa pa semèn pou kenx (15) minit chak fwa oubyen de (2) fwa pa semèn pou ven (20) minit chak fwa. Yo defini rekreyasyon kòm yon tan pou jwe ki pa estriktire, adilt sipèvize, men yo pa dirije; li ka gen ladan aktivite adilt dirije jan yo dekri nan *Manyèl Rekreyasyon* Distri a. Règ ak pratik lekòl sipòte pou yo pa anpeche elèv fè aktivite fizik kòm pinisyon.
- B. Yo ap enfòme elèv sou opòtinite pou patisipe nan aktivite fizik nan pwogram apre lekòl ak pwogram anndan lekòl yo.
- C. Yo ap ankouraje anplwaye patisipe nan aktivite fizik pou omwen trant (30) minit pa jou. Sa ap gen ladan yon konbinezon aktivite kadyorespiratwa, fleksiblite, ak fòs miskilè e andirans.
- D. Yo ap enfòme anplwaye sou opòtinite pou patisipe nan aktivite fizik nan pwogram apre lekòl ak evènman kominotè.

Sante ak Nitrisyon

Règ Distri a: Yo ap ankouraje tout elèv ak anplwaye pou aprann prensip sou nitrisyon ak lòt konpetans ki esansyèl nan fè chwa pou amelyore sante.

- A. Yo ap enkòpore edikasyon debaz sou sante nan enstriksyon salklas la lè li aplikab pou li ka gen ladan sa k ap suiv yo: konsèp konpreyansif sou konpòtman pou amelyore sante, rediksyon faktè ki poze yon risk sou fason moun viv, fè prevansyon maladi, prevansyon nwizans ak vyolans, sekirite pèsònèl, idantifikasyon ak jesyon presyon, ak sante seksyèl e aparans fizik.
- B. Edikasyon sou nitrisyon ap gen ladan leson ak opòtinite pou fè eksperyans pandan aprantisaj, tankou jaden ki pwodui manje, ki amelyore sante e ki pran an konsiderasyon:
 - 1. souliyen enpòtans pou etabli objektif ak estrateji pou pran desizyon pozitif pou amelyore sante tankou sa ki gen rapò ak konsomasyon manje ak depans enèji;
 - 2. analize enfliyans kilti, medya ak lòt faktè sou chwa ak preferans manje nan pratik pèsònèl sou sante ki gen ladan metòd preparasyon ki anrichi e poze defi sou fason pou moun viv ansante; e
 - 3. devlopman ak swen jaden ki pwodui manje.
- C. Yo ap aprann elèv fè diferans ant mesaj komèsyalize ak enfòmasyon sou sante ki sibstansyèl.
- D. Ap gen resous sou konesans debaz sou sante ki disponib pou anplwaye konsantre sou konsèp konpòtman ki amelyore sante, rediksyon faktè risk pou prevansyon maladi, sekirite pèsònèl, ak jesyon presyon.
- E. Yo ap mete resous sou nitrisyon disponib pou anplwaye ki gen ladan opòtinite pou aprantisaj ki amelyore sante.
- F. Yo ap pwomouvwa chwa manje ki bon pou lasante ak manje fre nan lokal lekòl yo nan mete enfòmasyon ki gen rapò ak nitrisyon pi pre posib ak kote yo chwazi.

Swen Sante Prevantif

Règ Distri a: Yo ap ankouraje tout elèv ak anplwaye pou yo patisipe nan swen sante prevantif ki adrese byennèt fizik, mantal, sosyal, ak emosyonèl.

A. *Atravè HealthConnect in our Schools (Koneksyon Sante nan Lekòl nou yo)*, yon manm ekip sante nan lekòl la pral ofri diferan swen sante kowòdone e ki toujou disponib pou elèv yo nan lekòl yo chwazi nan Distri a, ki gen ladan, men ki pa limite a:

1. swen sante kowòdone pwofesyonèlman ki baze nan lekòl yo;
2. depistaj ak evalyasyon pwolonje sou sante avèk aksè sou suivi medikal;
3. sèvis sante konpòtman ak sante mantal pou idantifye e rezoud pwoblèm sante elèv ak kesyon edikasyonèl;
4. meyè aksè a yon doktè swen preliminè regilye;
5. asiste elèv ki pa gen asirans jwenn aksè a sèvis sante preliminè; ak
6. jesyon maladi kwonik; e
7. pwovizyon pou klas edikasyon sante ki espesifik ak lekòl.

