

Dear District 8 Resident:

It is an honor to represent you. As public servants, my staff and I work on your behalf. We are committed to ethical government, which means being responsible and accountable to the community and to you.

Brag Board:

Congratulations to the Rockway Middle School Royal Knights Chess Team who won first place in the National Chess Tournament. 5,200 students participated in the event and our Royal Knights walked away with the grand prize as well as twenty individual trophies.

District 8 honored our Senior Centers with an Art Exhibit Dr. Carlos J. Finlay Elementary. Artists from five centers participated and enjoyed the afternoon by sharing their art work with the students.

Congratulations to all our outstanding students! Keep up the good work!

**Respectfully Yours,
Marta Pérez and Staff**

Miami-Dade County Public Schools



Dr. Pérez and students from Dr. Carlos J. Finlay Elementary at the Senior Citizen's Art Exhibit

La Dra. Pérez con estudiantes de la escuela elemental Dr. Carlos J. Finlay en la exhibición de arte de ciudadanos de tercera generación.

Estimado residente del Distrito 8:

Para mí es un gran honor representarle. Como servidores públicos, tanto mi personal como yo, trabajamos para ustedes. Nos hemos comprometido con la causa de un gobierno ético, lo que significa actuar responsablemente y rendir cuentas a la comunidad y a ustedes.

Nuestro Orgullo:

Felicidades al equipo de ajedrez de la escuela intermedia Rockway, quienes ganaron el primer lugar en el torneo Nacional de Ajedrez. 5,200 estudiantes participaron en el torneo y los Caballeros de Rockway se llevaron el gran premio y 20 premios individuales.

El Distrito 8 honró a los ciudadanos de tercera generación con una exhibición de arte en el colegio elemental Dr. Carlos J. Finlay. Artistas de cinco centros participaron y disfrutaron compartiendo su arte con los estudiantes del colegio

¡Muchas felicidades a todos los estudiantes magníficos del Distrito 8!

**Respetuosamente,
Marta Pérez y su personal
Escuelas Públicas del Condado de Miami-Dade**



Dr. Pérez and artists at the Senior Citizen's Art Exhibit

La Dra. Pérez y artistas en la exhibición de arte de ciudadanos de tercera generación.

PRESORT STD.
US POSTAGE
PAID
MIAMI, FL
PERMIT NO. 2460

1450 N.E. 2nd Avenue, Suite 700
Miami, FL 33132

Fall 2005 Volume 10 Edition 14



Dra. Marta Pérez
305-995-2794
district8@dadeschools.net



Miami-Dade County Public Schools
Escuelas Públicas del Condado de Miami-Dade

News

from Dr. Marta Pérez

District 8
School Board Member

**Trust
Reform
Accountability
Ethics**



**Confianza
Reforma
Responsabilidad
Ética**



NOTICIAS

de la Dra. Marta Pérez

Miembro de la Junta Escolar
por el Distrito 8

Nutrition News!



According to the Centers for Disease Control, most young people in the United States make poor eating choices that put them at risk for health problems. Establishing healthy eating habits at a young age is critical because changing poor eating patterns in adulthood can be difficult. Schools can help young people improve health habits by implementing effective wellness policies and health educational programs.

On March 16, 2005, my office sponsored an item requesting the formulation of a school wellness policy in compliance with the child nutrition and reauthorization act of 2004.

The purpose of this policy is to ensure that students have access to food that meets their nutrient requirements and promotes health and fosters learning. The Department of Food and Nutrition has been working tirelessly to formulate this policy and to offer healthy selections in our school cafeterias. Below you will find a list of new menu items being offered to our students throughout the upcoming school year.

Free and Reduced Price Meals



Elementary school students may buy lunch for \$1.25 and secondary school students for \$1.50. Breakfast is free for all students. The National School Lunch and School Breakfast Programs as administered by Dade County Public Schools provides free and reduced priced meals for children unable to pay the full price. All students from the same household, regardless of attendance at different schools, are to be listed on one (1) family application and returned to one of the children's school site of attendance. The use of a family application reduces the paperwork burden on the family when applying for meal benefits.

Healthy Menu Selections:



Milk: Reduced fat content (2%), low fat (1%), skim milk or chocolate-flavored (0.5%) milk is now being offered.

