

# Parlamento dos Jovens

## Alimentação e saúde



• O programa “Parlamento dos Jovens” é uma iniciativa da Assembleia da República (AR) dirigida aos jovens do **2º e 3º ciclos do ensino básico** e do **ensino secundário** que culmina com a realização de duas Sessões Nacionais na AR.

O Parlamento dos Jovens tem vários objectivos perante a sociedade e sobretudo os jovens, entre estes podemos salientar os seguintes: Incentivar o interesse dos jovens pela participação cívica e política; Sublinhar a importância da sua contribuição para a resolução de questões

que afectam o seu presente e o futuro individual e colectivo, fazendo ouvir as suas propostas junto dos órgãos do poder político; Dar a conhecer o significado do mandato parlamentar e o processo de decisão da Assembleia da República (AR), enquanto órgão representativo de todos os cidadãos portugueses; Incentivar as capacidades de argumentação na defesa das ideias, com respeito pelos valores da tolerância e da formação da vontade da maioria.

O programa desenvolveu-se em

três fases: A 1ª fase foi na escola (até 23 de Janeiro), a 2ª foi a nível distrital (de 2 a 24 de Março) e por fim, a 3ª fase a nível nacional que se realizou na Assembleia da República a 20 e 21 de Abril.



### Nesta edição:

1ª Fase : Na escola 1

2ª Fase : Sessão Distrital - em Loures 2

3ª Fase : Sessão Nacional - na Assembleia da República 2

Visita ao Palácio de S. Bento 3

Opiniões dos nossos deputados 3

Alimentação— Algumas actividades na Escola 4

• Em nome de todos os participantes neste projecto, gostávamos de agradecer a todos os alunos que participaram e fizeram com que tudo isto se pudesse concretizar. Sem eles não teríamos ido onde chegamos. Obrigado

## 1ª Fase : Na escola

Começámos por criar as nossas próprias listas (A, B e C) e foi feita assim a campanha eleitoral, de 12 a 16 de Janeiro onde se divulgaram as ideias de cada uma das listas, mas no dia 16 do mês, no último dia de campanha, tiveram que retirar o

material utilizado na campanha. Nesse mesmo dia houve também um debate entre as listas que foi a apresentação mais específica destas.

No dia 20 de Janeiro (2ª feira) foram feitas

as eleições onde saiu vencedora a lista B. No dia 22 de Janeiro realizou-se a sessão escolar onde foram discutidas as ideias de todas as listas e decidimos quais seriam as melhores medidas para representar a escola e quais os deputados eleitos. Foram eleitas Maria Ana Santos, Ana Bárbara Correia e Madalena Bastos

## 2ª Fase : Sessão Distrital

Depois da fase escolar e todo aquele processo, realizou-se então a sessão distrital, realizada a 2 de Março de 2009 em Loures. Ao chegarmos estavam presentes 21 círculos eleitorais, 352 escolas, 1254 alunos no qual são 902 deputados e 352 suplentes. Depois de uma longa discussão e diferentes opiniões trazidas por todas as 352 escolas, as 5 escolas que mais foram votadas, e no qual iam representar o círculo de Lisboa na sessão nacional, foram a Escola Secundária do Prof. Reynaldo dos Santos no qual a porta-voz do nosso círculo fazia parte, Inês Pereira, a Escola Secundária com 3º Ciclo do Ensino Básico do Dr. António Carvalho Figueiredo, a nossa escola São Gonçalo, a Escola Básica 2.3 de

S. Bruno, o Mundo da Criança e por fim o Centro Educativo Navarro de Paiva. As medidas que foram aprovadas para serem apresentadas na Assembleia da República foram as seguintes: **1.** A Educação Alimentar deve ser uma prioridade do Programa Nacional de Saúde, que deve oferecer gratuitamente consultas com médicos nutricionistas com horário completo nas escolas. Nos casos problemáticos e devidamente diagnosticados, os nutricionistas devem realizar um acompanhamento junto

das famílias, no sentido de promover os bons hábitos alimentares. O Programa Nacional de Saúde deverá contemplar projectos, em parceria com as Escolas, que incentivem as crianças e os jovens a adoptar uma alimentação saudável. **2.** Atribuir uma responsabilidade civil às grandes superfícies comerciais, à publicidade e aos órgãos de comunicação social em geral, no sentido de promoverem e incentivarem o consumo de produtos biológicos, adoptando uma política de preços diferenciados, baixando os preços dos alimentos considerados mais saudáveis e essenciais a uma alimentação equilibrada e económica.



