

# VIVIR SALUDABLE EN LIVINGSTON



Octubre 2021  
Actualización -Mt. Morris

Nuestro objetivo es ayudarte a alimentarte mejor, moverte más, y estresarte menos!

## Completado

1. Recopilación de datos por la organización Common Ground Health
2. Reuniones de partes interesadas (Supt., alcalde y Supervisor de la Ciudad)
3. Presentación a las partes interesadas (Junta Escolar, Junta de la Villa, Junta Municipal, Socios para el Progreso)
4. Evaluación del Índice de Salud Escolar
5. Grupos De Enfoque (Pre-COVID)- Rotativo
6. Resolución firmada
7. Evaluación de las necesidades de la comunidad/ Encuesta en línea de Grupos Focales
8. Recolección de fotos de actividades saludables locales



## Progreso

1. Desarrollar un plan para la comunidad de comunicación autosostenible para alimentarse mejor/moverse más/estresarte menos vía Facebook/sitios Web/impresos
2. Analizar datos e intervenciones medibles basadas en evidencias
3. Desarrollo del Comité Directivo
4. Aumentar el acceso a alimentos saludables
5. Mapeo de activos recursos locales para la actividad física



## Futuro

1. Plan de Trabajo Comunitario
2. Política/práctica escolar: políticas de bienestar para profesores y políticas de nivel de actividad para pre-k-12
3. evaluación del lugar de trabajo y cambio de políticas/practicar
4. Cambios medioambientales en la comunidad (ej. parque, senda o sendero)
5. Actividades y oportunidades educativas



Construir una comunidad saludable requiere un esfuerzo de amplia difusión. Familias, funcionarios, gobernantes, educadores, dueños de negocios, líderes religiosos y proveedores de atención médica; todos los miembros de la comunidad deben unirse con el objetivo común de mejorar la salud. Alimentarse bien, estar físicamente activos, educarnos a nosotros mismos, apoyar a nuestros jóvenes y utilizar los recursos de la comunidad son los componentes clave para una vida comunitaria saludable. Estamos trabajando para proporcionar los recursos necesarios en Mt. Morris— necesitamos su ayuda para poner estos recursos en acción y hacer de Mt. Morris un lugar saludable para vivir.

Juntos, podemos y viviremos Saludablemente en el Mount. ¡Morris!

\*\* Correo electrónico [BeWell@gvhp.org](mailto:BeWell@gvhp.org) o visite [www.gvhp.org](http://www.gvhp.org) para más información\*\*