Cheese: Regular American cheese will be replaced with "light" cheese, reducing the fat content by about 50% resulting in 30% fewer calories and reducing sodium by 120 milligrams per serving (76%).

Pizza: White-flour crust pizza will be replaced with whole-grain crust pizza using lower fat cheese topping; hot dog and hamburger buns and rolls be made with whole wheat flour.

Juices: The 100% juices are now fortified with Vitamin C and Calcium with amounts to meet 1/3 RDA's, which is the requirement of the Federal regulations governing the National School Lunch and School Breakfast programs.

Feature Menu Items: Fajita chicken tortilla wraps; Asian chicken salads and wraps; southwestern-style salad, fruit and low fat yogurt salads and vegetarian wraps with black beans.

¡Noticias Nutritivas!



Según los centros para el control de las enfermedades, en los Estados Unidos, la mayoría de los jóvenes seleccionan los alimentos de una forma deficiente, lo cual los pone en riesgo de padecer de problemas de salud. Establecer hábitos alimenticios saludables en la juventud es de importancia vital porque cambiar patrones de alimentación deficientes cuando ya se es un adulto puede resultar difícil. Las escuelas pueden ayudar a las personas jóvenes a mejorar sus hábitos alimenticios implementando políticas de bienestar físico eficaces y programas educacionales para la salud.

El 16 de marzo de 2005, mi oficina auspició una propuesta mediante la cual se solicitaba la formulación de una política oficial en cuanto al bienestar físico en cumplimiento de la ley de nutrición infantil y reautorización de 2004. El propósito de dicha política es el de asegurar que todos los estudiantes tengan acceso a alimentos que satisfagan sus requisitos en lo que respecta a los nutrientes, promuevan la salud y fomenten el aprendizaje. El Departamento de Alimentos y Nutrición ha trabajado incansablemente a fin de formular esta política oficial y para ofrecer opciones saludables en nuestras cafeterias escolares. A continuación encontrará una lista de los nuevos renglones del menú que se ofrecerán a nuestros estudiantes durante el presente curso escolar.

Las Comidas Escolares Gratis y a Precios Rebajados



Los estudiantes de las escuelas primarias pueden adquirir sus almuerzos por \$1.25 y los estudiantes de las escuelas secundarias por \$1.50. El desayuno es gratis para todos los estudiantes. Los Programas Nacionales de Almuerzos y Desayunos Escolares según son administrados por las Escuelas Públicas del Condado de Miami-Dade proporcionan comidas gratis y a precios rebajados a los niños que no pueden pagar el precio total. Independientemente de que asistan a diferentes escuelas, todos los estudiantes de una misma familia se incluyen en una (1) solicitud familiar que se devuelve a la escuela a la que asiste uno de los niños. El uso de una sola solicitud por familia reduce el volumen de documentos que la familia debe llenar para solicitar los beneficios de las comidas escolares.

Las Opciones Saludables



de Nuestros Menús:

La leche: La leche con un contenido de grasas reducido (2 por ciento), la leche de bajo contenido de grasas (1 por ciento), la leche desnatada o con sabor de chocolate (0.5 por ciento) que se está ofreciendo ahora.

El queso: El queso Americano regular será reemplazado por el queso "light" o bajo en calorías, reduciendo el contenido de grasa en aproximadamente un 50 por ciento, lo que resulta en un 30 por ciento menos calorías y reduciendo el sodio 120 miligramos por porción (76 por ciento).

La pizza: La pizza con corteza de harina blanca será reemplazada por la pizza con corteza integral y una cubierta de queso bajo en grasas; los panecillos de los perros calientes y las hamburguesas serán hechos con harina integral.

Los jugos: Los jugos al 100 por ciento ahora vendrán fortalecidos con vitamina C y calcio en cantidades que satisfacen una tercera parte de lo que se requiere por día, lo cual es requisito de las regulaciones federales que rigen a los Programas Nacionales de Almuerzos y Desayunos Escolares.

Otras comidas del menú: Enrollados de fajitas de pollo y tortilla de maíz, ensaladas y enrollados de pollo al estilo asiático y ensaladas al estilo "southwestern", ensaladas de frutas y yogurt bajo en grasas y enrollados vegetarianos con frijoles negros.