

RÈG SOU BYENNÈT

Entwodiksyon

An novanm 2005, akòz Re-otorizasyon Akò 2004 sou Nitrisyon Timoun ak 'WIC', Distri a te gen responsablite pou l devlope yon Règ sou Byennèt Distri a. Nan jou ki te 10 me 2006, atravè aksyon Komisyon Konsèy Lekòl la, yo te etabli Règ sou Byennèt Distri a. *Akò 2010 Timoun Ansante, Ki Pa Grangou* 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 anwònman 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 sou akonplisman senk (5) objektif:

1. Nitrisyon – Tout elèv ak anplwaye jwenn aksè e ankourajman pou pran avantaj sou opsyon manje trè nourisan yo sèvi nan kafeterya lekòl ak biwo Distri/Rejyon yo.
2. Edikasyon Fizik – Nou ap ankouraje tout elèv pou yo patisipe nan nivo edikasyon fizik yo rekòmande.
3. Aktivite Fizik – Nou ap ankouraje tout elèv ak anplwaye pou yo patisipe nan aktivite fizik chak jou daprè machasiv nasyonal yo.
4. Konesans debaz sou Sante ak Nitrisyon – Nou ap ankouraje tout elèv ak anplwaye pou yo devlope abitud ki bon pou sante nan lavi yo.
5. Swen Sante Prevantif – Nou 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 ap sèvi sa k ap suiv yo: manje ki gen anpil fib, san yo pa ajoute “trans fat” (grès kaye), pa ajoute anpil grès, sik, ak sodyòm, ki respekte divèsite kiltirèl e yo sèvi nan gwo pòsyon apwopriye ki konsistan avèk estanda Depatman Agrikilti Etazini.
- B. Tout manje yo vann sou kanpous la, 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 chache fè patenarya avèk fèm lokal/rejyonal yo pou fasilite yon pwogram Fèm-a-Lekòl.
- D. Repa yo sèvi anndan pwogram repa a, ki ranbousab federalman, ap fèt pou prezante fwi ak legim fre ki soti nan sous lokal nan pi gwo kantite 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 nan kay la pou mande donasyon pou yon selebrasyon, li dwe gen ladan dlo senp e omwen yon (1) opsyon ki bon pou sante.
- F. Aktivite pou ranmase 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 ranmase lajan nan ofri sijesyon yo ka jwenn nan <http://nutrition.dadeschools.net>.

Edikasyon Fizik

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

- A. Edikasyon Fizik nan Lekòl Elemantè, nan klas jadendanfan-premye ane eskolè: Yo mande pou pwofesè salklas 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 nan Lekòl Mwayen, 6yèm – 8yèm ane eskolè: Yo mande yon minimòm yon (1) semès edikasyon fizik chak ane pandan twazan (3) pou tout elèv, anwenske yo bay yon dispans nan lè yo ap chwazi sijè yo chak ane. Nou ap ankouraje elèv pou yo pran edikasyon fizik pou tout ane a pou yo ka devlope e kenbe benefis maksimòm pou sante.
- D. Edikasyon Fizik nan 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 kòd kou Eta a ki apwouve.

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 sètifye ap anseye edikasyon fizik ki ap yon pati esansyèl nan 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 ak enfòmasyon valab sou sante;
 - 3. ladrès kominikasyon entèpèsonèl ki efikas;

4. etabli objektif e pran desizyon;
5. rediksyon presyon;
6. ladrès pou defann sante pèsonèl, familyal ak kominotè; e
7. enstriksyon ap gen ladan fòmasyon sou ladrès mouvman fizik yo itillize nan fòmasyon sou CPR/AED (lekòl mwayen ak segondè sèlman).

Aktivite Fizik

Règ Distri a: Nou ap ankouraje tout elèv ak anplwaye pou patisipe nan nivo swazant (60) minit minimòm aktivite fizik oubyen plis pa jou yo rekòmande nasyonan.

- A. Nou mande pou elèv pran rekreyasyon nan klas matènèl-5yèm ane eskolè swa twa (3) fwa pa semèn pandan kenz (15) minit chak fwa oubyen de (2) fwa pa semèn pandan ven (20) minit chak fwa. Yo defini rekreyasyon kòm yon tan pou jwe ki pa estriktire, adilt sipèvize, men yon adilt pa dirije; li ka gen ladan aktivite adilt dirije jan yo dekri nan *Manyèl Rekreyasyon* Distri a ki disponib nan <http://pe.dadeschools.net/>. Pou elèv klas matènèl-5yèm ane eskolè, yo ka bay yon 15-20 minit rekreyasyon adisyonèl pa jou kòm yon “repo pou sèvo” nan jou yo pa pwograme rekreyasyon. Nou ka jwenn ide ak sijesyon pou aktivite “repo pou sèvo” nan <http://nutrition.dadeschools.net>. Règ ak pratik lekòl la pa sipòte pou yo anpeche elèv fè aktivite fizik kòm pinisyon.
- B. Yo ap enfòme elèv sou opòtinite pou patisipe nan aktivite fizik nan pwogram aprè lekòl ak pwogram anndan lekòl yo.
- C. Yo ap ankouraje anplwaye pou patisipe nan omwen (30) minit aktivite fizik pa jou. Sa ap gen ladan yon konbinezon aktivite respirasyon kè/poumon, fleksiblite, ak fòs miskilè e andirans.
- D. Yo ap enfòme anplwaye sou opòtinite pou patisipe nan aktivite fizik nan pwogram aprè 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 gen ladan sa k ap suiv yo: konsèp konpreyansif sou konpòtman pou amelyore sante, rediksyon faktè ki gen risk sou fason moun viv, prevansyon maladi, prevansyon annui ak vyolans, sekirite pèsònèl, idantifikasyon ak jesyon estrès, 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 ankouraje pou moun viv ansante; e
 - 3. devlopman ak swen jaden ki pwodui manje.
- C. Yo ap aprann elèv fè diferans ant mesaj piblisite ak enfòmasyon sou sante ki reyèl.
- D. Ap gen resous sou konesans debaz sou sante ki disponib pou anplwaye konsantre sou konsèp konpòtman ki amelyore sante, rediksyon faktè ki gen risk sou prevansyon maladi, sekirite pèsònèl, ak jesyon presyon.
- E. Yo pral mete resous sou nitrisyon disponib pou anplwaye, ki gen ladan opòtinite pou aprantisaj ki amelyore sante.
- F. Yo pral pwomouvwa chwa manje ki bon pou sante ak manje fre nan lokal lekòl la nan mete enfòmasyon ki enpòtan sou nitrisyon pi pre posib kote yo chwazi a.

