

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: E.B Gomes Eanes de Azurara de Mangualde
Circulo: Viseu
Sessão: Básico

### **Projecto de Recomendação:**

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

CONSIDERANDO QUE:

\* O tema proposto pelo projecto Parlamento dos Jovens "Alimentação e Saúde" foi actual e oportuno.

\*Que é urgente tomar medidas no sentido de inculcar nos jovens e na população em geral bons hábitos alimentares, que terão como consequência uma melhor saúde pessoal e pública.

\*Os jovens cometem inúmeros erros alimentares e que tais erros, levarão a que sejam adultos com doenças relacionadas com distúrbios alimentares, tais como hipertensão; colesterol elevado; doenças cardiovasculares...

\* Os Jovens de hoje em dia não têm uma alimentação adequada, recorrendo muitas vezes ao fast-food, o que influencia a evolução da diabetes e da obesidade .

\*Os Jovens não incluem na sua alimentação diária produtos essenciais( legumes, frutos, lacticínios,...) que minimizam e/ ou evitam determinadas doenças.

\*A não apropriação de bons hábitos alimentares acarretam consequências drásticas, quer a nível de saúde pessoal, quer a nível de saúde pública, quer ainda, no orçamento do Estado e na economia do País.

*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.*

Nesta perspectiva, os deputados da E.B. 2,3 Gomes Eanes de Azurara recomendam à Assembleia da República a adopção das seguintes medidas;

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

1. Implementação de Gabinetes ou Equipas de Apoio aos Jovens, em todas as escolas do País, destinadas à promoção da alimentação saudável, constituída por equipas multidisciplinares( médicos, psicólogos, nutricionistas, ), com funções preventivas ao nível de informação/ sensibilização sobre hábitos alimentares saudáveis, bem como funções curativas, designadamente no apoio/tratamento e acompanhamento de jovens com distúrbios alimentares, possibilitando um trabalho directo com os jovens, num espaço do horário de cada turma.

2. Solicitamos aos nossos governantes que incentivem e motivem para a prática da Agricultura Biológica, com a implementação de apoios financeiros e benefícios fiscais. Para que assim, os produtos oriundos desta actividade cheguem a preços mais acessíveis aos consumidores e se generalize o consumo destes produtos que são, sem dúvida, mais benéficos para a saúde.

3. Propomos , a implementação, em todas as escolas do Ensino Básico, de aulas práticas de culinária saudável, como actividades de tempos livres. Onde os jovens poderão aprender, através da prática, algumas formas de cozinhar saudavelmente, poupando nas gorduras, no sal, no açúcar e introduzindo produtos mais saudáveis, na confecção das mesmas, sem, no

*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.*

entanto, perderem o sabor.

Actividades onde a teoria será posta em prática, onde os alunos serão agentes actuates e interventivos.