

# Kolory lata na talerzu - konkurs

Zgodnie z zapowiedzią, Gmina Mosina w ramach akcji #żyjzdrowo przystępuje do kolejnego etapu kampanii, który tym razem dotyczyć będzie promocji zdrowia oraz budowania własnej odporności. Jesteśmy w pełni sezonu na warzywa i owoce sezonowe, dlatego zapraszamy do udziału w konkursie na przepis kulinarny pt. **„Kolory lata na talerzu”** z wykorzystaniem warzyw i/lub owoców sezonowych. Nagrodami dla zwycięzców będą zestawy upominków kampanii #żyjzdrowo oraz produkty lokalne.

image not found or type unknown

Przepisy finalistów planujemy wydać w formie pliku do pobrania, aby jak najwięcej osób mogło z nich skorzystać i wypróbować we własnej kuchni. Zapraszamy do udziału i dzielenia się przepisami.

**O konkursie:** or type unknown

Konkurs - **„Kolory lata na talerzu”** jest skierowany do mieszkańców Gminy Mosina. Polega na przesłaniu autorskiego przepisu na danie z wykorzystaniem sezonowych warzyw i/lub owoców (np. przepis na dżem, konfiturę, sok, deser, zupę, sałatkę). Konkurs nie obejmuje przepisów na napoje alkoholowe w rozumieniu ustawy z dnia 26 października 1982 r. o wychowaniu w trzeźwości i przeciwdziałaniu alkoholizmowi ( Dz.U z 2019 r., poz. 2277) lub z wykorzystaniem alkoholu.

## Co zrobić, aby wziąć udział w konkursie?

- 1) Zapoznaj się z Regulaminem Konkursu opublikowanym na stronie [mosina.pl](http://mosina.pl) oraz na portalu społecznościowym: <https://pl-pl.facebook.com/gminamosina/>
- 2) Prześlij autorski przepis na danie z wykorzystaniem sezonowych warzyw i/lub owoców (np. przepis na dżem, konfiturę, sok, deser, zupę, sałatkę /).
- 3) Wyślij zgłoszenie na adres mailowy: [konkurs@mosina.pl](mailto:konkurs@mosina.pl) z dopiskiem **„Kolory lata na talerzu”**.
- 4) Zgłoszenia bez akceptacji nie będą brały udziału w Konkursie.
- 5) Jeden uczestnik może nadesłać dwa przepisy – wg wzoru zgłoszenia.
- 6) Do zgłoszenia należy dołączyć własnoręcznie wykonane autorskie zdjęcia zgłoszonej propozycji.
- 7) W konkursie można zgłaszać przepisy /realizacje z ubiegłego lub bieżącego sezonu.
- 8) Termin nadsyłania zgłoszeń od 20 sierpnia do 27 sierpnia 2020 roku.
- 9) Głosowanie poprzez portal społecznościowy Facebook odbędzie się w dniach 28 sierpnia do 3 września 2020 roku.
- 10) Rozstrzygnięcie konkursu odbędzie się 4 września 2020r. Wyniki zostaną opublikowane na stronie [mosina.pl](http://mosina.pl) oraz na portalu społecznościowym <https://pl-pl.facebook.com/gminamosina/>.
- 11) Dwudziestu uczestników, których prace zdobędą najwięcej „polubień” w nagrodę otrzyma zestawy upominków kampanii #żyjzdrowo oraz produkty lokalne.
- 12) Odbiór nagród odbędzie się w wyznaczony przez Organizatora Konkursu dzień. Zwycięzcy poinformowani zostaną o odbiorze nagród za pośrednictwem poczty e-mail w ciągu 7 dni od rozstrzygnięcia Konkursu.
- 13) Osoby biorące udział w konkursie wyrażają zgodę na opublikowanie nadesłanych przepisów wraz z fotografiami potraw na stronach internetowych Organizatora, portalu Facebook oraz w innych publikacjach.
- 14) Przepisy finalistów w zależności od ilości zgłoszeń zostaną wydane w formie pliku do pobrania, aby jak najwięcej osób mogło z nich skorzystać i wypróbować we własnej kuchni. Decyzję o publikacji podejmuje Organizator konkursu.
- 15) Szczegółowe informacje na temat Konkursu znajdują się w Regulaminie Konkursu oraz na stronach internetowych, w tym [mosina.pl](http://mosina.pl).

Zachęcając do zdrowego stylu życia przypominamy wszystkim naszym mieszkańcom dwa artykuły, które ukazały się w czerwcowym wydaniu Informatora Mosińskiego.

Pierwszy dotyczący wzmocnienia organizmu i nabywania odporności autorstwa Małgorzaty Mojzykiewicz Dietetyka i Specjalisty ds. Żywienia oraz Michała Stachurskiego, absolwenta AWF, trenera Tai Chi dotyczący ruchu i aktywności fizycznej.

Zapraszamy do lektury. Żyjmy zdrowo!

[RECEPTA NA WZMOCNIENIE ORGANIZMU](#)

[RUCH TO ZDROWIE](#)