

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 e Secundária de Velas |
| Círculo: Açores  |
| Sessão: Básico   |

## Projecto de Recomendação:

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

A alimentação e saúde são essenciais para o desenvolvimento de qualquer ser humano, principalmente o dos jovens porque estão em crescimento. Sem haver uma alimentação saudável, os jovens não podem ter um crescimento equilibrado e assim ter saúde. Sem uma alimentação equilibrada, uma boa saúde, bem-estar psicológico e físico, não poderão exercer as actividades de tempos livres, educacionais e profissionais de uma forma qualitativa e equilibrada. Para que os jovens tenham um crescimento adequado a Escola Básica e Secundária de Velas apresenta as seguintes medidas e os motivos que as sustentam:

1- Colocação de um(a) nutricionista em todas as escolas.

A importância de colocar um nutricionista nas escolas é pelo facto de os jovens estarem numa idade em que necessitam de ajuda para conseguirem ter uma alimentação equilibrada, pois muitos não se alimentam de maneira adequada. Os jovens não sabem e não reconhecem a importância de uma alimentação equilibrada para o seu perfeito desenvolvimento físico e psicológico. A introdução de um nutricionista é essencial para regular a alimentação nas cantinas e bares escolares, tornando desta forma a escola num verdadeiro centro de educação, não apenas mental, mas também físico.

2- Criação da disciplina de saúde. Onde se inclui: educação sexual, educação alimentar, primeiros socorros, alcoolismo e toxicodependências.

A razão desta medida é educar os alunos para estes poderem ter uma vida mais cuidada e saudável, visto que a disciplina de saúde tem grande influência na vida futura dos jovens. A importância desta disciplina é dar uma educação sobre como saber viver com consciência a

*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.*

vida adolescente.

A Educação Sexual é um factor de grande importância, porque é na adolescência que os jovens iniciam a vida sexual. A importância desta disciplina passa por transmitir a influência das doenças sexualmente transmissíveis na futura vida social dos jovens.

A Educação Alimentar passa por mostrar como ter uma alimentação saudável.

As aulas de Primeiro Socorros são muito importantes, porque nunca sabemos quando é que vamos precisar de utilizar os Primeiros Socorros.

O álcool e a dependência das drogas são apenas dois dos problemas que afectam a adolescência e é preciso que os jovens fiquem cientes do mal que estas drogas lhes podem causar para o resto da vida adulta.

3- Criação de uma associação comunitária principalmente direccionada aos jovens que já deixaram a escola. com o nome: Aprender a Curtir.

Esta Associação tem como objectivo levar a educação aos jovens que, por algum motivo, já saíram da escola.

Outro dos objectivos desta Associação é de mostrar aos jovens que podem aprender e curtir a vida ao mesmo tempo, assim, os jovens que podem continuar a aprender, divertindo-se, isto tudo com maior facilidade.

Esta Associação consiste em organizar actividades de modo a cativar a população jovem levando-a a aprender e, ao mesmo tempo divertindo-se.

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

1. Colocação de um(a) nutricionista em todas as escolas.

2. Criação da disciplina de saúde. Onde se inclui: educação sexual, educação alimentar, primeiros socorros, alcoolismo e toxicodependências.

*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.*

3. Criação de uma associação comunitária principalmente direccionada aos jovens que já deixaram a escola. com o nome: Aprender a Curtir.