



**Concurso
“Bom Garfo, Bom Coração”**

Regulamento

Artigo Primeiro

Promotores

O concurso “Bom Garfo, Bom Coração” é uma iniciativa promovida pela Fundação Portuguesa de Cardiologia, em colaboração com o Grupo AUCHAN.

Artigo Segundo

Âmbito

O concurso enquadra-se nas comemorações do Dia Mundial da Alimentação, celebrado a 16 de Outubro, e destina-se, fundamentalmente, à sensibilização dos cidadãos para a importância de uma alimentação saudável e equilibrada em prol da saúde cardiovascular.

Artigo Terceiro

Objectivos

O concurso tem como principal objectivo averiguar a capacidade dos participantes em estruturar as várias refeições de um dia de forma saudável e equilibrada, adequada à saúde do coração, tendo como referência a Dieta Mediterrânica.

Artigo Quarto

Duração

1. O concurso terá início às 10h do dia 08 de Outubro de 2014 e o seu término será às 23h do dia 12 de Outubro de 2014.
2. A duração e pontos constantes deste regulamento poderão ser alterados por decisão do promotor deste concurso e disso dará publicamente notícia.



**fundação
portuguesa de
cardiologia**

Artigo Quinto

Participação

1. Podem participar todos os indivíduos com 18 ou mais anos de idade.
2. Para participar neste concurso é necessário que o participante preencha o formulário existente no site para o efeito, onde todos os campos são obrigatórios.
3. Cada participante deverá enviar uma única vez proposta daquilo que considera ser um dia de alimentação saudável e equilibrada para a saúde do coração, tendo como referência a Dieta Mediterrânica.
4. Só serão admitidas as respostas que sejam enviadas através do formulário criado para o efeito no site da Fundação Portuguesa de Cardiologia, dentro do prazo estipulado.
5. O vencedor do concurso receberá uma máquina de sumos, oferecida pelo Grupo AUCHAN especificamente para este efeito.

Artigo Sexto

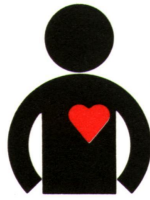
Exclusão de Participação

1. A participação neste concurso é vedada a todos os funcionários da Fundação Portuguesa de Cardiologia, aos seus familiares e a todas as pessoas que directa ou indirectamente estejam envolvidas na sua organização.

Artigo Sétimo

Adjudicação

1. O prémio será atribuído por deliberação do Júri que escolherá a resposta mais completa e abrangente, tendo em consideração nomeadamente os seguintes critérios:
 - a. Menção se se trata de alimentação para um adulto ou criança
 - b. Número de refeições diárias mencionadas;
 - c. Tipo de alimentos referidos e respectivas quantidades;
 - d. Formas de confecção mais adequadas e saudáveis;
 - e. Bebidas referidas e respectivas quantidades;
 - f. Outros, tais como inovação, considerados relevantes pelo júri.
2. O anúncio do vencedor será feito no site oficial da Fundação Portuguesa de Cardiologia e respectiva página oficial do facebook, no decorrer do dia 16 de Outubro.
3. O prémio será entregue ao vencedor na sede da Fundação Portuguesa de Cardiologia ou numa das suas Delegações.
4. Excepcionalmente, o prémio poderá ser enviada ao vencedor, à cobrança, por correio registado.



**fundação
portuguesa de
cardiologia**

Artigo Oitavo

Júri

1. O Júri do concurso será constituído pela Assessora de Nutrição da Fundação Portuguesa de Cardiologia, Dr.^a Elsa Feliciano, pela Médica Cardiologista e membro do Conselho de Administração, Dr.^a Teresa Gomes Mota, e pelo Chef de Cozinha, Hernâni Ermida.
2. O Júri assegurará que o concurso decorre dentro do regulamentado, com transparência, apreciando e deliberando sobre todas as questões que possam surgir no decorrer desta iniciativa
3. O Júri é soberano nas suas decisões, não sendo aceite recurso da decisão final.

Artigo Nono

Publicidade

A divulgação do concurso “Bom Garfo, Bom Coração”, respectivo regulamento e nome do vencedor será feita no site da Fundação Portuguesa de Cardiologia, www.fpcardiologia.pt.

Lisboa, 03 de Outubro de 2014