

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 Básica dos 2º e 3º Ciclos Dr. Manuel de Brito Camacho, Aljustrel
Círculo: Beja
Sessão: Ensino Básico

Projecto de Recomendação:

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

A saúde é determinada por diversos factores, tais como a hereditariedade, o meio ambiente e alguns aspectos relacionados com os estilos de vida, como a alimentação.

A alimentação é uma das necessidades básicas da vida, fornecendo-nos as substâncias nutritivas necessárias à formação e manutenção dos tecidos orgânicos, a energia destinada à actividade física e os nutrientes reguladores dos processos orgânicos.

Os hábitos alimentares criam-se desde muito cedo, por isso é importante iniciar a sua educação quando os comportamentos e atitudes ainda não se encontram enraizados. As escolas desempenham um papel de extrema importância no desenvolvimento da capacidade crítica dos jovens, de forma a possibilitar-lhes a tomada de opções conscientes, no que diz respeito à alimentação. A educação ou promoção de uma alimentação saudável deverá fazer parte do currículo de educação para a saúde.

Os estudos realizados junto da população escolar mostram dados preocupantes no que diz respeito à relação idade-peso-altura. É necessário inverter a tendência e por isso propomos as seguintes medidas.

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

1. Elaborar ementas equilibradas e adequadas aos diferentes regimes alimentares para o Refeitório, recorrendo para tal a nutricionistas ou outros técnicos de saúde com os quais as

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.

escolas devem (man) ter parcerias, tal como é estipulado na legislação referente à Educação para a Saúde.

2. Reduzir a oferta de açúcar e gorduras, não disponibilizando nos Buffets bolos com creme, chocolates, sumos açucarados e batatas fritas.

3. Estimular o consumo de fruta, iogurtes, sandes com vegetais, sumos naturais e batidos, através da criação de semanas nacionais de diferentes produtos e da colocação de máquinas de sumos naturais em todas as escolas.