

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: EBI de Alverca (Colégio José Álvaro Vidal)
Circulo: Lisboa
Sessão: Básica

### **Projecto de Recomendação:**

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

Cada vez mais são introduzidos, na dieta alimentar da população portuguesa, alimentos de teor altamente calórico e prejudiciais à saúde que levam a um aumento do risco de doenças cardiovasculares e obesidade. Neste sentido, é necessário tomar medidas que alterem estes comportamentos e levem a uma alimentação mais saudável e equilibrada, tendo em conta as porções definidas na Roda dos Alimentos.

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

1. Legislar no sentido de restringir a oferta e a venda de alimentos ricos em gorduras, açúcares e sal e proibir a publicidade desses produtos no espaço escola, uma vez que a oferta desses alimentos com alto teor de açúcares (mais que 10% do VDR - Valor Diário Recomendado), gorduras saturadas (mais que 10% do VDR), e Sódio, mais que 400 mg, pode levar ao desenvolvimento de doenças crónicas.

2. Promover acções de formação/sensibilização destinadas às famílias dos alunos no sentido de promover uma alimentação saudável nos seus lares, mostrando a importância e responsabilidade da sua participação neste processo.

*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.*

3.