

Política de Bienestar Estudiantil

La Junta Directiva de las Escuelas Bright Star (la “Escuela Chárter”) está comprometida con el desarrollo óptimo de cada estudiante. La Escuela Chárter cree que para que los estudiantes tengan la oportunidad de lograr el éxito personal, académico, de desarrollo y social, necesitamos crear entornos de aprendizaje positivos, seguros y que promuevan la salud en todos los niveles, en todos los entornos, durante todo el año escolar.

Las investigaciones muestran que dos componentes, la buena nutrición y la actividad física antes, durante y después de la jornada escolar, están estrechamente relacionados con los resultados positivos de los estudiantes. Por el contrario, el consumo inferior al adecuado de alimentos específicos, como frutas, verduras y productos lácteos, se asocia con calificaciones más bajas entre los estudiantes. Además, los estudiantes que son físicamente activos a través del transporte activo hacia y desde la escuela, el recreo, los descansos para la actividad física, la educación física de alta calidad y las actividades extracurriculares obtienen mejores resultados académicos. Finalmente, existe evidencia de que una hidratación adecuada se asocia con un mejor rendimiento cognitivo.

Esta política describe el enfoque de la Escuela Chárter para garantizar entornos y oportunidades para que todos los estudiantes practiquen conductas de alimentación y actividad física saludables durante el día escolar y minimicen las distracciones comerciales.

Específicamente, esta Política establece metas y procedimientos para garantizar que:

- Los estudiantes de la Escuela Chárter tengan acceso a alimentos saludables durante todo el día escolar, tanto a través de comidas escolares reembolsables como de otros alimentos disponibles en todo el campus de la Escuela Chárter, de acuerdo con los estándares de nutrición federales y estatales.
- Los estudiantes reciban educación nutricional de calidad que los ayude a desarrollar conductas alimentarias saludables para toda la vida.
- Los estudiantes tengan oportunidades de estar físicamente activos antes, durante y después del día escolar.
- La Escuela Chárter se involucra en la promoción de la nutrición y la actividad física y otras actividades que promueven el bienestar de los estudiantes.
- Se alienta y apoya al personal de la Escuela Chárter para que practique conductas de nutrición y actividad física saludables dentro y fuera de la escuela.
- La comunidad se compromete a apoyar el trabajo de la Escuela Chárter en la creación de continuidad entre la Escuela Chárter y otros entornos para que los estudiantes y el personal practiquen hábitos saludables para toda la vida.
- La Escuela Chárter establece y mantiene una infraestructura para la gestión, supervisión, implementación, comunicación y seguimiento de esta Política y sus metas y objetivos establecidos.

Esta Política se aplica a todos los estudiantes y al personal de la Escuela Chárter. El Oficial designado para la supervisión de la Política de bienestar escolar es:

Sebastian Valdes, Vicedirector de Operaciones, Bright Star Schools
Dirección Física: 600 S. La Fayette Park Pl, Los Angeles, CA 90057
Dirección de Envío: 5101 Santa Monica Blvd Ste 8, PMB 93, Los Angeles, CA 90029

Implementación, monitoreo, responsabilidad y participación comunitaria

Plan de implementación

Usando los pasos descritos a continuación, la Escuela Chárter se asegurará de cumplir con las obligaciones legales con respecto a la implementación de esta Política. Esta Política y los informes de progreso se pueden encontrar en nuestro sitio web en: www.brightstarschools.org.

Mantenimiento de registros

La Escuela Chárter conservará registros para documentar el cumplimiento de los requisitos de esta política en la oficina principal. La documentación mantenida en este lugar incluirá, entre otras:

- La Política escrita.
- Documentación que demuestre que la Política se ha puesto a disposición del público.
- Documentación para demostrar el cumplimiento de los requisitos de notificación pública anual y los requisitos de participación comunitaria.
- Documentación de la evaluación cada tres años de la Política.
- Documentación que demuestre que la evaluación más reciente sobre la implementación de la Política se ha puesto a disposición del público.

