

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 EB 2,3 DE REBORDOSA
Circulo: PORTO
Sessão: BÁSICO

Projecto de Recomendação:

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

A alimentação é um dos factores do ambiente que mais afectam a saúde. Já não basta ter acesso a bens alimentares. É necessário "saber comer" - saber escolher os alimentos de forma e em quantidades adequadas às necessidades diárias, ao longo de diferentes fases da vida. O papel da família na educação alimentar dos jovens é inquestionável, mas a escola e o jardim-de-infância, assumem uma particular importância.

O nosso projecto baseia-se em dois pilares de âmbito nacional e local: a informação/sensibilização, que pode gerar uma melhoria nos hábitos alimentares e na saúde e a actividade física, complementar para uma boa qualidade de vida. Sobretudo estes, pois achamos que a proibição, quer através de leis, quer de restrições, por si só, não é totalmente eficaz.

Por isso, no primeiro, entendemos que só uma colaboração entre o Ministério da Educação, o Ministério da Saúde e as Universidades, nomeadamente a faculdade de Ciências (Nutricionismo), a de Motricidade Humana e de Psicologia, podem concretizar, a nível nacional, programas que promovam a Educação para a Saúde em meio escolar. Campanhas de informação e sensibilização; iniciativas legislativas que regulem a publicidade de produtos nocivos à saúde dos jovens; programas de prevenção e intervenção efectiva no meio escolar, com psicólogos, nutricionistas bem como os médicos de família. Professores e técnicos de saúde devem ter uma intervenção coordenada para promover e manter a saúde da comunidade educativa e da comunidade envolvente.

A actividade física é para o indivíduo um forte meio de prevenção de doenças, a par da alimentação equilibrada; para os governos é um dos métodos com melhor custo-efectividade na promoção da saúde de uma população. A prática regular de actividade física e o desporto beneficiam, física, social e mentalmente, o desenvolvimento equilibrado dos jovens.

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.

Concretizar, a nível local, um programa de actividades que complementem o plano de actividades das escolas, tarefa a cargo de cada Autarquia. Assim, a Autarquia deve promover iniciativas e criar infra-estruturas, que melhorem a qualidade de vida dos seus habitantes em estreita colaboração com as Escolas. Realizar feiras de produtos saudáveis; divulgar a agricultura e os produtos biológicos; apoiar a criação de cursos de culinária saudável para jovens, Pais e educadores; promover campanhas sobre os benefícios do consumo de água para o nosso organismo; criar parques de lazer e desporto ao ar livre para todas as idades (não esquecendo os Seniores); promover a ocupação dos tempos livres dos jovens, não apenas nas férias escolares, com actividades desportivas e culturais, com o apoio de monitores, animadores culturais, de forma a combater a vida sedentária de muitos dos nossos jovens.

Jovens informados hoje, Adultos saudáveis no futuro!

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

1. Criar um plano regular de intervenção nacional de gabinetes de apoio, com técnicos de saúde, nas escolas, que desenvolvam campanhas de informação/sensibilização, rastreios e acompanhamento dos jovens. Seria fundamental a parceria com os Centros de Saúde e as Faculdades (alunos em formação, através de estágios e investigação)

2. Promover a prática da Educação Física. Esta atitude deve continuar, no caso do desporto escolar, a promover o acesso gratuito, com mais modalidades e em horários flexíveis, mesmo aos jovens que já não frequentem a escola. Mas a medida mais urgente seria a obrigatoriedade de frequência de Educação Física, gratuita, do pré-escolar ao ensino universitário.

3. As Autarquias devem promover a Saúde Pública juntamente com as Escolas apoiando e organizando actividades que sensibilizem a população para o tema e criando infra-estruturas

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 incentivem as boas práticas e a qualidade de vida. Deve ainda coordenar uma verificação da qualidade da alimentação fornecida às Escolas