

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: COLEGIO DE QUIAIOS
Circulo: Distrito de Coimbra
Sessão: Básico

Projecto de Recomendação:

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

1. Implantar comida mais saudável no bar da escola, através da criação de um "pack saudável". Neste pack, a comunidade educativa encontraria apenas alimentos naturais, tais como: sumos naturais, batidos naturais de fruta e fruta pronta a comer "descascada e cortada". Assim, os alunos teriam uma alternativa natural e saudável face aos restantes alimentos que se vendem nos bares das escolas, como sandes, bolos, ...
2. Implementar dois pratos principais nas cantinas das escolas. Um seria de comida "normal" e o outro seria de dieta, mais rico em vegetais. O objectivo seria que a comunidade educativa, se apercebe-se das vantagens de uma alimentação mais regrada e no futuro opta-se por esse tipo de alimentação.
3. A criação de um gabinete de apoio ao aluno, prende-se no facto da necessidade de dar apoio a alunos que têm problemas de saúde, como a obesidade, anorexia, bulimia... Problemas, estes que afectam a vida académica e pessoal dos alunos e que estes têm pouco à vontade para conversar, quer seja com a família, quer seja com professores e muitas vezes até com os próprios amigos. Assim, o gabinete serviria como um espaço de prevenção, através da organização de eventos na escola que divulgassem a importância de uma alimentação saudável, mas também como um espaço de diagnóstico deste tipo de doenças e consequente encaminhamento para os centros de saúde ou para médicos especialistas, com o respectivo conhecimento e autorização do encarregado 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.

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

1. Implementação de comida mais saudável no bar da escola e criação de um “pack saudável”. Comida saudável - sumos naturais, batidos de fruta e fruta pronta para consumo (descascada e cortada). Pack saudável – iria conter vários alimentos diversificados e naturais.

2. Implementar em todas as cantinas das escolas dois pratos principais, sendo que um seria de “dieta”, ou seja, mais direccionado para a comida saudável, biológica e rica em vegetais.

Para isso, o Governo seria pressionado, através de petições ou abaixo-assinados que seriam entregues na Assembleia da República, para aumentar o orçamento da alimentação por aluno, de forma a que as escolas, pudessem investir em alimentos com qualidade superior, por ex. alimentos biológicos.

3. Criação de um Gabinete de Apoio aos Alunos para a prevenção/resolução de doenças ligadas com a alimentação. (Por ex. : Bulimia; Anorexia; Obesidade)