Notificación anual de la política

La Escuela Chárter informará activamente a las familias y al público cada año sobre la información básica de esta Política, lo que incluye su contenido, cualquier actualización de la Política y el estado de implementación. La Escuela Chárter pondrá a disposición esta información a través del sitio web de la Escuela Chárter y/o las comunicaciones de toda la Escuela Chárter. La Escuela Chárter proporcionará la mayor cantidad de información posible sobre el entorno de nutrición de la Escuela Chárter. Esto incluirá un resumen de los eventos o actividades de la Escuela Chárter relacionados con la implementación de la Política.

Evaluaciones del progreso cada tres años

Al menos una vez cada tres años, la Escuela Chárter evaluará el cumplimiento de la política de bienestar para evaluar la implementación de la Política e incluirá:

- La medida en que la Escuela Chárter cumple con esta Política;
- La medida en que la Política de la Escuela Chárter se compara con las políticas modelo de bienestar; y
- Una descripción del progreso realizado en el logro de los objetivos de la Política de la Escuela Chárter.

El cargo/persona responsable de administrar la evaluación cada tres años y su información de contacto es:

Sebastian Valdes, Vicedirector de Operaciones, Bright Star Schools
Dirección Física: 600 S. La Fayette Park Pl, Los Angeles, CA 90057

Dirección de Envío: 5101 Santa Monica Blvd Ste 8, PMB 93, Los Angeles, CA 90029
svaldes@brightstarschools.org
323-954-9957

La Escuela Chárter notificará activamente a los hogares/familias sobre la disponibilidad del informe de progreso cada tres años.

Revisiones y actualización de la política

La Escuela Chárter actualizará o modificará esta Política según corresponda en función de los resultados del Índice de Salud de la Escuela Chárter anual y las evaluaciones cada tres años y/o según cambien las prioridades de la Escuela Chárter; haya una necesidad de cambio de la comunidad; se cumplan los objetivos de bienestar; surja una nueva ciencia, información y tecnología de la salud; y se emitan nuevas guías o estándares federales o estatales. Esta Política será evaluada y actualizada como se indica al menos cada tres (3) años, luego de la evaluación cada tres años.

Participación comunitaria, alcance y comunicaciones

La Escuela Chárter se compromete a responder a los aportes de la comunidad, lo que comienza con el conocimiento de la Política. La Escuela Chárter comunicará activamente las formas en que los representantes de la Escuela Chárter y otros pueden participar en el desarrollo, la implementación y la revisión periódica y actualización de esta Política a través de una variedad de medios. La Escuela Chárter también informará a los padres sobre las mejoras que se han realizado en las comidas escolares y el cumplimiento de los estándares de comidas escolares, la disponibilidad de programas de nutrición infantil y cómo solicitarlos, y una descripción y cumplimiento de los estándares de nutrición de Smart Snacks en la Escuela Chárter.

La Escuela Chárter utilizará mecanismos electrónicos, como correo electrónico o notificaciones en el sitio web de la Escuela Chárter, así como mecanismos no electrónicos, como boletines, presentaciones a los padres o envío de información a los padres, para garantizar que todas las familias sean notificadas activamente del contenido, la implementación y las actualizaciones de esta Política, así como también sobre cómo participar y apoyar la Política. La Escuela Chárter se asegurará de que las comunicaciones sean cultural y lingüísticamente apropiadas para la comunidad y se logren a través de medios similares a otras formas en que otras escuelas locales comunican información escolar importante a los padres.

La Escuela Chárter notificará activamente al público sobre el contenido, la implementación y cualquier actualización de la Política anualmente, como mínimo. La Escuela Chárter también utilizará estos mecanismos para informar a la comunidad sobre la disponibilidad de los informes anuales y cada tres años.

Nutrición

Comidas de la Escuela Chárter

La Escuela Chárter participa en los programas de nutrición infantil del Departamento de Agricultura de los Estados Unidos (USDA, por sus siglas en inglés), incluido el Programa Nacional de Almuerzo Escolar ("NSLP"), el Programa de Desayuno Escolar ("SBP"), el

Programa de Servicio de Alimentos de Verano (SFSP), y el programa de Cena. La Escuela Chárter se compromete a ofrecer comidas escolares a través de los programas NSLP y SBP, y otros programas federales de nutrición infantil aplicables, que:

