

Healthy Living Newsletter for Schools

 APRIL 2021 

CELEBRATE PARK RX DAY WITH US!

It's time to break from isolation and enjoy outdoor exploration! After a long year of being cooped up, it's time to get outside, complete missions and compete to win fun prizes! Our outdoor challenge runs from April 15-April 25! Get your team together (3-5 players), and have each player download the GooseChase app onto their device. Get ready to compete with other teams to win prizes from companies like Cotopaxi, Stanley, REI, BackCountry and much more!

For more information and detailed instructions on how to join our game, follow Park Rx Utah on Instagram and Facebook @parkrxutah!



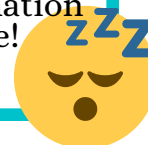
SOCIAL EMOTIONAL LEARNING FORUM

Explore Untapped Ways to Improve Student Health, School Climate and Academic Performance! Join child nutrition expert Dayle Hayes, MS, RD, on April 15, 2021 from 2:00-2:45 PM to explore thoughtful ways to implement SEL strategies throughout your schools in order to enhance academic success as well as student health and behavior. Register for this event [HERE!](#)



MONTHLY MENTAL HEALTH TIP:

Getting enough sleep can reduce your risk for poor mental health. Make sure you are getting 7 or more hours of sleep per night! For more information and sleep tips, visit [THIS](#) website!



ABOVE AND BEYOND SPOTLIGHT

Holly Ifante is a god-send as a school secretary! She is so patient and kind, and always goes the extra mile to make sure every student and parent that enters the office feels welcome and loved. She speaks Spanish for our many Spanish-speaking families, making them feel even more welcome at our school! Her spirit, energy and laugh are infectious. She is a joy to be around each day! Thanks Holly for all you do at Columbia Elementary!



DO YOU WALK OR BIKE?

Parents, teachers, students & community members! We are looking for Salt Lake County residents that walk and/or bike, to share their experiences on trails, sidewalks, and parks throughout the county. We want to hear the voices of those using the facilities most, to help with where city and county funding should go.

If you would like to participate, please email Mercedes Maestas at mmaestas@slco.org. You will then complete a consent form, a video or a picture with a voice recording answering our questions.

Participants will be mailed safety prizes for their input!



 **SALT LAKE COUNTY**
HEALTH DEPARTMENT

Subscribe to our newsletter any time by visiting: <https://forms.gle/dZbqIRWQhpDSaozi9>

Boletín de vida saludable para escuelas

ABRIL DE 2021 

¡CELEBRA EL DÍA DE PARK RX CON NOSOTROS!

¡Es hora de romper con el aislamiento y disfrutar de la exploración al aire libre! Después de un largo año de estar encerrados, es hora de salir, completar misiones y competir para ganar premios divertidos. ¡Nuestro reto al aire libre se llevará a cabo del 15 al 25 de abril! Reúna a su equipo (3-5 jugadores) y haga que cada jugador descargue la aplicación GooseChase en su teléfono. ¡Prepárate para competir con otros equipos y ganar premios de marcas como Cotopaxi, Stanley, REI, BackCountry y mucho más!

Para obtener más información e instrucciones detalladas sobre cómo unirse a nuestro juego, ¡siga a Park Rx Utah en Instagram y Facebook @parkrxutah!



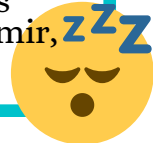
FORO DE APRENDIZAJE SOCIOEMOCIONAL

¡Explora formas de mejorar la salud de los estudiantes, el clima escolar y desempeño académico! Únase a la experta en nutrición infantil Dayle Hayes, MS, RD, el 15 de abril de 2021 de 2:00-2:45 PM para explorar formas reflexivas de implementar estrategias SEL en sus escuelas a fin de mejorar el éxito académico, así como la salud y el comportamiento de los estudiantes. ¡Regístrese para este evento AQUÍ!



CONSEJO MENSUAL DE SALUD MENTAL:

Duerma lo suficiente puede reducir el riesgo de tener una mala salud mental. ¡Asegúrese de dormir 7 horas o más por noche! Para obtener más información y consejos para dormir, visite ESTE sitio web.



MÁS ALLÁ DE LOS REFLECTORES

¡Holly Ifante es una bendición como secretaria de la escuela! Ella es muy paciente y amable, y siempre hace un esfuerzo adicional para asegurarse de que todos los estudiantes y padres que visitan la oficina se sientan bienvenidos y amados. Ella habla español para nuestras muchas familias hispanohablantes, ¡haciéndolas sentir aún más bienvenidas en nuestra escuela! Su espíritu, energía y risa son contagiosos. ¡Es un placer estar con ella todos los días! ¡Gracias Holly por todo lo que hacen en la Primaria Columbia!



¿CAMINAS O ANDAS EN BICICLETA?

¡Padres, maestros, estudiantes y miembros de la comunidad! Buscamos residentes del condado de Salt Lake que caminen y / o anden en bicicleta, para compartir sus experiencias en caminos, banquetas y parques en todo el condado. Queremos escuchar las voces de quienes más utilizan las instalaciones, para ayudar a averiguar a dónde deben ir los fondos de la ciudad y el condado.

Si desea participar, envíe un correo electrónico a Mercedes Maestas a mmaestas@slco.org. Luego, complete un formulario de consentimiento, un video o una imagen con una grabación de voz respondiendo a nuestras preguntas.

¡A los participantes se les enviarán premios de seguridad por sus comentarios!



 **SALT LAKE COUNTY**
HEALTH DEPARTMENT

Suscríbese a nuestro boletín en cualquier momento visitando <https://forms.gle/dZbgIRWQhpDSaozi9>