

Regulamento do Concurso Marmita Ideal

Preâmbulo

A alimentação possui um inestimável valor na saúde das pessoas. No meio académico, tal toma particular relevância dada a relação entre, para exemplo, elementos vitamínicos *versus* a comunicação entre as células cerebrais, ácidos gordos essenciais *versus* atenção, e/ou estados depressivos. Considerem-se ainda neste meio estudantil/profissional, quadros ou comportamentos habituais que envolvem carência na regularidade da ingesta, horários extremos, sobrealimentação, falta de alimentos frescos, refeições relâmpago, além da baixa interação social durante o episódio de alimentação.

Assim e no enquadramento do Projeto Universidade Saudável, surge o atual concurso, cujo regulamento se explicita seguidamente.

Artigo 1º - Condições de acesso

1. São admitidos a concurso os discentes, docentes e não-docentes da UEESESJD
2. São admitidos a concurso os candidatos que declarem ser da sua autoria exclusiva, a confeção da refeição
3. São admitidos a concurso os candidatos que no formulário da inscrição, incorporem o calculo do valor energético, conforme a tabela Excel sobre o valor dos elementos da refeição, que se encontra anexa a este regulamento
Os candidatos devem preencher o formulário através do link <https://goo.gl/forms/6HGtJu8JaPduWPI23>
4. A admissão dos candidatos ao concurso está limitada aos que preencherem os primeiros 20 registos de candidatura
5. A seriação é feita por ordem de chegada
6. O período de inscrições decorre entre 21 e 27 de novembro de 2017, até à meia noite