**Alguns alunos presentes na sessão.**

## 3ª Fase : Sessão Nacional na Assembleia da República

A Sessão Nacional do Parlamento dos Jovens do ensino básico realizou-se na Assembleia da República nos dias 20 e 21 de Abril, onde estiveram presentes 128 jovens deputados eleitos em escolas do 2º e 3º ciclos do ensino básico de todo o país, e também no círculo de Fora da Europa, representado pela Escola Portuguesa de Macau e também, todos os seus jornalistas e professores.

Organizada em dois dias, esta sessão Nacional teve início com reuniões das quatro Comissões Parlamentares no dia 20 de Abril, a partir das 14h. Os trabalhos deste dia terminam com

**“(...) realizou-se na Assembleia da República nos dias 20 e 21 de Abril, onde estiveram presentes 128 jovens deputados...”**

uma actuação musical pelo grupo “Jovens Vozes de Lisboa”, que teve lugar na Sala do Senado, pelas 18h30.

No dia 21, às 10h, teve lugar a Sessão Plenária que aprovou uma Recomendação à Assembleia da República sobre o tema ([http://app.parlamento.pt/webjovem2009/documentos/Recomendacao\\_a\\_provida.pdf](http://app.parlamento.pt/webjovem2009/documentos/Recomendacao_a_provida.pdf)), representado o culminar das acções desenvolvidas ao lon-

go de cerca de sete meses nas escolas participantes, com abertura solene pelo Presidente da Assembleia da República e com a presença da Ministra da Educação.



**Fotografia de todos os 128 deputados presentes na Sessão Nacional. (sala do Senado)**



**Maria Ana Santos, Ana Bárbara Correia e Madalena Bastos à entrada da Assembleia da República.**

## Visita ao palácio de S.Bento

O Parlamento representa todos os cidadãos portugueses e tem como funções fazer as leis do nosso país e fiscalizar a actividade do Governo.

Assume a designação de Assembleia da República após a Revolução de 25 de Abril de 1974, com a aprovação da Constituição de 1976. A AR está instalada num antigo Mosteiro beneditino, cuja construção se iniciou cerca de 1598 que foi



Sala do Senado

adaptado no séc. XIX para funcionar como Palácio das Cortes, por Decreto de D.Pedro IV.

A Escadaria Nobre do Palácio de S.Bento foi construída nos anos 30 do séc. XX, com um projecto arquitectónico de Miguel Ventura Terra reformulado em 1935 pelo arquitecto António Lino.

Os deputados têm de se organizar por grupos de

trabalho para analisarem as propostas de lei. Cada um destes grupos de trabalho constitui uma Comissão Parlamentar.

O Palácio é dividido por várias salas, no qual decorrem sessões todos os dias, excepto aos domingos e feriados. Temos o exemplo da Sala das Sessões e também a Sala do Senado, onde decorreu parte do Parlamento dos



## Opiniões dos nossos deputados

“Na minha opinião o Projecto “Parlamento dos Jovens” é bastante interessante não pelo desenvolvimento do tema mas também pelo desenvolvimento da vertente social.

Com a nossa participação na sessão distrital e depois nacional houve um grande progresso nas relações com os outros e

na expressão oral para um grande número de pessoas.

Com esta experiência pude realmente verificar o que era uma assembleia e uma sessão plenário, e como tudo isto se processa.

Foi bastante enriquecedor e pretendo voltar para o próximo ano!” Bárbara Correia

*“Foi bastante enriquecedor e pretendo voltar para o próximo ano!”*

“Foi uma experiência inigualável. Onde conhecemos desde estudantes de todas as partes do país até aos nossos direitos como cidadãos. Conhecer e estar presente na Assembleia da República foi algo inovador e maravilhoso para mim. Foi de certo uma experiência que

nunca irei esquecer .Obrigada por proporcionarem estes momentos a jovens cujos sonhos passam por estes tipos de aventuras e experiências.” Maria Ana Santos





## E.B 2.3 São Gonçalo



Obrigado São Gonçalo por nos ter apoiado e também à professora Maurícia Reis, que nos acompanhou desde o início.