- Sean accesibles para todos los estudiantes.
- Sean interesantes y atractivas para los niños.
- Se sirvan en ambientes limpios y agradables.
- Cumplan o excedan los requisitos nutricionales actuales establecidos por los estatutos y reglamentos locales, estatales y federales. (La Escuela Chárter ofrece comidas escolares reembolsables que cumplen con los estándares de nutrición del USDA).
- Promuevan opciones saludables de alimentos y bebidas usando al menos diez de las siguientes técnicas de Smarter Lunchroom:
 - Que las opciones de frutas enteras se exhiban en atractivos tazones o canastas (en lugar de platos calientes o sartenes de hotel).
 - Que haya fruta en rodajas o cortada disponible todos los días.
 - Que las opciones diarias de frutas se muestren en un lugar en la línea de visión y alcance de los estudiantes.
 - Que todas las opciones de vegetales disponibles reciban nombres creativos o descriptivos.
 - Que las opciones diarias de vegetales se incluyan en todas las comidas para llevar disponibles para los estudiantes.
 - Que todos los miembros del personal, especialmente los que atienden, hayan sido capacitados para incitar cortésmente a los estudiantes a seleccionar y consumir las opciones de verduras diarias con su comida.
 - Que la leche blanca se coloque delante de otras bebidas en todos los refrigeradores.
 - Que las opciones alternativas de platos principales (p. ej., barra de ensaladas, parfaits de yogur, etc.) se destaquen en carteles o letreros en todas las áreas de servicio y comedor.
 - Que se cree una comida reembolsable en cualquier área de servicio disponible para los estudiantes (p. ej., barras de ensaladas, salas de refrigerios, etc.).
 - Que las encuestas de los estudiantes y las oportunidades de prueba de sabor se utilicen para informar el desarrollo del menú, la decoración del comedor y las ideas promocionales.
 - Que las obras de arte de los estudiantes se exhiban en las áreas de servicio y/o comedor.
 - Que los anuncios diarios se utilicen para promocionar y comercializar las opciones del menú.

Agua

Para promover la hidratación, habrá agua potable gratuita, segura y sin sabor disponible para todos los estudiantes durante el día escolar. La Escuela Chárter pondrá a disposición agua potable donde se sirvan las comidas escolares durante las comidas.

Alimentos y bebidas competitivos

La Escuela Chárter se compromete a garantizar que todos los alimentos y bebidas disponibles para los estudiantes en el campus de la Escuela Chárter durante el día escolar respalden una alimentación saludable. Los alimentos y bebidas vendidos a los estudiantes en el campus durante el día escolar (incluido el período desde la medianoche anterior hasta 30 minutos después del final del día escolar oficial) y servidos fuera de los programas de comidas de la Escuela Chárter (por ejemplo, alimentos "competitivos" y bebidas) deberán cumplir con los

estándares de nutrición de Smart Snacks del USDA, como mínimo. Smart Snacks tiene como objetivo mejorar la salud y el bienestar de los estudiantes, aumentar el consumo de alimentos saludables durante la jornada escolar y crear un entorno que refuerce el desarrollo de hábitos alimenticios saludables.

Para apoyar las elecciones de alimentos saludables y mejorar la salud y el bienestar de los estudiantes, todos los alimentos y bebidas fuera de los programas de comidas escolares reembolsables que se venden a los estudiantes en el campus de la escuela durante el día escolar cumplirán o superarán los estándares de nutrición de Smart Snacks del USDA. Estos estándares se aplicarán en todos los lugares y a través de todos los servicios donde se venden alimentos y bebidas, que pueden incluir, entre otros, opciones a la carta en cafeterías, máquinas expendedoras, tiendas escolares y carritos de comida o refrigerios.

Celebraciones y recompensas

Todos los alimentos que se ofrecen en el campus de la Escuela Chárter cumplirán o superarán los estándares de nutrición de Smart Snacks del USDA, incluso a través de:

1. Celebraciones y fiestas. La Escuela Chárter proporcionará una lista de ideas para fiestas saludables a padres y maestros, incluidas ideas para celebraciones sin alimentos.
2. Meriendas en el salón de clases traídas por los padres La Escuela Chárter proporcionará a los padres una lista de alimentos y bebidas que cumplen con los estándares de nutrición de Smart Snacks.
3. Recompensas e incentivos. La Escuela Chárter proporcionará a los maestros y otro personal escolar pertinente una lista de formas alternativas de recompensar a los niños. Los alimentos y las bebidas no se usarán como recompensa ni se retendrán como castigo por ningún motivo, como el desempeño o el comportamiento.

