

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 EB 2,3 Paulo Quintela-Bragança
Circulo: Bragança
Sessão: Básico

Projecto de Recomendação:

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

Ao longo dos tempos a alimentação desempenhou um importante papel na história da humanidade. Apesar de existirem recursos alimentares para todos, verifica-se ainda, um grande desequilíbrio na distribuição alimentar, conduzindo assim à ocorrência de doenças características dos países desenvolvidos (obesidade, diabetes, cancro, doenças cardiovasculares), e doenças características dos países em desenvolvimento (malnutrição, carências nutricionais globais e específicas).

Todos sabemos que os hábitos alimentares, o exercício físico e o ambiente que nos rodeia são essenciais para a nossa saúde.

Uma alimentação saudável envolve a escolha de alimentos, não só para manter o peso ideal, mas também para garantir uma saúde plena. Devemos variar rotativamente os alimentos, como forma de evitar excessos ou deficiências de nutrientes fundamentais. É importante sabermos escolher os alimentos mais nutritivos e prepará-los de forma a que não se percam as suas capacidades nutritivas.

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

1. Oferta generalizada de soluções saudáveis no bar das escolas, nomeadamente a venda de sandes saudáveis, pão integral, fruta e sumos naturais.

2. Promover campanhas de divulgação de regras alimentares junto dos pais, bem como um

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.

acompanhamento dos alunos pais propensos a doenças do fórum alimentar, por pessoal técnico especializado.

3. Fazer um controle rigoroso de publicidade a produtos alimentares.