**REGULAMIN KONKURSU NA PRZEPIS ZDROWEJ POTRAWY BOŻONARODZENIOWEJ
„ZDROWO NA ŚWIĄTECZNYM STOLE”**

1. **POSTANOWIENIA OGÓLNE**
	1. **Tytuł:** Konkurs na przepis zdrowej potrawy Bożonarodzeniowej „Zdrowo na świątecznym stole”.
	2. **Organizator:** Powiatowa Stacja Sanitarno-Epidemiologiczna w Sochaczewie,
	ul. Romualda Traugutta 18, 96-500 Sochaczew.
	3. **Współorganizatorzy/partnerzy:** Starostwo Powiatowe w Sochaczewie, ul. Marszałka Józefa Piłsudskiego 65, 96-500 Sochaczew.
2. **CEL KONKURSU**

Celem Konkursu jest promowanie zdrowego stylu życia i kreatywności w kuchni poprzez zachęcanie uczestników do przygotowania przepisu na zdrową potrawę świąteczną, a także promowanie regionalnego dziedzictwa kulinarnego oraz inicjowanie działań integrujących lokalną społeczność.

1. **ZAKRES TEMATYCZNY**

Konkurs polega na przygotowaniu przepisu na potrawę świąteczną, która nie tylko smakuje wybornie, ale także jest zdrowa. Przepis musi zawierać składniki, które promują zdrowe odżywianie. Zapomnijcie o nadmiarze tłuszczu, cukru i kalorii. Postawcie na owoce, warzywa, pełnoziarniste produkty oraz surowce zawierające pełnowartościowe białko.

1. **UCZESTNNICY KONKURSU**

Konkurs jest skierowany do wszystkich mieszkańców powiatu sochaczewskiego, którzy ukończyli 15 lat, a także przedstawicieli klas, szkół czy Kół Gospodyń Wiejskich.

1. **SPOSÓB ZGŁASZANIA SIĘ UCZESTNIKÓW**

Przepis z krótkim opisem, kartę zgłoszeniową (załącznik nr 1) oraz wypełnione oświadczenie z klauzulą informacyjną o przetwarzaniu danych osobowych (odpowiednio załącznik nr 2 dla pełnoletniego uczestnika lub załącznik nr 3 dla niepełnoletniego uczestnika) należy dostarczyć w wersji papierowej do siedziby Powiatowej Stacji Sanitarno-Epidemiologicznej w Sochaczewie,
ul. Romualda Traugutta 18, 96-500 Sochaczew lub do Wydziału Promocji, Kultury i Sportu Starostwa Powiatowego w Sochaczewie, pokój 110, ul. Marszałka Józefa Piłsudskiego 65, 96-500 Sochaczew. W przypadku prac wysłanych drogą pocztową, brana jest pod uwagę data wpływu pracy konkursowej.

1. **TERMINY**

Prace konkursowe należy wysyłać pocztą lub dostarczyć do Organizatora lub Partnera w terminie do 30 listopada 2023 roku. Ogłoszenie wyników Konkursu odbędzie się w niedzielę, 10 grudnia 2023 roku o godzinie 10:30 podczas kiermaszu „Boże Narodzenie na Mazowszu”, który odbędzie się w Hotelu Chopin, ul. Romualda Traugutta 21, 96-500 Sochaczew.

1. **ZASADY PRZEPROWADZANIA KONKURSU:**
	1. Uczestnicy Konkursu muszą przygotować własny przepis na zdrową potrawę świąteczną, zawierającą naturalne składniki.
	2. Przepis musi zawierać informacje dotyczące ilości składników wchodzących w skład potrawy oraz sposób przygotowania.
	3. Uczestnik musi opisać krótko (do 100 słów) dlaczego danie przedstawione w przepisie wpływa pozytywnie na zdrowie.
	4. Przepis musi być napisany w języku polskim.
	5. Organizator nie dopuszcza do udziału w Konkursie przepisów na napoje alkoholowe oraz ich promocji, zgodnie z art. 1 ust. 1 ustawy z dnia 26 października 1982 r. o wychowaniu w trzeźwości i przeciwdziałania alkoholizmowi (tj. Dz.U. z 2023 r., poz. 2151.).
	6. Wymagane jest od każdego uczestnika podpisanie oświadczenia o samodzielności wykonania pracy oraz klauzuli informacyjnej o przetwarzaniu danych osobowych (odpowiednio dla pełnoletnich i niepełnoletnich uczestników – załącznik 2 lub załącznik 3)
2. **SKŁAD KOMISJI KONKURSOWEJ**

W skład Komisji Konkursowej wchodzi 5 członków. W składzie Komisji musi znajdować się przynajmniej jeden specjalista w dziedzinie żywienia/dietetyk. Pracami Komisji kieruje Przewodniczący Komisji – Państwowy Powiatowy Inspektor Sanitarny w Sochaczewie.

1. **ZASADY OCENY**
	1. Przy ocenie zostaną wzięte pod uwagę kryteria takie jak kreatywność i lokalność związana
	z tradycją Świąt Bożego Narodzenia, a przede wszystkim wartość zdrowotna potrawy.
	2. Decyzje Komisji Konkursowej są ostateczne i niepodważalne.
2. **PRAWA AUTORSKIE**
	1. Uczestnicy pozostają właścicielami praw autorskich do swoich przepisów, ale zgadzają się na udostępnianie ich w ramach Konkursu oraz na potencjalne wykorzystanie przez Organizatora do celów promocyjnych.
3. **NAGRODY**
	1. W Konkursie zostaną przyznane nagrody za I, II i III miejsce oraz wyróżnienia.
	2. Nagrody zostaną ufundowane przez Starostwo Powiatowe w Sochaczewie.
4. **POSTANOWIENIA KOŃCOWE**
	1. Organizator zastrzega sobie prawo do zmiany regulaminu i warunków Konkursu.
	2. Organizator zastrzega sobie prawo do dyskwalifikacji uczestnika w przypadku naruszenia regulaminu.
	3. Organizator zastrzega sobie prawo zmiany liczby nagrodzonych uczestników.
5. **KONTAKT**
	1. Wszelkie pytania dotyczące Konkursu można kierować do działu Oświaty Zdrowotnej i Promocji Zdrowia Powiatowej Stacji Sanitarno-Epidemiologicznej w Sochaczewie na adres: sekretariat.psse.sochaczew@sanepid.gov.pl

Załączniki:

1. Formularz zgłoszeniowy do konkursu „Zdrowo na świątecznym stole”;
2. Oświadczenie pełnoletniego uczestnika konkursu „Zdrowo na świątecznym stole”;
3. Zgoda przedstawiciela ustawowego NIEPEŁNOLETNIEGO uczestnika na udział w konkursie „Zdrowo na świątecznym stole”.