



ਪੰਜਟਿਕ ਭੋਜਨ ਅਤੇ ਸਰੀਰਕ ਗਤੀਵਿਧੀ ਬਾਰੇ ਸਕੂਲ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਦਾ ਮੁਲਾਂਕਣ ਮਾਤਾ-ਪਿਤਾ ਜਾਣਕਾਰੀ ਪੱਤਰ

ਪਿਆਰੇ ਮਾਤਾ-ਪਿਤਾ/ਸਰਪ੍ਰਸਤ,

ਕੈਲੀਫੋਰਨੀਆ ਦੀ ਯੂਨੀਵਰਸਿਟੀ, ਨਿਊਟ੍ਰੀਸ਼ਨ ਪਾਲਿਸੀ ਇੰਸਟੀਚਿਊਟ (Nutrition Policy Institute, NPI) ਇਹ ਪਤਾ ਲਗਾਉਣ ਲਈ ਇੱਕ ਸਕੂਲ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਦਾ ਮੁਲਾਂਕਣ ਕਰ ਰਹੀ ਹੈ ਕਿ ਕੀ ਇਸ ਨਾਲ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਬਿਹਤਰ ਖਾਣ ਅਤੇ ਸਰੀਰਕ ਤੌਰ 'ਤੇ ਵਧੇਰੇ ਕਿਰਿਆਸ਼ੀਲ ਰਹਿਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਮਿਲਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਸਾਲ ਦੇ ਵਾਰ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਇਸ ਬਾਰੇ ਇੱਕ ਸੰਖੇਪ ਸਰਵੇਖਣ ਪੂਰਾ ਕਰਨ ਲਈ ਕਿਹਾ ਜਾਵੇਗਾ ਕਿ ਉਹ ਕੀ ਖਾਂਦਾ/ਖਾਂਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਉਸ ਦੀਆਂ ਸਰੀਰਕ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਕੀ ਹਨ। ਸਕੂਲੀ ਦਿਨ ਦੌਰਾਨ ਸਰਵੇਖਣ ਵਿੱਚ ਲਗਭਗ 30 ਮਿੰਟ ਜਾਂ ਇਸ ਤੋਂ ਘੱਟ ਸਮਾਂ ਲੱਗੇਗਾ।

ਸਰਵੇਖਣਾਂ ਨੂੰ ਇਕੱਤਰ ਕਰਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਉਹਨਾਂ ਦਾ ਕੀ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ?

ਸਾਰੇ ਜਵਾਬ ਗੁਪਤ ਹੋਣਗੇ। ਇਕੱਤਰ ਕੀਤੇ ਗਏ ਡੇਟਾ ਨੂੰ ਰਿਪੋਰਟਾਂ ਅਤੇ ਪੇਪਰਾਂ ਲਈ ਸੰਖੇਪ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇਗਾ, ਅਤੇ ਕਦੇ ਵੀ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਨਾਮ ਦਾ ਜ਼ਿਕਰ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇਗਾ। ਕਾਗਜ਼ੀ ਸਰਵੇਖਣਾਂ ਨੂੰ ਸਥਾਨਕ ਸਿਹਤ ਵਿਭਾਗ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਤਾਲਾਬੰਦ ਕੈਬਿਨੇਟ ਵਿੱਚ ਸਟੋਰ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇਗਾ, ਜਿੱਥੇ ਇਸ ਪ੍ਰੋਜੈਕਟ ਲਈ ਡੇਟਾ ਨੂੰ ਸੰਖੇਪ ਕਰਨ ਲਈ ਕੰਮ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਸਿਹਤ ਵਿਭਾਗ ਦੇ ਕਰਮਚਾਰੀ ਹੀ ਉਹਨਾਂ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚ ਬਣਾ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਪ੍ਰੋਜੈਕਟ ਦੇ ਸਮਾਪਤ ਹੋਣ ਤੋਂ 3 ਸਾਲਾਂ ਬਾਅਦ ਕਾਗਜ਼ੀ ਸਰਵੇਖਣ ਨਹੀਂ ਕੀਤੇ ਜਾਣਗੇ। ਔਨਲਾਈਨ ਕੀਤੇ ਗਏ ਸਰਵੇਖਣਾਂ ਦੀ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਪਛਾਣ ਨਹੀਂ ਕੀਤੀ ਜਾਵੇਗੀ, ਭਾਵ, ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਚਾ ਸਰਵੇਖਣ ਵਿੱਚ ਆਪਣੇ ਨਾਮ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਬਿਲਕੁਲ ਨਹੀਂ ਕਰੇਗਾ। NPI ਖੋਜਕਰਤਾਵਾਂ ਕੋਲ ਕਦੇ ਵੀ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਪਛਾਣ ਕਰਨ ਵਾਲੀ ਕਿਸੇ ਵੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚ ਨਹੀਂ ਹੋਵੇਗੀ।

ਕੀ ਕੋਈ ਅਜਿਹੇ ਕਾਰਨ ਹਨ ਕਿ ਭਾਗੀਦਾਰੀ ਮੇਰੇ ਬੱਚੇ ਲਈ ਮਾੜੀ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ?

ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦੁਆਰਾ ਸਰਵੇਖਣ ਨੂੰ ਪੂਰਾ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਖਰਚ ਕੀਤਾ ਸਮਾਂ ਅਸੁਵਿਧਾਜਨਕ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਪਰ ਇਹ ਸਕੂਲੀ ਦਿਨ ਵਿੱਚ ਦਖਲ ਨਹੀਂ ਦੇਵੇਗਾ। ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਭਾਗੀਦਾਰੀ ਕਿਸੇ ਵੀ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਲਈ ਉਸਦੀ ਯੋਗਤਾ ਨੂੰ ਪ੍ਰਭਾਵਤ ਨਹੀਂ ਕਰੇਗੀ ਅਤੇ ਉਸਦੇ ਗ੍ਰੇਡਾਂ ਨੂੰ ਕਿਸੇ ਵੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਨਹੀਂ ਕਰੇਗੀ। ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਭਾਗੀਦਾਰੀ ਲਈ ਬਹੁਤ ਘੱਟ ਜੋਖਮ ਹੈ।

ਕੀ ਮੇਰੇ ਬੱਚੇ ਲਈ ਭਾਗੀਦਾਰੀ ਦੇ ਲਾਭ ਹੁੰਦੇ ਹਨ?

ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਭਾਗੀਦਾਰੀ ਸਾਨੂੰ ਪੇਸ਼ਣ ਅਤੇ ਸਰੀਰਕ ਗਤੀਵਿਧੀ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮਾਂ ਨੂੰ ਬਿਹਤਰ ਬਣਾਉਣ ਬਾਰੇ ਸਿੱਖਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰੇਗੀ, ਜਿਸ ਨਾਲ ਭਵਿੱਖ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਲਾਭ ਮਿਲ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਅਧਿਐਨ ਦੇ ਨਤੀਜੇ ਸੰਭਾਵੀ ਤੌਰ 'ਤੇ ਇਸ ਕਿਸਮ ਦੇ ਪੇਸ਼ਣ ਅਤੇ ਸਰੀਰਕ ਗਤੀਵਿਧੀ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮਿੰਗ ਵਿੱਚ ਭਾਗ ਲੈਣ ਵਾਲੇ ਸਾਰੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਲਾਭ ਪਹੁੰਚਾਉਣਗੇ।

ਕੀ ਮੈਂ ਬਾਅਦ ਵਿੱਚ ਆਪਣਾ ਮਨ ਬਦਲ ਸਕਦਾ/ਸਕਦੀ ਹਾਂ?

ਹਾਂ। ਨਾਲ ਹੀ, ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਚਾ ਕਿਸੇ ਵੀ ਸਮੇਂ ਭਾਗ ਨਾ ਲੈਣ ਦੀ ਚੋਣ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਭਾਗੀਦਾਰੀ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਸਵੈਇੱਛਤ ਹੈ।

ਜੇਕਰ ਮੇਰੇ ਕੋਈ ਸਵਾਲ ਹਨ, ਤਾਂ ਮੈਨੂੰ ਕੀ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ?

ਅਧਿਐਨ ਕੋਆਰਡੀਨੇਟਰ Amanda Linares ਨਾਲ amlinares@ucanr.edu, 916-200-5188 'ਤੇ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ

ਅੱਗੇ ਕੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ?

ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਸਰਵੇਖਣ ਵਿੱਚ ਭਾਗ ਲੈਣ ਲਈ ਤਿਆਰ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਹੋਰ ਕੁਝ ਕਰਨ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਨਹੀਂ ਹੈ।

ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਸਰਵੇਖਣ ਵਿੱਚ ਭਾਗ ਲੈਣ ਲਈ ਤਿਆਰ ਨਹੀਂ ਹੋ, ਤਾਂ ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਹੇਠਾਂ ਦਸਤਖਤ ਕਰੋ ਅਤੇ ਅਗਲੇ 3 ਦਿਨਾਂ ਵਿੱਚ ਇਸਨੂੰ ਸਕੂਲ ਵਿੱਚ ਵਾਪਸ ਭੇਜੋ।

ਮੈਂ ਇਹ ਨਹੀਂ ਚਾਹੁੰਦਾ/ਚਾਹੁੰਦੀ ਕਿ _____ (ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦਾ ਨਾਮ) ਭਾਗ ਲਵੇ:

ਮਾਤਾ-ਪਿਤਾ ਦਾ ਨਾਮ: _____

ਮਾਤਾ-ਪਿਤਾ ਦੇ ਦਸਤਖਤ: _____ ਮਿਤੀ: _____