



# Concurso Nutrição Pessoa

## Regulamento Geral

### **Apresentação**

O Concurso Nutrição Pessoa é promovido pelo curso de Ciências da Nutrição da Faculdade de Ciências da Saúde da Universidade Fernando Pessoa. Este concurso pretende incentivar os alunos do ensino secundário a elaborar pratos saudáveis e sustentáveis em função do tema proposto para cada edição distinguindo os três melhores pratos desenvolvidos.

### **Destinatários**

O Concurso Nutrição Pessoa está aberto a todos os alunos que frequentam escolas do ensino secundário, públicas ou privadas. A candidatura é desenvolvida individualmente por cada aluno com o apoio de um professor responsável. Cada aluno está limitado a uma candidatura.

### **Normas gerais**

Cada aluno deverá elaborar um prato de acordo com o tema estipulado para cada edição do concurso. Os pratos apresentados devem ser elaborados pelos próprios alunos e estar alinhados com os princípios de uma alimentação saudável e sustentável servindo como exemplo de uma receita que pode ser preparada pela população em geral e ser acessível a todos. A descrição das receitas e fotografias, submetidas no formulário online, devem reproduzir adequadamente as fases de desenvolvimento do prato e a qualidade da receita a concurso. Os alunos inscritos aceitam todas as normas e condições deste regulamento. Os responsáveis pela organização reservam-se no direito de realizar eventuais alterações neste regulamento, se necessárias, devendo neste caso informar todos os alunos participantes do concurso. Os participantes cedem os direitos de eventual divulgação das suas receitas e imagens.

### **Requisitos da candidatura**

Cada aluno deverá submeter a sua candidatura através do formulário online disponível na página do concurso onde é solicitada a seguinte informação:

- Identificação da escola



- Identificação da ano e turma
- Identificação da equipa (nome completo do aluno e do professor responsável)
- Endereço eletrónico de contacto da equipa
- Descrição da receita a concurso referindo todos os alimentos/ingredientes utilizados, respetivas quantidades e modo de preparação, bem como o enquadramento e justificação da proposta apresentada
- Fotografias com qualidade que suportem o desenvolvimento do prato elaborado.

### **CrITÉrios de avaliação**

Os critérios de avaliação dos pratos a concurso são os seguintes: alimentos e ingredientes utilizados, métodos de confeção culinária, equilíbrio nutricional, sustentabilidade ambiental, acessibilidade à população em geral (simplicidade da sua preparação e preço), apresentação do prato, organização das ideias e da informação, inovação, criatividade e justificação da proposta. As características organoléticas do prato elaborado serão avaliadas na fase final do concurso, para os três finalistas.

### **Júri de seleção**

A avaliação das refeições cabe ao júri de seleção. O júri de seleção será composto por elementos da Universidade Fernando Pessoa e de instituições parceiras da edição.

O processo de seleção das propostas submetidas será organizado nas seguintes fases:

- I. Todas as propostas serão sujeitas a uma primeira avaliação da qualidade; Trabalhos incompletos ou que não respeitem os critérios de admissibilidade serão eliminados do concurso.
- II. Os trabalhos são avaliados pelo júri de acordo com os critérios de avaliação. As três propostas que obtiverem a pontuação mais elevada serão selecionadas para a final. No caso de empate caberá ao júri decidir quais os alunos finalistas.
- III. Na final da competição os alunos terão uma oportunidade de apresentar o seu prato ao júri para degustação sendo integrados na avaliação as características organoléticas e apresentação do prato.
- IV. Os três alunos finalistas serão classificados em 1º, 2º ou 3º lugar.
- V. A decisão do júri é soberana não havendo possibilidade de recurso.



## **Prémio**

Todos os participantes receberão um certificado de participação e no final, as três melhores propostas serão convidadas a elaborar e apresentar o seu prato a um júri. As três melhores propostas serão distinguidas com um prémio a anunciar em cada edição do concurso e de acordo com a sua calendarização.