

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 Secundária/3 de Vila Nova de Paiva
Círculo: Viseu
Sessão: Básico

## Projecto de Recomendação:

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

Os alunos gostariam de visitar um doente internado num Hospital de modo a vivenciarem/observarem in loco a realidade e questionarem médicos/enfermeiros/familiares sobre a situação vivida antes e durante o desenvolvimento das doenças ( bulimia, anorexia, ortorexia e obesidade).

Mostraram ainda a vontade de estar em contacto directo, na escola com um indivíduo que testemunhe a sua vivência comportamental/emocional/física/ familiar a nível da doença por si contraída e que através do seu exemplo demonstre/mostre os malefícios e dificuldades sentidas perante as atitudes tomadas, dando exemplos dos passos necessários para superar a doença. Sugerem que todas as escolas apostem numa alimentação saudável, diversificada e apelativa, a baixo preço, como incentivo à adesão dos alunos.

Nos refeitórios, a nutricionista deveria aconselhar pessoalmente os alunos dos benefícios de uma refeição equilibrada e indicar as quantidades suficientes, tendo em conta as necessidades individuais.

Para os alunos aderentes a uma alimentação saudável deveria haver apoio através de uma verba.

Os alunos sentem a necessidade de haver um site on-line para esclarecimentos/aconselhamento personalizado sobre os temas em questão, uma vez que têm dificuldade de se abrirem com as pessoas conhecidas.

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

1. Campanhas de sensibilização sobre a bulimia, anorexia, ortorexia e obesidade com testemunhos reais e com a vivência presenciada em Hospitais/testemunho individual na escola e uma obrigatoriedade de uma alimentação saudável, equilibrada e personalizada, não

*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.*

só dentro do espaço escolar mas também na área envolvente da escola e na área residencial, suportada por um site on-line atractivo, confidencial e simples

2.

3.