



## A tavola con la tradizione. In cucina fra le sponde del Mediterraneo

**N**ell'ambito del progetto "A tavola per prevenire, per guarire, per integrare", ideato con la finalità di promuovere la conoscenza sui benefici della corretta alimentazione, l'Associazione da Voglia di Vivere OdV indice il concorso "A tavola con la tradizione. In cucina fra le sponde del Mediterraneo"

### **REGOLAMENTO**

**1 - Cosa è** Scopo del concorso è di invitare la cittadinanza a soffermarsi sulla cultura del benessere e della prevenzione oncologica, strettamente collegate con l'adozione di uno stile di vita salutare, che passa in prima battuta dalla corretta alimentazione. Nel rispetto delle tradizioni culinarie che fanno riferimento alla "dieta mediterranea", Voglia di Vivere ha perciò scelto di coinvolgere donne e uomini in un concorso che vada a recuperare la cultura della tradizione.

**2 - Chi può partecipare** Chiunque può inviare la propria ricetta dei ricordi: non esistono limiti di genere o di età. Chi lo desidera può inviare anche più ricette, indicandone però soltanto una come partecipante al concorso.

**3 - Cosa fare per partecipare** Per prima cosa è necessario compilare la scheda di iscrizione allegata di seguito, e poi inviarla a

- per posta elettronica a [vogliadivivere@vdpvpistoia.org](mailto:vogliadivivere@vdpvpistoia.org) indicando all'oggetto "La mia ricetta"
- per posta tradizionale a *Voglia di Vivere* – via G. Gentile, 40 – 51100 Pistoia, indicando sulla busta "La mia ricetta".

Nel giro di pochi giorni l'Associazione confermerà l'avvenuta iscrizione.

A questo punto non resta che inviare la ricetta, entro il 20 novembre 2020, contenente:

1. tutti gli ingredienti necessari a prepararla
2. i vari passaggi per la realizzazione
3. piccoli trucchi utili a personalizzarla
4. foto e suggerimenti per la presentazione del piatto

Se possibile, qualche informazione sulla pietanza (ricordi di famiglia, curiosità sulla sua storia...) sono gradite, seppure non obbligatorie.

**4 - Scadenza del concorso** Le ricette dovranno pervenire a *Voglia di Vivere* secondo una delle seguenti modalità:

- per posta elettronica a [vogliadivivere@vdpvpistoia.org](mailto:vogliadivivere@vdpvpistoia.org) indicando all'oggetto "La mia ricetta"
- per posta tradizionale a *Voglia di Vivere* – via G. Gentile, 40 – 51100 Pistoia, indicando sulla busta "La mia ricetta"
- 

**entro il giorno lunedì 30 novembre 2020**

5 - *La giuria* La giuria è composta da:

- Alberica Girardi (volontaria *Voglia di Vivere*, esperta di cucina)
- Francesca Rafanelli (bibliotecaria, archivista responsabile presso Monastero di Santa Maria degli Angeli a Pistoia)
- Lisa Sequi (dietista, responsabile dell'ambulatorio nutrizionale di *Voglia di Vivere*)

La giuria provvederà a valutare le ricette in gara, stilando a suo insindacabile giudizio una classifica.

6 - *Giuria social* Tutte le ricette in concorso saranno pubblicate sulla pagina Facebook di *Voglia di Vivere* per essere votate da una giuria popolare. Le ricette che otterranno più di 20 "like" riceveranno l'attestato di gradimento speciale "Ricetta like".

7 - *La premiazione* Prevista per il mese di marzo 2021, durante la premiazione a tutti gli iscritti sarà consegnato un attestato di partecipazione. I premi riguarderanno:

1. i primi tre classificati
2. i classificati dalla 4 alla 10 posizione

Sarà inoltre riconosciuto il servizio di consulenza sensoriale completamente gratuito alle autrici/agli autori delle prime 20 ricette ricevute.

8 - *Pubblicazioni* Tutte le ricette selezionate dalla giuria, insieme a quelle più votate dalla giuria popolare, saranno raccolte in una pubblicazione a tema dieta mediterranea. Tale pubblicazione (che avrà sia la versione e-book sia cartacea), come tutte le altre realizzate da *Voglia di Vivere* sarà impiegato nelle attività che l'Associazione organizza per la promozione della salute.

A tavola  
per prevenire  
per guarire  
per integrare



## MODULO D'ISCRIZIONE AL CONCORSO

### *A tavola con la tradizione. In cucina fra le sponde del Mediterraneo*

cognome nome \_\_\_\_\_

luogo e data di nascita \_\_\_\_\_

indirizzo \_\_\_\_\_

CAP \_\_\_\_\_ città \_\_\_\_\_ provincia \_\_\_\_\_

professione \_\_\_\_\_

indirizzo e-mail \_\_\_\_\_ @ \_\_\_\_\_

cellulare \_\_\_\_\_

Il/la sottoscritto/a \_\_\_\_\_ con l'apposizione della propria firma al presente modulo dichiara sotto la propria responsabilità di prendere atto e accettare il regolamento del concorso "A tavola con la tradizione. In cucina fra le sponde del Mediterraneo" al quale richiede di prendere parte. Il/la sottoscritto/a conferma di essere l'unico/a autore/trice del material inviato e di rispettare e accettare tutte le disposizioni del bando.

Firma \_\_\_\_\_

#### **Informativa sulla tutela della privacy**

Ai sensi e per gli effetti dell'art. 13 DLgs n. 196/2003 "Codice in materia di protezione dei dati personali" Vi informiamo di quanto segue: la *Associazione Voglia di vivere OdV*, in quanto titolare del trattamento, garantisce che i dati personali raccolti verranno trattati, mediante strumenti manuali e/o elettronici, nel rispetto degli obblighi di correttezza, liceità e trasparenza imposti dal d. lgs. 30.06.2003, n.196. I dati personali non verranno comunicati a soggetti terzi. In qualsiasi momento sarà possibile revocare l'autorizzazione al trattamento dei propri dati personali, scrivendo a [vogliadivivere@vdpistoia.org](mailto:vogliadivivere@vdpistoia.org) e specificando in oggetto "La mia ricetta".

Con riferimento a quanto indicato al punto 8 del regolamento, come richiesto dalla legislazione vigente sulla protezione delle opere d'ingegno e sulla *privacy*, esprimo il mio consenso alla Associazione Voglia di Vivere OdV per l'uso a titolo gratuito del materiale da me inviato per il concorso in oggetto

Con l'apposizione della firma si prende visione di quanto sopra riportato rilasciando il consenso per l'intero trattamento dei dati personali, eventualmente anche sensibili secondo quanto stabilito dalla legge e dalla presente informativa.

Firma \_\_\_\_\_