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

B. *School Health Program (Pwogram Sante Lekòl)* Depatman Sante Miami-Dade County ap ofri elèv sèvis sante ki annakò 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, eskòlyoz, 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 ak sante konpòtman/mantal;
 7. rekòmandasyon ak vizit suivi sou pwoblèm sante yo sispèk oubyen yo konfime;
 8. bezwen sante ki ijan;
 9. refere elèv pou tretman sante ki apwopriye;
 10. kominikasyon avèk paran oubyen gadyen yon elèv konsènan nesite pou pote atansyon sou sante lè doktè fanmi an, dantis la, oubyen lòt espesyalis endike yon dyagnostik definitif oubyen yon tretman;
 11. mentnans dosye sou ensidan pwoblèm sante, mezi korektif yo pran, e lòt enfòmasyon konsa jan li ka nesese pou planifye e evalye pwogram sante;
 12. enfòmasyon sou sante konsènan plasman elèv nan pwogram elèv eksepsyonèl ak re-evalyasyon nan entèval peryòdik elèv yo plase nan pwogram sa yo;
 13. klas edikasyon sou yon varyete sijè sante; ak
 14. asirans ak amelyorasyon nan 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 Distri sou Byennèt Sipèntandan an responsab pou revize e siveye Règ sou Byennèt Distri a annakò 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 enplemannte règ sa a ak aktivite ki gen rapò ak li. Chak ane, lekòl yo ap fè “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 nesese; ak machasuiv ki reflekte konesans syantifik ki fèk ap parèt ki gen rapò ak sante elèv e anplwaye.

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 anviwònman kote tout elèv ak anplwaye ka fè chwa manje ki bon pou sante pandan tout lavi yo. Konsa, y ap aplike Règleman ki ap suiv sou Manje ak Bwason yo Vann sou Kanpous yo 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 24 sou 24.

A. Bwason

Tout bwason dwe san kabòn e san kafeyin

1. Lekòl Elemantè

a. Dlo senp.

b. Jiska (8) ons pòsyon lèt e 100% ji.

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

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

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.

**KOMISYON KONSÈY LEKÒL
MIAMI-DADE COUNTY**

FONKSYÒNMAN
8510/paj 9 sou 10

- c. Pòsyon lèt jiska douz (12) ons, 100% ji e kèk lòt bwason.
- 1) Lèt san grès oubyen ki pa gen anpil grès ak lèt awomatize e lèt altènatif ki gen menm valè nitrisyonèl (dapre USDA) jiska 150 kalori/uit (8) ons.
 - 2) 100% ji san yo pa ajoute sik atifisyèl, jiska 120 kalori/uit (8) ons, e avèk omwen (10%) valè mineral yo rekòmande chak jou twa (3) vitamin oubyen plis.
 - 3) Lòt bwason ki pa gen plis pase karant (40) kalori/uit (8) ons.
- d. Omwen vennsenk pousan (25%) bwason ki pa lèt dwe se dlo e pa plis pase vennsenk pousan (25%) bwason ak opsyon san kalori oubyen pa gen anpil kalori.

B. Manje ak Goute

Tout manje ak goute yo vann nan lekòl yo 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. Pou l yon pwodui "grenn antye rich;"
6. Pou l yon manje ki yon fwi, vejetab, pwodui letye, pwoteyin; oubyen
7. Pou l yon konbinezon manje ki gen omwen ¼ tas fwi e/oubyen vejetab

Goute yo vann apa apre repa yo e jan yo apwouve aktivite pou ranmase lajan sou kanpous la dwe kòmanse (inèdtan) (1) anvan kòmansman jounen lekòl la e jiska inèdtan (1) apre yo lage dènye klas jounen an, dwe:

**KOMISYON KONSÈY LEKÒL
MIAMI-DADE COUNTY**

FONKSYÒNMAN
8510/paj 10 sou 10

1. pa gen plis pase 200 kalori;
2. pa gen plis pase 230 mg. sodyòm.

Distri a ankouraje manje ak bwason ki bon pou sante nan evènman ki gen rapò ak lekòl. Ou 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 egzante tou manje yo itilize nan Ar Kilinè ak Pwogram Fòmason pou objektif enstriksyonèl nan règleman sa yo.

Administratè lekòl yo ap responsab enplemantasyon Règ Byennèt Distri a nan andwa lekòl pa yo. Lè règleman sa a pa aplike yo ap adrese sa nan nivo administratif Fonksyonman Lekòl/Distri a.

2 U.S.C. 1751 et seq.
42 U.S.C. 1771 et seq.
F.S. 595.405, 595.407, 1001.41, 1001.42, 1001.43
F.A.C. 6A-7.0411

Revize 1/18/12
Revize 9/3/13
Revize 1/14/15
Revize 6/22/16

©MIAMI-DADE 2016