

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 Sec./3 de Latino Coelho - Lamego
Circulo: Viseu
Sessão: Básico

Projecto de Recomendação:

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

As medidas apresentadas pretendem sensibilizar os adolescentes e jovens para as graves consequências que uma alimentação desequilibrada e desregulada pode ter na saúde, com o risco de provocar diabetes e obesidade nos casos da ingestão de alimentos com elevado teor de açúcar.

Dado que diversos estudos científicos têm vindo a demonstrar que uma alimentação rica em frutos, vegetais e outros nutrientes proporciona um melhor desempenho escolar e uma vida mais saudável, consideramos urgente sensibilizar a população escolar para a adopção de boas práticas alimentares.

Temos conhecimento que algumas escolas do distrito de Viseu ainda não incluem verduras em quantidades razoáveis em todas as refeições prestadas nas suas cantinas, pelo que consideramos prioritária a existência de um(a) nutricionista em cada uma das escolas (ou agrupamento de escolas) responsável pela verificação das ementas confeccionadas nas suas cantinas.

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

1. Proibir a venda nos buffets das escolas de alimentos com elevado teor de açúcar, alertando os alunos para os perigos inerentes ao consumo deste tipo de alimentos altamente calóricos.

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. Promover junto da comunidade escolar, nomeadamente dos alunos, através de panfletos, anúncios e cartazes (realizados em Área de Projecto, Formação Cívica e outras áreas disciplinares) a importância da adopção de uma alimentação saudável, equilibrada, variada e rica em nutrientes.

3. Promover uma maior variedade de ementas nas cantinas escolares, incluindo em todas as refeições verduras em quantidades razoáveis, com a obrigatoriedade das ementas serem aprovadas por nutricionistas a contratar pelas escolas.