



# Santa Barbara SCHOOL DISTRICTS

720 Santa Barbara Street, Santa Barbara, CA 93101  
Phone (805) 963-4338, Fax (805) 962-3146  
www.sbsdk12.org

Septiembre de 2009

Estimados Padres/Tutores:

Los Distritos Escolares de Santa Bárbara se unen a las familias en apoyo de una nutrición saludable y buena forma física en nuestros niños porque la comida y la forma física causan impacto en cómo aprenden, sienten y se comportan los niños. El éxito de los alumnos en la escuela depende de estar bien alimentados.

Nuestros distritos escolares están comprometidos a ofrecer un ambiente de alimentación sana y actividad física para nuestros alumnos. Nuestras normas, por obligación federal, están en vigor y nuestras escuelas están en proceso de aplicar estas normas y metas, con la asistencia del Consejo de Bienestar de los distritos.

Los padres pueden apoyar un ambiente escolar sano y nutritivo de varias formas, tales como:

- Los menús de las cafeterías escolares están en la página web, por favor, vean nuestra nuevas opciones saludables para el desayuno y la comida en : <http://www.sbsdk12.org/programs/nutrition/index.shtml>
- Planeen su horario para comer con sus alumnos en la cafetería de la escuela. Den ejemplo de alimentación sana y buena forma física.
- Cuando manden bebidas a la escuela, manden agua, leche, 100 por cien jugos de fruta o de verduras, no manden sodas ni ninguna otra bebida azucarada.
- Las recaudaciones no deberán incluir ventas de dulces, masa de galletas ni comida rápida.
- Las fiestas de las clases están limitadas a una o menos cada mes y la comida que se sirva tendrá que ser con opciones saludables como frutas y verduras.
- A la escuela solo manden alimentos sanos.

Sepan que las normas de nuestros distritos prohíben alimentos como premios en la clase. En la página web del distrito se ofrecen ideas y alternativas sanas: <http://www.sbsdk12.org/programs/wellness/index.shtml>

Nuestras escuelas apoyan la buena forma y la actividad física de las siguientes formas:

- Las metas de la norma de educación física (EF) aseguran que los alumnos en los grados K-12 cumplen con los minutos obligatorios por el estado para EF. Todas las escuelas primarias tienen por lo menos 20 minutos al día de recreo supervisado, preferiblemente al aire libre. En las escuelas secundarias, la enseñanza de EF la imparten maestros con credenciales de EF.
- La norma del consejo prohíbe usar o quitar la actividad física como disciplina.
- Las familias fomentan la salud con actividades físicas regulares fuera de la escuela.

Nuestra meta es crear ambientes en la escuela y en casa en donde es fácil de llevar un estilo de vida sano del que dan ejemplo los adultos. Como socios, podemos aprender sobre ser buenos ejemplos de vivir una vida sana.

Si están interesados, agradecemos su participación en el Consejo de Bienestar. Se han planeado cuatro reuniones: 14 de octubre, 13 de enero, 10 de marzo y 12 de mayo, de 3:30 a 5 pm en la Oficina del Distrito, 720 Santa Barbara Street, Santa Barbara. Si quieren participar, por favor, pónganse en contacto con Debi Badger: (805) 963-4338, extension 386, o [dbadger@sbsdk12.org](mailto:dbadger@sbsdk12.org)

Sinceramente,

J. Brian Sarvis, Ed.D.  
Superintendente

|                             |                            |                                 |                                  |                                    |
|-----------------------------|----------------------------|---------------------------------|----------------------------------|------------------------------------|
| Adams Elementary School     | McKinley Elementary School | Roosevelt Elementary School     | Goleta Valley Junior High School | Dos Pueblos High School            |
| Cesar Chavez Charter School | Monroe Elementary School   | Santa Barbara Charter School    | La Colina Junior High School     | La Cuesta Continuation High School |
| Cleveland Elementary School | Open Alternative School    | Santa Barbara Community Academy | La Cumbre Junior High School     | San Marcos High School             |
| Franklin Elementary School  | Peabody Charter School     | Washington Elementary School    | Santa Barbara Junior High School | Santa Barbara High School          |
| Harding Elementary School   |                            |                                 |                                  | Home School Santa Barbara          |