

Identificação da Escola: Escola Secundária Mouzinho da Silveira
Circulo: Portalegre
Sessão: Básico

Projecto de Recomendação:

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

Há cada vez mais crianças obesas em Portugal, crianças essas que optam por uma vida de gula e de excessos, uma vida prejudicial. O desejo pelos alimentos mais calóricos e menos benéficos para a saúde são a principal causa da chamada " Doença do século XXI" . A escola, o sitio onde os jovens passam a maior parte do seu tempo, oferece uma alimentação principalmente a nível de bares e máquinas de venda automática que nada é benéfico para a saúde da comunidade educativa. Nós perguntamos: o que há a fazer? Que medidas há a tomar? Pois bem, é neste contexto e pensando na saúde e bem estar da comunidade educativa que nós, representantes da Escola Secundária Mouzinho da Silveira, apresentamos as nossas medidas. Consideramos de extrema importância a existência de dois tipos de pratos saudáveis, porque muitas vezes os alunos quando não lhes agrada a comida consomem refeições de Fast Food fora da escola; não falando dos alunos vegetarianos que devido às suas escolhas alimentares não podem almoçar na escola. Todas estas ementas deverão ser elaboradas por especialistas em nutrição. Posto isto as nossas medidas são:

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

1. Os bares e cantinas deveriam ter mais variedade de alimentos que deveriam ser mais saudáveis. Deveria ainda poder existir a venda de fruta e produtos saudáveis em máquinas de venda automática. Deste modo, a comunidade educativa poderia comprar alimentos durante o período de encerramento do bar.

2. Introdução de dois tipos de pratos saudáveis (peixe ou carne e dieta) elaborados por especialistas

nas ementas diárias das escolas. Deveriam ser introduzidas saladas variadas para alunos vegetarianos e para o resto da comunidade educativa.

3. Deveria fazer parte da equipa de apoio da Escola pelo menos um nutricionista.