

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 Profissional de Ponte de Lima |
| Círculo: Viana da Castelo                                     |
| Sessão: Básico  |

### Projecto de Recomendação:

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

Numa sociedade cada vez mais sedentária e com níveis de obesidade a aumentar urge a necessidade de implementar medidas que combatam estes problemas.

O ritmo de vida cada vez mais intenso, faz com que deixemos de ter tempo para nos preocuparmos com uma alimentação correcta, devemos por isso tentar sensibilizar as pessoas para o tempo necessário que devemos dedicar à nossa alimentação,

Para contornar estes obstáculos sugerimos a implementação das seguintes medidas:

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

1. Promover acções de sensibilização para uma alimentação saudável.
2. Promover sessões de ginástica ou outros desportos de cardio-fitness na escola.
3. Implementar uma lista de alimentos saudável, a ser disponibilizados no bar.