

## Règ

**KOMISYON KONSÈY LEKÒL  
MIAMI-DADE COUNTY**

OPERATIONS  
8510/paj 1 sou 13

### RÈG SOU BYENNÈT

#### **Entwodiksyon**

An novanm 2005, akòz “2004 Child Nutrition and WIC Reauthorization Act” (Akò 2004 sou Re-otorizasyon sou Nitrisyon Timoun ak ‘WIC’), Distri a te gen responsablite pou l devlope yon Règ sou Byennèt pou Distri a. 10 me 2006, atravè aksyon Komisyon Konsèy Lekòl la, yo te etabli Règ Byennèt pou Distri a. Akò “*The Healthy, Hunger-Free Kids Act of 2010*” (Akò 2010 pou Timoun Ansante, Pa Soufri Grangou) kontinye ap mande pou Komite Konsèy sou Byennèt Distri a revize Règ sou Byennèt Distri a, e si l nesèsè, chak ane. Konsantrasyon li se pwomouvwa byennèt e adrese pwoblèm sante aktyèl elèv ak anplwaye nou yo ap konfwonte.

#### **Prefas**

Distri a pran angajman pou l ofri yon anviwònman ki pwomouvwa sante pou elèv ak anplwaye nan kontèks anviwònman lekòl la, nan rekonèt moun dwe fizikman, mantalman e sosyalman ansante pou yo pwomouvwa byennèt ak pèfòmans akademik.

Distri a pral konsantre sou 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 – Nou ap ankouraje tout elèv pou yo patisipe nan nivo edikasyon fizik yo rekòmande yo.
- C. Aktivite Fizik – Nou 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 – Nou ap ankouraje tout elèv ak anplwaye pou yo devlope abitud ki bon pou lasante nan lavi yo.
- E. Swen Sante Prevantif – Nou ap ankouraje tout elèv ak anplwaye pou yo patisipe nan swen sante prevantif.

## Règ

### KOMISYON KONSÈY LEKÒL MIAMI-DADE COUNTY

OPERATIONS  
8510/paj 2 sou 13

### Nitrisyon

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

- A. Depatman Manje ak Nitrisyon an pral sèvi sa k ap suiv yo: manje ki gen sous anpil fib, san yo pa ajoute “trans fat” (grès kaye), ki pa gen anpil grès yo ajoute, sik, ak sodyòm, ki respekte divèsite kiltirèl e yo sèvi nan pòsyon apwopriye ki konsistan ak estanda Depatman Agrikilti Etazini. Repa yo ap genyen opsyon manje ki abaz plant ak yon chwa vejetaryen chak jou.
- B. Tout manje yo vann sou kanpous kòmanse inèdtan (1) anvan jounen lekòl la kòmanse e jiska inèdtan (1) aprè yo lage dènye klas nan jounen an dwe satisfè *Règleman sou Manje ak Bwason yo Vann sou Kanpous e nan Machin pou Vann Atravè Tout Distri a.* (Apendis A)
- C. Depatman Manje ak Nitrisyon ap pousuiv patenarya avèk fèm lokal/rejyonal pou fasilite yon pwogram de-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. Nou ofri ide ak sijesyon nou ka jwenn nan <http://nutrition.dadeschools.net>. Lè yo voye yon lis nan kay la pou mande donasyon pou selebrasyon, li dwe gen ladan dlo nòmal ak omwen yon (1) opsyon ansante.
- F. Aktivite pou ranmase lajan ki fèt sou kanpous la, kòmanse inèdtan (1) anvan jounen lekòl la 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 aktivite pou ranmase lajan ki pwomouvwa sante nan ofri sijesyon nou ka jwenn nan <http://nutrition.dadeschools.net>.

