

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 E.B. 2,3 Egas Moniz - Guimarães
Circulo: de Braga
Sessão: Escolar

Projecto de Recomendação:

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

O tema da Alimentação e Saúde, suscitou uma reflexão sobre a urgência de mudarmos hábitos alimentares e alertar para as consequências de uma alimentação desequilibrada. Reflectimos também, que esta mudança, passa por uma acção continuada e concertada entre várias Instituições como a Escola, o Centro de Saúde e a Família. Não basta identificar as necessidades e problemas dos alunos, é também necessário que essas instituições ofereçam respostas integradas e de proximidade, que passem por facilitar o acesso dos alunos aos profissionais da saúde, em contexto escolar.

Foi também observado que nem sempre a Escola proporciona, através dos seus bares, um consumo de alimentos saudáveis, situação esta que deve merecer um olhar atento.

Constatamos ainda, que grande parte dos erros alimentares se deve a dietas monótonas e ao desconhecimento de novos alimentos, das suas potencialidades e versatilidade culinária. É necessário que os alunos se habituem a ver a saúde como um bem comum e como uma responsabilidade individual, não privilegiando unicamente o consumo dos alimentos que lhes dão mais prazer.

Em face desta reflexão, decidimos propor as medidas que à frente enumeramos.

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

1. Haver um nutricionista em cada escola ou sede de agrupamento que esteja disponível para atendimento dos alunos e promoção de Palestras/Acções de Formação para os Alunos, Professores, Funcionários e para os Encarregados de Educação.

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 a introdução de novos alimentos/produtos alimentares no bar da escola, tais como: fruta, sandes saudáveis e variados tipos de pão, reduzindo ao mesmo tempo os doces e os refrigerantes.

3. Divulgar em todos os bares do Agrupamento a roda dos alimentos e dar a conhecer, de forma periódica e sistemática, a grande variedade de alimentos saudáveis, bem como as suas propriedades e multiplicidade de aplicações culinárias.