Recaudación de fondos

Los alimentos y bebidas que cumplan o excedan los estándares de nutrición de Smart Snacks del USDA en las Escuelas Chárter se podrán vender a través de eventos para recaudar fondos en el campus de la Escuela Chárter durante el día escolar. La Escuela Chárter pondrá a disposición de los padres y maestros una lista de ideas saludables para recaudar fondos.

Promoción de una nutrición saludable

La Escuela Chárter promoverá opciones saludables de alimentos y bebidas para todos los estudiantes en todo el campus de la escuela y alentará la participación en los programas de comidas escolares. Esta promoción se realizará a través de al menos lo siguiente:

- Implementar al menos diez técnicas de promoción de alimentos saludables basadas en evidencia a través de los programas de alimentación escolar utilizando las técnicas Smarter Lunchroom descritas anteriormente; y
- Garantizar que el 100 % de los alimentos y bebidas que se promocionan a los estudiantes cumplan con los estándares de nutrición de Smart Snacks del USDA en la Escuela Chárter.

Comercialización de alimentos y bebidas en las escuelas

Todos los alimentos y bebidas comercializados o promocionados a los estudiantes en el campus escolar durante el día escolar cumplirán o superarán los estándares de nutrición de Smart Snacks del USDA, de modo que solo aquellos alimentos que cumplan o superen esos

estándares de nutrición podrán comercializarse o promocionarse a los estudiantes.

A medida que el director revisa los contratos existentes y considera nuevos contratos, las decisiones de compra (y reemplazo) de equipos y productos deben reflejar las pautas de marketing aplicables establecidas por esta Política.

Actividad física

Los Centros para el Control de Enfermedades (“CDC”) recomiendan que todos los niños y adolescentes participen en un mínimo de sesenta (60) minutos de actividad física todos los días. El CDC recomienda que la actividad aeróbica constituya la mayor parte de dicha actividad física, con actividad aeróbica de intensidad vigorosa al menos tres días a la semana. El CDC también recomienda que la actividad física incluya actividades de fortalecimiento muscular, como gimnasia o flexiones, al menos tres días a la semana, y actividades de fortalecimiento óseo, como saltar la cuerda o correr, al menos tres días a la semana. La Escuela Chárter promueve el bienestar de los estudiantes.

Otras actividades que promueven el bienestar de los estudiantes

La Escuela Chárter integrará actividades de bienestar en todo el entorno de la Escuela Chárter no solo en la cafetería, otros lugares de comida y bebida e instalaciones de actividad física. La Escuela Chárter coordinará e integrará otras iniciativas relacionadas con la actividad y la educación física, la nutrición y otros componentes de bienestar para que todas las iniciativas sean complementarias, no se dupliquen, y trabajen hacia el mismo conjunto de metas y objetivos que promuevan el bienestar de los estudiantes, el desarrollo óptimo y resultados educativos sólidos.

Todos las iniciativas relacionadas con la obtención de reconocimiento federal, estatal o de asociaciones por las iniciativas, o subvenciones/oportunidades de financiación para entornos escolares saludables se coordinarán y complementarán con esta Política, lo que incluye, entre otros, garantizar la participación de la comunidad.

Todos los eventos patrocinados por la Escuela Chárter se adherirán a las pautas de bienestar de esta Política. Todos los eventos de bienestar patrocinados por la Escuela Chárter incluirán actividad física y oportunidades de alimentación saludable cuando sea apropiado.

Asociaciones comunitarias

La Escuela Chárter desarrollará, mejorará y continuará las relaciones con los socios de la comunidad (por ejemplo, hospitales, universidades/institutos de educación superior, empresas locales, proveedores y coordinadores de SNAP-Ed, etc.) en apoyo de la implementación de esta Política. Se evaluarán las asociaciones y los patrocinios nuevos y existentes de la comunidad para garantizar que sean coherentes con esta Política y sus objetivos.