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.



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:

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 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 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 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.

Regulamin konkursu

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

Pierwszy dotyczący wzmacniania organizmu i nabywania odporoności 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