[moodle.ag-sg.net](http://moodle.ag-sg.net)

**Jornalista Madalena Bastos**

Todo este projecto, toda esta experiência não só foi bastante enriquecedora para nós, mas como também uma maneira nova de conhecer novas pessoas de todo o país. E que muitos destes se tornaram nossos amigos.

Tivemos o prazer de partilhar diferentes opiniões, discutindo-as a aprender e também ficamos a conhecer melhor a Assembleia da República, o Parlamento e muito mais diversas coisas.

## Algumas actividades realizadas na nossa escola no âmbito da alimentação saudável

Projecto "Verdes na Cantina" – consiste no acompanhamento dos alunos durante o almoço na cantina, tem como objectivo principal o aumento do consumo de fruta e vegetais (sopa, salada/vegetais e fruta) que está a ser desenvolvido por equipas de alunos sempre acompanhados e orientados pela coordenadora da Educação Para a Saúde na Escola;

"Gabinete de Acompanhamento dos alunos com IMC elevado" – após o diagnóstico levado a cabo pelos professores de Educação Física, os alunos sinalizados foram encaminhados para serem acompanhados, após pedido de autorização aos respectivos Encarregados de Educação. Este acompanhamento está a ser desenvolvido, por uma enfermeira do CSTV, na escola.

Comemoração do Dia Mundial da Alimentação: Construção de uma Roda de Alimentos com alimentos reais – em Exposição na Sala de Alunos/Bufete – 16 de Outubro; Jogo da Glória – "Alimentação saudável e Actividade Física": consistiu na realização de um conjunto de actividades desportivas, no final os participantes recebiam uma peça de fruta e uma pulseira ou um marcador de livro, com frases alusivas à alimentação saudável ou prática desportiva, elaborados pelos alunos do 9º ano para o efeito. Esta actividade foi dinamizada pelos alunos do 9º ano e respectivas professoras de Ciências Na-

turais e Ciências Físico-químicas, tiveram como público-alvo todas as turmas em AP ou FC – 21 de Outubro; este jogo foi depois disponibilizado às escolas de 1º Ciclo e Jardins do Agrupamento, bem como fruta – para a comemoração deste dia;

Projecto "+ Saúde Alimentação e Actividade Física" – CMTV- a escola integra este projecto fazendo parte de um grupo de trabalho onde são discutidos questões e propostas estratégias e/ou actividades a desenvolver no âmbito desta temática, ao nível das escolas do concelho; Participação no concurso de produção de materiais de sensibilização: 2º e 3º prémios: "+Saúde ao Bufete" e "Jogo da Glória – Alimentação e Actividade Física";

Realização de 5 Workshops dirigidos a pais e Enc. de Educação – para as escolas do Agrupamento;

Participação na Feira da Juventude, Centro de Congressos de Lisboa, 20 de Março, onde entre outras actividades de fez uma mostra de trabalhos e projectos da Escola no âmbito da Alimentação - Educação para a Saúde na Escola;

Participação na Feira da Saúde, Promovida pela CMTV – 17,18 e 19 de Abril: Stand – tema: "Alimentação Saudável e Actividade Física" – Actividades desenvolvi-

dos: Avaliação do IMC, e medição da Tensão arterial – adultos; Actividades desportivas – crianças, jovens e público em geral; Hora do Conto infantil – Leitura de histórias relacionadas com a importância da alimentação para a saúde; Participação numa conferência sobre alimentação – Apresentação de projectos desenvolvidos na escola;

Sessões de sensibilização sobre "Alimentação Saudável" – serão realizadas na segunda semana de Junho para todas as turmas de 6º ano – dinamizadas por alunos do 9º ano em colaboração com a Prof. de CN/ Coordenadora de EPS;

Sorteio "Verdes na Cantina" – serão sorteados de 4 prémios, entre os alunos que se alimentam de forma equilibrada na cantina (sopa, salada e fruta), durante o evento serão desenvolvidas várias actividades de sensibilização neste âmbito;

