

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: Agrupamento de Escolas de Valdevez
Circulo: Viana do Castelo
Sessão: Básico

Projecto de Recomendação:

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

Vivemos numa sociedade de consumo – consumo de massas, em que as famílias não têm tempo para conviver, auscultar e resolver os seus problemas, proceder aos cuidados de higiene e alimentação saudável, entre outros, causando prejuízos na saúde dos seus elementos, por vezes de valor irreparável.

A obesidade infantil (entre outras doenças) tem aumentado drasticamente, nestes últimos anos, tendo como principal causa a má alimentação das crianças, sobretudo nos primeiros anos de vida.

Mostra-se necessária uma maior sensibilização das famílias para terem uma alimentação saudável, de forma a mentalizarem-se que, o ritmo de vida desenfreado, dando prioridade à profissão, à promoção e ascensão social/ profissional, em prejuízo da vida familiar, terá a médio ou longo prazo consequências nefastas para os respectivos elementos, a nível da saúde, podendo perder o maior bem: a qualidade de vida e por vezes a própria vida.

Por isso, mostra-se insuficiente a sensibilização feita a nível dos Hospitais, Centros de Saúde e outras instituições públicas, exigindo-se uma maior intervenção, inclusive promover acções junto das famílias de forma a ensinar-lhes como confeccionar “comidas divertidas” com alimentos saudáveis, promover maior higiene e exercício físico, de forma a afastar as crianças do excesso de sedentarismo.

Sabemos que muitas crianças têm permissão dos encarregados de educação para saírem das escolas, aproveitando este facto para fazerem as refeições nos estabelecimentos comerciais de fast-food, instalados por vezes junto das escolas. Por isso, entendemos que a Escola tem um papel determinante ao oferecer refeições agradáveis, que respeitem as recomendações da Roda dos Alimentos, necessárias ao desenvolvimento dos seus alunos.

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.

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

1. Sensibilizar e mentalizar as Famílias para procederem a uma alimentação saudável, evitando o fast-food.

2. Promover hábitos de higiene alimentar e exercício físico, como forma de atingir maior qualidade de vida.

3. Confeccionar refeições na Escola de um modo mais apelativo, constante das recomendações da Roda dos Alimentos, de forma a fornecer uma alimentação racional e equilibrada.