

Escreva o nome da Escola, do distrito ou Região Autónoma em que se insere e a Sessão em que participa (Básico ou Secundário). O projecto de Recomendação tem de respeitar os seguintes limites de texto: exposição de motivos – 3300 caracteres (incluindo espaços); cada medida – 850 caracteres (incluindo espaços). Confira estes limites no seu texto antes de copiar e colar nos espaços previstos.

Identificação da Escola: Escola Básica Integrada de Ribeira Grande
Circulo: Açores
Sessão: Básico

Projecto de Recomendação:

Exposição de motivos: (considerações ou argumentos que justificam ou enquadram as medidas propostas)

Actualmente, pensamos que há cada vez menos tempo para uma alimentação saudável porque o nosso estilo de vida obriga-nos muitas vezes a saltar refeições e a não praticar exercício físico e inclusivamente a utilizar substâncias nocivas para mantermo-nos em actividade perante as exigências do mundo actual.

Considerando que a maioria dos nossos alunos da nossa unidade orgânica consome diariamente produtos açucarados e salgados e não acompanha as refeições, com saladas, nem bebe água e leite, nas quantidades recomendadas.

Medidas propostas: (redigir com clareza e objectividade, sem alíneas)

1. Propomos que se acabe com a venda de produtos açucarados e com elevado teor calórico nas escolas, pois é fundamental que haja coerência entre os princípios de alimentação racional contemplados no currículo, a oferta alimentar da escola e o modelo transmitido pelos adultos de referência (professores e auxiliares de acção educativa nas escolas e pais em casa) para que a obesidade deixe de ser a doença do século e para que haja um equilíbrio entre a energia gasta e energia consumida.

2. Solicitamos que todas as refeições sejam acompanhadas por vegetais frescos porque estes fornecem as vitaminas e os sais minerais que necessitamos segundo a roda dos alimentos e

Escreva o nome da Escola, do distrito ou Região Autónoma em que se insere e a Sessão em que participa (Básico ou Secundário). O projecto de Recomendação tem de respeitar os seguintes limites de texto: exposição de motivos – 3300 caracteres (incluindo espaços); cada medida – 850 caracteres (incluindo espaços). Confira estes limites no seu texto antes de copiar e colar nos espaços previstos.

que haja um controlo mais apertado da sua qualidade e segurança alimentar por parte dos organismos competentes, bem como o controlo do seu consumo, nas cantinas das escolas.

3. Considera-se igualmente de extrema importância a promoção nas escolas de uma alimentação saudável. Esta promoção poderá ser feita, e será mais eficaz, com a participação dos alunos em feiras dos alimentos, clubes escolares, sessões de educação alimentar, envolvimento dos alunos na confecção dos produtos vendidos na escola, entre outras.