## Règ

### KOMISYON KONSÈY LEKÒL MIAMI-DADE COUNTY

OPERATIONS  
8510/paj 3 sou 13

### Edikasyon Fizik

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

- A. Edikasyon Fizik nan Lekòl Elemantè, 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, 2èm-5èm ane eskolè: Yo mande pou yon pwofesè edikasyon fizik ofri 150 minit enstriksyon sou edikasyon fizik chak semèn.
- C. Edikasyon Fizik Lekòl Mwayen, 6èm – 8èm 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. Nou ap ankouraje elèv pou yo pran edikasyon fizik pou tout ane a atravè pwovizyon pou yon kou anyèl pou yo ka devlope e kenbe benefis maksimòm sou sante.
- D. Edikasyon Fizik Lekòl Segondè, 9èm-12èm ane eskolè: Yo mande yon minimòm yon (1) kredi edikasyon fizik nan lekòl segondè. Yon (1) semès dwe 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 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 bon pou lasante, ak enpasyalite e respè pou tout elèv.
- F. Li nesèsè pou anseye nitrisyon atravè edikasyon fizik nan jadendanfan-12èm ane eskolè.
- G. Bezwen ladrès edikasyon fizik pou amelyore sante gen ladan:
  - 1. konpreyansyon konsèp ki gen rapò ak pwomosyon sante, prevansyon maladi, ak rediksyon risk sou sante;
  - 2. abilite pou gen aksè a enfòmasyon ki valab sou sante;

**Règ**

**KOMISYON KONSÈY LEKÒL  
MIAMI-DADE COUNTY**

OPERATIONS  
8510/paj 4 sou 13

3. ladrès kominikasyon entèpèsyonèl ki efikas;
4. etabli objektif e pran desizyon;
5. rediksyon estrès;
6. ladrès pou defann sante pèsyonèl, familyal ak kominotè; e
7. enstriksyon yo ap gen ladan ladrès sikomotè yo itilize nan fòmasyon pratik sou CPR/AED (lekòl mwayen ak segondè sèlman).

## Règ

**KOMISYON KONSÈY LEKÒL  
MIAMI-DADE COUNTY**

OPERATIONS  
8510/paj 5 sou 13

### **Aktivite Fizik**

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

- A. Nou ap mande pou elèv pran rekreyasyon nan klas matènèl-5èm ane eskolè senk (5) fwa pa semèn pou ven (20) minit konsekitif 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 li nan *Manyèl Rekreyasyon* Distri a ki disponib nan <http://pe.dadeschools.net/>.
- B. Règ ak pratik lekòl yo sipòte pou yo pa itilize aktivite fizik ak rekreyasyon kòm pinisyon pou elèv.
- C. Nou ap enfòme elèv sou opòtinite pou patisipe nan aktivite fizik nan pwogram aprè lekòl ak pwogram anndan lekòl yo.
- D. Nou ap ankouraje anplwaye patisipe pou omwen nan trant (30) minit aktivite chak jou. Sa ap gen ladan yon konbinezon aktivite kadyorespiratwa, fleksibilite, ak solidite miskilè ak andirans.
- E. Nou ap enfòme anplwaye sou opòtinite pou patisipe nan aktivite fizik nan pwogram aprè lekòl ak evènman kominotè.

## Règ

### **KOMISYON KONSÈY LEKÒL MIAMI-DADE COUNTY**

OPERATIONS  
8510/paj 6 sou 13

### **Sante ak Nitrisyon**

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

- A. Nou pral 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, prevansyon maladi, prevansyon nuizans ak vyolans, sekirite pèsonèl, 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 etabli objektif e estrateji pou pran desizyon pozitif pou amelyore sante tankou sa ki gen rapò ak konsomasyon manje e depans enèji;
  - 2. analize enfliyans kilti, medya ak lòt faktè sou chwa ak preferans manje nan pratik pèsonèl sou sante ki gen ladan metòd preparasyon ki anrichi e poze defi sou fason pou viv ansante; e
  - 3. devlopman ak swen jaden ki pwodui manje.
- C. Nou pral aprann elèv fè diferans ant mesaj komèsyalize 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 risk pou prevansyon maladi, sekirite pèsonèl, ak jesyon estrès.
- E. Nou pral mete resous sou nitrisyon disponib pou anplwaye ki gen ladan opòtinite pou aprantisaj ki amelyore sante.
- F. Nou pral pwomouvwa chwa manje ki bon pou lasante ak manje fre nan lokal lekòl la nan mete enfòmasyon ki gen rapò ak nitrisyon pi pre posib ak kote yo chwazi.

