

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: Secundária Dr. António Carvalho de Figueiredo
Círculo:
Sessão: Básico

### **Projecto de Recomendação:**

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

A obesidade e a falta de cuidados com a alimentação da maioria dos jovens constituem um problema que, por muito que afecte um elevado número de pessoas, não é levado a sério pelos órgãos da administração pública responsáveis por estas matérias.

A sociedade actual criou um parâmetro de elegância que tem levado muitos jovens a entrarem em dietas incorrectas que têm como consequência a anorexia e a bulimia.

Estes problemas afectam o bem-estar físico e, consequentemente, o psicológico, o social e, no que a nós jovens diz mais respeito, o nosso rendimento escolar.

Uma boa alimentação é, por isso, a base de uma vida saudável e de uma sociedade que se pretende construtiva.

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

1. Colocação de um psicólogo clínico/nutricionista, com horário completo nas escolas, ou agrupamento de escolas, de modo a participar na orientação e elaboração das ementas do bar e refeitório; acompanhar os alunos nos seus procedimentos diários relativos à alimentação e, nos casos mais problemáticos e devidamente diagnosticados, realizar um acompanhamento para além da escola, junto dos encarregados de educação, dando desta forma uma resposta mais rápida do que aquela que se consegue através do Serviço Nacional de Saúde.

*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.*

2. Implementação de um Menu Dieta opcional, em todas as refeições servidas no refeitório.

3. As máquinas existentes na escola devem ser modificadas, de modo a apresentar uma variedade maior de produtos, mais saudáveis, nomeadamente fruta, sumos naturais, bolachas integrais e outros alimentos de baixo teor calórico, indicados pelos psicólogos clínicos/nutricionistas colocados na escola.