

Concurso Bolinho dos Santos



Regulamento

Considerando que:

1. A Liga Portuguesa Contra o Cancro assume-se como uma entidade de referência nacional no apoio ao doente oncológico e família, na promoção da saúde, na prevenção do cancro e no estímulo à formação e investigação em oncologia.
2. Tem como objetivos a divulgação da informação sobre o cancro e promover a educação para a Saúde, com ênfase para a sua prevenção; contribuir para o apoio social e a humanização da assistência ao doente oncológico, em todas as fases da doença; cooperar com as instituições envolvidas na área da oncologia, nomeadamente os Centros do Instituto Português de Oncologia Francisco Gentil e os Hospitais das Regiões Autónomas; manter um estilo de alimentação saudável, é ser ativo numa prevenção diária do cancro; cooperar com as instituições envolvidas na área da oncologia, nomeadamente os Centros do Instituto Português de Oncologia Francisco Gentil e os Hospitais das Regiões Autónomas; estimular e apoiar a formação e a investigação em oncologia; estabelecer e manter relações com instituições congéneres nacionais e estrangeiras; desenvolver estruturas para as prevenções primária e secundária, tratamento e reabilitação, isoladamente ou em colaboração com outras entidades; e defender os direitos dos doentes e dos sobreviventes de cancro.
3. Um dos melhores métodos preventivos para o cancro é a prática de uma alimentação saudável, isto é, variada e equilibrada (que inclua todo o tipo de nutrientes nas quantidades certas).
4. Atualmente não existe qualquer dúvida de que o excesso de gordura corporal, consumir muitas calorias e a falta de exercício físico estão associados a um risco aumentado de desenvolver muitos tipos de cancro, incluindo o cancro do esófago, colorrectal, mama, útero e rim.
5. Para diminuir o risco de cancro é importante ter uma alimentação variada e equilibrada: reduzir a quantidade total de gordura alimentar, aumentar o consumo de frutas, vegetais e cereais pouco polidos, reduzir o consumo de sal, de alimentos fumados, de açúcar refinado bem como de bebidas alcoólicas.

Neste âmbito, o **Concurso do Bolinho dos Santos** trata-se de uma iniciativa promovida pelo grupo dos hortelões da Quinta da Gordalina, sito em Marrazes, Leiria (Projeto Hortas Verdes – Hortas Comunitárias Biológicas), com o objetivo de angariação de fundos a reverter totalmente a favor da Liga Portuguesa Contra o Cancro.

O **concurso será realizado** no dia **31 de outubro de 2015** e será regido pelos seguintes pontos:

1. O concurso está aberto a todos os interessados;
2. Serão admitidos a concurso todos os bolinhos de confeção artesanal (não de compra);
3. A **inscrição no concurso** terá um custo de **2,5€** e deverá ser efetuada **até ao dia 27 de Outubro de 2015** através do email: hortasverdesgordalina@outlook.pt ou através do contacto 919 141 488 (Ana Rita), que reverterá integralmente para o peditório nacional da Liga Portuguesa Contra o Cancro;
4. **A entrega do bolinho deverá ser efetuada no dia 31 de Outubro de 2015, a partir das 14:00h até às 15:00h nas Hortas Verdes da Gordalina;**
5. Cada concorrente poderá entregar até 2 receitas diferentes sendo obrigatório o seu acondicionamento em embalagens descartáveis e devidamente identificadas com o número de inscrição;
6. O bolinho deverá ser acompanhado da respetiva receita;
7. Os júris serão nomeados pela organização do Concurso e serão em número ímpar;
8. Serão admitidos a concurso Bolinhos que serão classificados segundo os seguintes parâmetros, a saber: Apresentação – Sabor – Textura – Originalidade;
9. Compete ao Júri de Classificação classificar individualmente cada parâmetro, utilizando uma escala de 1 (uma) a 4 (quatro), resultando daí a ordem de classificação;
10. Será vencedor do Concurso, os bolinhos que obtiverem maior pontuação global;
11. Em caso de empate, proceder-se-á a uma segunda classificação entre os bolinhos empatados;
12. As decisões do júri não serão passíveis de recurso;
13. Os bolinhos serão pertença da Organização do Concurso;
14. Os Prémios a atribuir no Concurso serão: **1º Prémio** – um cabaz grande com produtos biológicos da horta; **2º Prémio** - um cabaz médio com produtos biológicos da horta; **3º Prémio** - um cabaz pequeno com produtos biológicos da horta;
15. Os Prémios serão entregues no próprio dia após o Concurso;
16. Os casos omissos neste Regulamento, serão resolvidos pela Organização, única competente para o efeito;
17. A participação neste Concurso implica a aceitação integral do presente Regulamento.

A Organização

Grupo dos hortelões da Quinta da Gordalina

15/10/2015