

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 Basica Integrada Fialho de Almeida -Cuba
Circulo: Beja
Sessão: 3º ciclo

Projecto de Recomendação:

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

Vivemos numa época em que a alimentação sofre todo o género de distúrbios que poderão vir a causar grandes problemas de saúde aos mais jovens (que abusam de alimentos bastante calóricos que poderão causar diabetes, obesidade, problemas de artroses, entre outros), provenientes de alimentação pouco regrada trazida para Portugal por influências da fast food. É, pois, necessário reflectir sobre a alimentação saudável, bem como incentivar a prática desportiva para que, em conjunto, se possa potenciar o crescimento de jovens saudáveis.

Actualmente, a alimentação começa a ser cada vez mais uma preocupação, tanto para o cidadão comum como para os pais, educadores e professores. Proporcionar aos jovens uma alimentação saudável passa pela educação, alertando para a diferenciação dos alimentos saudáveis e daqueles que, à partida, poderão acarretar mais problemas de saúde quando ingeridos em excesso.

Na base desta problemática, e sensibilizados para uma boa educação alimentar, os alunos desta escola vêm propor uma melhoria nos hábitos alimentares de todos os que frequentam este espaço escolar, melhorando assim a sua qualidade de vida.

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

1. • Sejam desenvolvidas acções de formação para as funcionárias da cantina para que estas se informem acerca dos pratos mais saudáveis e qual a forma mais adequada para

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.

cozinhar os alimentos de uma forma prática, imaginativa e económica;

2. • Na escola não existam máquinas automáticas de chocolate ou de bebidas gaseificadas que são muito anunciadas na televisão ou em vários jornais e revistas e que na realidade levam a aumentar bastante o número de calorias ingerido pelos jovens;

3. • No bar da escola não se possam comprar «alimentos gordos» (ou que facilitam o aumento de peso) durante as horas de almoço tais como bolos, bolachas, chocolates e que sejam disponibilizados a compra de alimentos saudáveis como por exemplo: peças de fruta.