

# Healthy Living Newsletter for Schools

MARCH 2021



## B3: BRAIN, BODY, BOOST!

Looking for new resources for the new year? SelectHealth has you covered with B3: Brain Body Boost! This free program provides you with ready-to-use lesson plans, activities, and resources that align with the Utah Health Education Curriculum, while rewarding you with school supplies for your classroom. It's easy to sign up – go to [B3kids.com](http://B3kids.com), choose the Sign Up button, and enter your information. From there, you're ready to start earning points to get the school supplies you need!



## SCHOOL FOOD PANTRIES:

Do you have a school pantry? Would you like additional support and resources? Get Healthy Utah has funding available to assist school pantries in obtaining healthy foods for students and families. Reach out to Morgan Hadden at [info@gethealthyutah.org](mailto:info@gethealthyutah.org) for more information.



## MONTHLY MENTAL HEALTH TIP:

Building resilience can help us bounce back from disappointments. Try practicing positivity, building healthy relationships, and thinking creatively to solve problems. For more ideas on how to build resilience, click [HERE!](#)

## ABOVE AND BEYOND SPOTLIGHT

Carol Williams spends countless hours at our school. She always plans fun activities for our students. She makes copies and substitutes when needed. She runs our safety patrol and monitors the lunch room. Honestly there is nothing she won't do for our school. She is also a very caring person who gives and gives. We are so blessed to have her at Lake Ridge!



## BEAT THE STREET VIRTUAL ASSEMBLIES

We are pleased to announce that the SafeRoutes. Utah Beat the Street assemblies are officially available online!

If you are interested in having your students participate in the virtual experiences, please visit [saferoutes.Utah.gov/assembly](http://saferoutes.Utah.gov/assembly)



If you would like activity books and/or reflective slap bracelets for your students, please contact Mercedes Maestas at [mmaestas@slco.org](mailto:mmaestas@slco.org). Please coordinated with others in your school so we can send all of them at the same time.



**SL** SALT LAKE COUNTY  
HEALTH DEPARTMENT

SUBSCRIBE TO OUR NEWSLETTER ANY TIME BY VISITING: [HTTPS://FORMS.GLE/DZBQ1RWQHPSAOZ19](https://forms.gle/DZBQ1RWQHPSAOZ19)

# Healthy Living Newsletter for Schools

MARCH 2021



## B3: BRAIN, BODY, BOOST!

¿Busca nuevos recursos para el nuevo año? SelectHealth le puede ayudar con B3: Brain Body Boost! Este programa gratuito le brinda planes de lecciones, actividades y recursos que se alinean con el plan de estudios de educación para la salud de Utah, mientras lo recompensa con útiles escolares para su salón de clases. Es fácil registrarse: vaya a B3kids.com, elija el botón Registrarse e ingrese su información. A partir de ahí, ¡está listo para comenzar a ganar puntos para obtener los útiles escolares que necesita!



## DESPENSAS DE ALIMENTOS ESCOLARES:

¿Tienes una despensa de comida escolar? ¿Le gustaría apoyo y recursos adicionales? Get Healthy Utah tiene fondos disponibles para ayudar a las despensas de comida escolares a obtener alimentos saludables para los estudiantes y las familias. Comuníquese con Morgan Hadden en [info@gethealthyutah.org](mailto:info@gethealthyutah.org) para obtener más información.



## CONSEJO MENSUAL DE SALUD MENTAL:

Desarrollando la resiliencia puede ayudarnos a recuperarnos de las decepciones. Intente practicar la positividad, construir relaciones saludables y pensar de manera creativa para resolver problemas. ¡Para obtener más ideas sobre cómo desarrollar la resiliencia, haga clic **AQUI!**

## MÁS ALLÁ DE LOS REFLECTORES

Carol Williams pasa incontables horas en nuestra escuela. Ella siempre planea actividades divertidas para nuestros estudiantes. Hace copias y sustituye cuando es necesario. Ella dirige nuestra patrulla de seguridad y monitorea el comedor. Honestamente, no hay nada que ella no haga por nuestra escuela. También es una persona muy cariñosa que da y da. ¡Estamos muy bendecidos de tenerla en Lake Ridge!



## BEAT THE STREET ASAMBLEAS VIRTUALES

¡Nos complace anunciar que las asambleas de Safe Routes Utah Beat the Street están oficialmente disponibles en línea!

Si está interesado en que sus estudiantes participen en las experiencias virtuales, visite [saferoutes.Utah.gov/assembly](https://saferoutes.Utah.gov/assembly)



Si desea libros de actividades y / obrazetes reflectantes para sus estudiantes, comuníquese con Mercedes Maestas en [emmaestas@slco.org](mailto:emmaestas@slco.org). Coordine con otros en su escuela para que podamos enviarlos a todos al mismo tiempo.



**SL** SALT LAKE COUNTY  
HEALTH DEPARTMENT

SUSCRÍBASE A NUESTRO BOLETÍN EN CUALQUIER MOMENTO VISITANDO: [HTTPS://FORMS.GLE/DZBQ1RWQHPD5AOZ19](https://forms.gle/DZBQ1RWQHPD5AOZ19)