

RAPPAHANNOCK COUNTY PUBLIC SCHOOLS

information for parents

fruit & vegetable intake

2019–2020 assessment of students

During the 2019–2020 school year we will measure fruit & vegetable intake in students from Rappahannock County Public Schools (RCPS). We want to see how changes around food in our schools like salads in the cafeterias, new menu options, and taste tests may improve student health. These efforts are led by the C2BF program.

What will happen?

Students will get a score for their fruit & vegetable intake using a device that shines an LED light (like in a common flashlight) on the child's finger for about 25 seconds. The device is called the VEGGIE METER®. A team of evaluators from Brigham Young University (BYU) is partnering with C2BF to gather this information.

This measurement will be done at both the Elementary and High School in the fall and spring of this school year.

What if I don't want my child to be measured?

Please contact Dr. Alisha Redelfs (BYU) at 801.422.6442 or alisha_redelfs@byu.edu with questions or concerns.

If you still decide to opt out, no later than Wed. August 21st, please provide your child's full name, your name, and the child's school, teacher and grade by leaving a message at **801.422.6442** or by filling in this form:

http://bit.ly/C2BF_optout2019

Key details

Confidentiality. Your child's name will be replaced with an ID number and their name will never be included in any reports or presentations.

Data. Your child's results will be kept in a secure place and will be retained by the evaluators.

Benefits. When they receive their score your child will learn about healthy lifestyles and the effects on their bodies.

Risk. This evaluation is low risk. The measurement is non-invasive and there is no chance of harm to your child.

Incentive. Your child will NOT get an incentive for participating.

Voluntary. Children can choose whether they want to participate. There is no penalty if they choose not to participate at any time.

Measurement. The VEGGIE METER® is a device that measures fruit and vegetable intake. We used it to measure a small group of RCHS students during 2018. The results indicated on average, students ate less fruits and vegetables over the summer than during the school year. Possible scores range from 30 to 800.

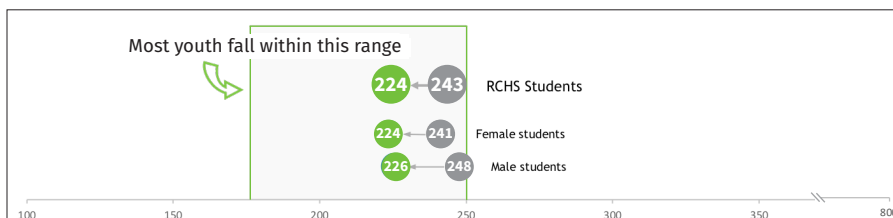


Elementary students try new fruits and vegetables regularly through C2BF.

THE C2BF PROGRAM

Commit to Be Fit (C2BF) is an award winning, grant funded, school supported program in our rural Virginia county that is geared towards creating a healthier culture in three key areas: cafeteria, classroom, and the community. Realizing that academic performance is strongly correlated to healthy minds and bodies, wellness and healthy lifestyles have become an integral part of our educational culture. C2BF is funded by a grant from the PATH Foundation.

Learn more about C2BF by visiting <https://www.rappc2bf.com> or follow @rappc2bf on Instagram.



Above: RCHS students ate more fruits and vegetables in May than Aug 2018 (higher score = more fruits & vegetables)



Above: Using the VEGGIE METER®

ESCUELAS PÚBLICAS DEL CONDADO DE RAPPAHANNOCK

información para padres

consumo de frutas y verduras

2019–2020 evaluación de estudiantes

Durante el año escolar 2019–2020 mediremos el consumo de frutas y verduras en estudiantes de las Escuelas Públicas del Condado de Rappahannock (RCPS). Queremos ver cómo los cambios en torno a los alimentos en nuestras escuelas, como las ensaladas en las cafeterías, las nuevas opciones del menú y las pruebas de sabor pueden mejorar la salud de los estudiantes. Este esfuerzo es liderado por el programa C2BF.

¿Lo que sucederá?

Los estudiantes obtendrán una puntuación por el consumo de frutas y verduras utilizando un dispositivo que enciende una luz LED (como el de una linterna) en el dedo del niño durante unos 25 segundos. El dispositivo se llama VEGGIE METER®.

Un equipo de evaluadores de la Universidad Brigham Young (BYU) junto con el programa C2BF recopilará esta información.

Esta medición se realizará tanto en la escuela primaria como en la secundaria en el otoño y la primavera de este año escolar.

Que pasa si no quiero que midan a mi hijo/a?

Comuníquese con la Dra. Alisha Redelfs (BYU) al 801.422.6442 o envíe un correo a alisha_redelfs@byu.edu si tiene preguntas o inquietudes.

Si decide no participar, a más tardar el miércoles, 21 de agosto, proporcione el nombre completo de su hijo, la escuela, el maestro y el grado escolar del niño/a dejando un mensaje al **801.422.6442** o llenando este formulario:

http://bit.ly/C2BF_optout2019

Detalles clave

Confidencialidad. El nombre de su hijo/a se reemplazará con un número de identificación y su nombre nunca se incluirá en ningún informe o presentación.

Data. Los resultados de su hijo/a estarán en un lugar seguro y los evaluadores los guardarán.

Beneficios. Su hijo aprenderá sobre estilos de vida saludable y los efectos que tiene en su cuerpo cuando reciba sus resultados.

Riesgos. Esta evaluación es de bajo riesgo. Las mediciones no son invasivas y no existe la posibilidad de dañar a su hijo/a.

Incentivo. Su hijo/a NO recibirá ningún incentivo por participar.

Voluntario. Los niños pueden elegir si quieren participar. Si deciden no participar en cualquier momento, no hay ninguna penalidad.

Mediciones. El VEGGIE METER® es un aparato que mide el consumo de frutas y verduras. Lo hemos utilizado para medir estudiantes de RCPS durante los dos últimos años escolares. Los resultados promedio de los estudiantes estuvieron cerca de los niveles mas altos normalmente vistos para los jovenes de esta edad. Posibles resultados varían de 300 a 800.



Los estudiantes de primaria prueban nuevas frutas y verduras regularmente en C2BF.

EL PROGRAMA C2BF

Commit to Be Fit (C2BF) es un programa galardonado, subsidiado y apoyado por la escuela en nuestro condado rural de Virginia y está orientado a crear una cultura más saludable en tres áreas clave: cafetería, salón de clases y la comunidad. Al darse cuenta de que el rendimiento académico está estrechamente relacionado con mentes y cuerpos sanos, el bienestar y los estilos de vida saludables se han convertido en una parte integral de nuestra cultura educativa. C2BF es financiado por una subvención de la Fundación PATH.

Aprenda más sobre C2BF visitando <https://www.rappc2bf.com> o siguiendo @rappc2bf en Instagram.



Arriba: Estudiantes de RCHS comieron mas frutas y verduras en Mayo que Agosto 2018 (mas alto = mas frutas y verduras)



Arriba: Medición con el VEGGIE METER®