B. *School Health Program (Pwogram Sante nan Lekòl)* Depatman Sante Miami-Dade County ap ofri elèv sèvis sante ki ann akò ak Lwa Florid, Règleman, Regilasyon ak Plan Sèvis Sante Lekòl lokal la.

Sèvis sante lekòl yo ofri yo ap gen ladan, men yo pa limite a:

1. evalyasyon sante;
2. revizyon dosye;
3. evalyasyon enfimyè;
4. evalyasyon nitrisyon;

5. depistaj: vizyon, tandè, esklewoz, ak kwasans e devlopman ki gen ladan “Body Mass Index (BMI)” (mezi pwa yon moun parapò ak wotè l), referal e/oubyen suivi;
 6. konseye sante mantal/sante konpòtman;
 7. referal ak suivi sou pwoblèm sante yo sispèk oubyen yo konfime;
 8. bezwen sante ijan;
 9. refere elèv pou tretman sante ki apwopriye;
 10. kominikasyon avèk paran oubyen gadyen yon elèv konsènan nesosite pou pote atansyon sou sante lè doktè fanmi an, dantis la, oubyen lòt espesyalis yo endike yon dyagnostik definitiv oubyen yon tretman;
 11. mentnans dosye sou ensidan pwoblèm sante, mezi korektif yo pran, e lòt enfòmasyon konsa jan yo bezwen pou planifye e evalye pwogram sante;
 12. enfòmasyon sou sante konsènan plasman elèv nan pwogram elèv eksepsyonèl ak re-evalyasyon nan peryòd entèval yo plase elèv nan pwogram sa yo;
 13. klas edikasyon sou yon varyete sijè sante; ak
 14. asirans nan amelyorasyon ak kalite medikaman yo bay.
- C. Founisè swen sante a ap ofri resous sou byennèt ki adrese byennèt fizik, mantal, sosyal, ak emosyonèl pou sipòte anplwaye nan abitud ki bon pou sante.

Siveyans ak Evalyasyon

Komite Konsèy Sipèntandan an sou Byennèt Distri a responsab pou revize e siveye Règ sou Byennèt Distri a ann akò ak règ Distri a pou amelyore sante ak byennèt tout elèv ak anplwaye.

Yo mande lekòl yo pou yo konvoke Komite Byennèt Lekòl yo pou yo ka aplike règ sa a ak aktivite ki konsène yo. Lekòl yo ap fè anyèlman “School Health Index” (Endèks sou Sante nan Lekòl), “Healthy Schools Inventory and Action Plan” (Envantè Lekòl ki Pwoteje Sante ak Plan Aksyon) ak “Principal’s Wellness Checklist” (Lis Direktè a sou Kontwòl Byennèt) la kòm pwòp evalyasyon yo.

Yo ap revize bi, objektif, ak machasuiv Règ sou Byennèt Distri a anyèlman. Rekòmandasyon Komite Konsèy sou Byennèt la bay Sipèntandan an ap adrese sa ki ap suiv yo: chanjman kondisyon; nouvo teknik ak estrateji yo teste; nouvo objektif, si l nesèsè; ak machasuiv ki reflekte konesans syantifik ki gen rapò ak sante elèv e anplwaye ki ap parèt.

APENDIS A

Règleman sou Manje ak Bwason yo Vann sou Kanpous yo ak nan Machin pou Vann Atravè Distri a

Distri a pran angajman pou l ofri yon anbyans kote tout elèv ak anplwaye ka fè chwa manje ki bon pou lasante pandan tout lavi yo. Konsa, y ap aplike Règleman sou Manje ak Bwason yo Vann sou Kanpous ak nan Machin pou Vann Atravè tout Distri a pou tout lekòl, pou **tout** manje yo vann kòmanse (inèdtan) (1) anvan kòmansman jounen lekòl la e jiska inèdtan (1) aprè yo lage dènye klas jounen an. Yo dwe aplike règleman sa a pou tout manje ak bwason yo vann nan machin pou vann vennkat èdtan (24) pa jou.