## **Règ**

**KOMISYON KONSÈY LEKÒL  
MIAMI-DADE COUNTY**

OPERATIONS  
8510/paj 7 sou 13

### **Swen Sante Prevantif**

Règ Distri a: Yo dwe 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 sou Sante nan Lekòl nou yo), yon ekip 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 kowòdone pwofesyonèlman nan lekòl yo;
  2. depistaj ak evalyasyon pwolonje sou sante ak aksè sou suivi medikal;

**Règ**

**KOMISYON KONSÈY LEKÒL  
MIAMI-DADE COUNTY**

OPERATIONS  
8510/paj 8 sou 13

3. sèvis sante sou 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 pou yo jwenn aksè a sèvis sante preliminè;
6. jesyon maladi kwonik; e
7. pwovizyon pou klas edikasyon sante nan lekòl espesifik.

## Règ

### **KOMISYON KONSÈY LEKÒL MIAMI-DADE COUNTY**

OPERATIONS  
8510/paj 9 sou 13

- B. “*School Health Program*” (*Pwogram Sante nan Lekòl*) Depatman Sante Miami-Dade County a pral ofri elèv sèvis sante ki an rapò avèk lwa, règ, règleman Florid, ak Plan Sèvis Sante nan Lekòl lokal yo.

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

1. evalyasyon sante;
2. revizyon dosye;
3. evalyasyon enfimyè;
4. evalyasyon nitrisyon;
5. depistaj: vizyon, tandè, eskolyoz, ak kwasans e devlopman ki gen ladan referal e/oubyen vizit suivi pou “Body Mass Index (BMI)” (mezi pwa yon moun parapò ak wotè l);
6. konseye sante mantal/sante konpòtman;
7. referal ak 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 nesèsite pou pote atansyon sou sante ak doktè fanmi an, dantis la, oubyen lòt espesyalis yo endike yon dyagnostik definitif 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.

## Règ

### KOMISYON KONSÈY LEKÒL MIAMI-DADE COUNTY

OPERATIONS  
8510/paj 10 sou 13

- C. Founisè swen sante a ap ofri resous sou byennèt ki adrese byennèt fizik, mantal, sosyal, ak emosyonèl pou sipòte anplwaye nan abitid ki bon pou sante.

### Siveyans ak Evalyasyon

Komite Konsèy sou Byennèt Distri Sipèentandan an 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 enplemanete règ sa a ak aktivite ki gen rapò ak 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 ap bay Sipèentandan 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 konsepsyon 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 andwa 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.

## Règ

### KOMISYON KONSÈY LEKÒL MIAMI-DADE COUNTY

OPERATIONS  
8510/paj 11 sou 13

- 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 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.
    - 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.

## Règ

### **KOMISYON KONSÈY LEKÒL MIAMI-DADE COUNTY**

OPERATIONS  
8510/paj 12 sou 13

#### 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) apre 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. Ou ka jwenn ide ak sijesyon nan <http://nutrition.dadeschools.net>. Sepandan, lè evènman ki gen rapò ak lekòl yo fèt omwen inèdtan (1) apre 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 apre 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.

**Règ**

**KOMISYON KONSÈY LEKÒL  
MIAMI-DADE COUNTY**

OPERATIONS  
8510/paj 13 sou 13

Administratè lekòl yo ap responsab pou enplemantasyon Règ Byennèt Distri a nan andwa lekòl yo. Yo ap adrese nan nivo administratif 'School Operations' (Fonksyonman Lekòl) refi pou obeyi règ sa yo.

2 U.S.C. 1751 et seq.  
42 U.S.C. 1771 et seq.  
F.S. 595.405  
F.S. 595.407  
F.S. 1001.41  
F.S. 1001.42  
F.S. 1001.43  
F.S. 1003.455 (6)  
F.A.C. 6A-7.0411

Revize 1/18/12  
Revize 9/3/13  
Revize 1/14/15  
Revize 6/22/16  
Revize 8/15/18

**©MIAMI-DADE 2018**