A. Bwason

Tout bwason yo dwe san kabòn e san yo pa ajoute kafeyin.

1. Lekòl Elemantè

a. Dlo senp.

b. Jiska (8) ons lèt e 100% ji.

1) Lèt san grès oubyen ki pa gen anpil grès ak lèt melanje e altènatif ekivalans nitrisyonèl lèt (dapre USDA) jiska 150 kalori/uit (8) ons.

2) 100% ji san yo pa ajoute sik atifisyèl, jiska 120 kalori/uit (8) ons, e omwen avèk (10%) valè twa (3) oubyen plis vitamin ak mineral yo rekòmande chak jou.

2. Lekòl Mwayen

Menmjan ak lekòl elemantè, eksepte yo ka vann ji ak lèt nan pòsyon douz (12) ons.

3. Lekòl Segondè

a. Dlo senp.

b. Bwason san kalori oubyen ki pa gen anpil kalori jiska dis (10) kalori/uit (8) ons.

c. Pòsyon lèt jiska douz (12) ons, 100% ji e kèk lòt bwason.

1) Lèt san grès oubyen ki pa gan anpil grès ak lèt melanje e altènatif ekivalans nitrisyonèl lèt (dapre USDA) jiska 150 kalori/uit (8) ons.

2) 100% ji san yo pa ajoute sik atifisyèl, jiska 120 kalori/uit (8) ons, e omwen avèk (10%) valè twa (3) oubyen plis vitamin ak mineral yo rekòmande chak jou.

3) Lòt bwason ki pa gen plis pase karant (40) kalori/uit (8) ons.

d. Omwen vennsenk pousan (25%) bwason ki pa lèt dwe dlo e pa plis pase vennsenk pousan (25%) bwason yo ka opsyon san oubyen ba nan kalori.

B. Manje ak Ti Goute

Tout manje ak ti goute yo vann nan lekòl dwe satisfè sa k ap suiv yo:

1. Pa plis pase trannsenk pousan (35%) total kalori ki soti nan grès.

2. Pa plis pase dis pousan (10%) total kalori ki soti nan grès ki konsantre.

3. Pa plis pase trannsenk pousan (35%) sik yo ajoute dapre pwa.

4. Pa ajoute “trans fat” (grès kaye).
5. Yon pwodui ki “rich ak grenn”;
6. Yon fwi, legim, pwodui lèt, manje ki gen pwoteyin; oubyen
7. Yon konbinezon manje ki gen ladan omwen yon ka (¼) tas fwi e/oubyen legim.

Ti goute yo vann separeman a lè manje e jan yo apwouve pou kolekte lajan sou kanpous inèdtan (1) anvan kòmansman jounen lekòl la jiska inèdtan (1) aprè yo lage dènye klas jounen an, dwe:

8. Pa gen pa plis pase 200 kalori.
9. Pa gen pa plis pase 230 mg. sodyòm.

Distri a ankouraje manje ak bwason ki bon pou lasante nan evènman ki gen rapò ak lekòl. Yo ka jwenn ide ak sijesyon nan <http://nutrition.dadeschools.net>. Sepandan, lè evènman ki gen rapò ak lekòl yo fèt omwen inèdtan (1) aprè yo lage dènye klas nan jounen an e kote paran ak lòt adilt fè pati odyans la oubyen ap vann manje ak bwason kòm remontan pandan entèmèd la, tankou imedyatman anvan e aprè yon evènman, règleman sa yo pa aplike. Egzanp evènman sa yo gen ladan teyat nan lekòl ak konsè gwoup mizik.

Yo dispanse tou manje yo itilize nan Ar Kilinè ak Pwogram Fòmasyon pou objektif enstriksyonèl nan règleman sa yo.

Administratè lekòl yo ap responsab pou enplemantasyon Règ sou Byennèt Distri a nan lekòl yo. Lè yo pa aplike règleman sa a, se nivo administratif Fonksyonman Lekòl ki ap adrese sa.

2 U.S.C. 1751 et seq.
42 U.S.C. 1771 et seq.
F.S. 1001.41, 1001.42, 1001.43, 1006.06, 1006.0605, 1006.0606
F.A.C. 6A-7.0411

Revize 1/18/12
Revize 9/3/13
Revize 1/14/15