

**Concorso: "...per mangiarti meglio!"  
Fiabe, Poesie e Ricette per educare i bambini alla corretta alimentazione  
Con il Patrocinio di EXPO Milano 2015**

**Premessa**

Con questo concorso, di cucina, poesia e scrittura vogliamo raccontare che cos'è l'alimentazione sana. Soprattutto, vogliamo abituare i bambini ad avere il giusto rapporto con il cibo. E qual è il modo migliore, per coinvolgere i bambini, che farli divertire? Racconteremo delle fiabe e faremo scoprire i sapori più sani ed equilibrati in mille gustose ricette. Per questo l'iniziativa ha ottenuto il patrocinio di EXPO 2015 di Milano che ha il motto: "Nutrire il Pianeta, energia per la vita".

Realizzeremo una pubblicazione in tre volumi, un cofanetto prezioso e utile, un florilegio di ricette, favole e poesie.

Arte, Cultura e Cucina: in parole semplici sarà un inno alla Bontà e alla Bellezza!

**Chi siamo**

Questo è "...Per mangiarti meglio!", il progetto nato dalla collaborazione fra l'Associazione Culturale TraccePerLaMeta<sup>®</sup>, l'Associazione Ristoworld Italy e la Famiglia Artistica Milanese. È un concorso aperto a tutti, in tutto il mondo.

Il progetto "...Per mangiarti meglio!" dà risalto ad un argomento di grande attualità, di grande impatto sociale: perché abituare le giovani generazioni ad un rapporto equilibrato con il cibo, significa aiutarli a crescere in modo sano. E porta l'attenzione su valori ormai irrinunciabili: km 0, stagionalità del cibo, prodotti biologici, corretto utilizzo del territorio.

**L'Associazione Culturale TraccePerLaMeta in collaborazione con l'Associazione  
Ristoword Italy e la Famiglia Artistica Milanese**

**ORGANIZZA**

il Concorso "...per mangiarti meglio!" - Fiabe, poesie e ricette per educare i bambini alla corretta alimentazione.

1) Il concorso si articola in tre sezioni:

**Sezione A - Fiaba**

**Sezione B - Poesia / Filastrocca**

**Sezione C - Ricette**

dedicato al tema della sana alimentazione e della nutrizione come fonte di salute e di energia.

2) Possono partecipare tutti coloro che sono residenti in Italia o all'estero, ma si ammetteranno soltanto testi scritti in lingua italiana.

3) Per la **Sezione A** è possibile partecipare con un sola fiaba che non dovrà superare la lunghezza di 9000 battute.

Per la **Sezione B** è possibile partecipare con un massimo di due poesie che non dovranno superare la lunghezza di 30 versi ciascuna.

Per la **Sezione C** è possibile partecipare con una ricetta di cucina tipica del territorio, non necessariamente legata alla propria residenza, con ingredienti per 4 persone e modalità di preparazione, una breve scheda di presentazione del candidato, un testo di al massimo 3000 battute che illustri la ricetta e le motivazioni che hanno portato alla sua scelta e due foto che immortalino il piatto nella sua interezza e il partecipante con il piatto appena sfornato e allestito. Per la foto dei professionisti è di rigore la divisa senza alcun logo pubblicitario o di associazioni di categoria; nella divisa, in evidenza, potrà essere presente solo il nome del cuoco. La ricetta dovrà riportare anche il contenuto in calorie del piatto e l'abbinamento cibo/vino. Sono previsti solo concorrenti nella tipologia "singolo".

Sono previste 4 Sezioni:

Sezione A singolo: "...per mangiarti meglio!" Antipasti

Sezione B singolo: "...per mangiarti meglio!" Primi piatti

Sezione C singolo: "...per mangiarti meglio!" Secondi piatti con contorno

Sezione D singolo: "...per mangiarti meglio!" Dolci e Dessert (escluso cake design)

Ogni candidato potrà partecipare a una sola delle quattro categorie previste: antipasti; primi piatti; secondi piatti con contorno; dolci e dessert. Il tema è dedicato alla sana alimentazione e alla nutrizione come fonte di salute e di energia e ha l'intento di abituare le giovani generazioni a un rapporto equilibrato con il cibo, ciò significa aiutarli a crescere in modo sano, portando l'attenzione su valori ormai irrinunciabili: km 0, stagionalità del cibo, prodotti biologici, corretto utilizzo del territorio.

Tipologie di ricette ammesse.

Ricette di piatti nati dalla creatività di cuochi amatoriali o professionisti che amano liberare la propria fantasia ai fornelli e che, partendo dalla tradizione, approdano a nuovi scenari enogastronomici.

Ricette nazionali di piatti tipici delle nostre tradizioni gastronomiche, realizzati da cuochi amatoriali o professionisti che vengono tramandate nel tempo e che fanno parte del nostro patrimonio culturale e storico.

4) I partecipanti si assumono ogni responsabilità in ordine alla paternità degli scritti inviati, esonerando gli organizzatori da qualsivoglia responsabilità anche nei confronti dei terzi. Le opere potranno essere edite, ma non vincitrici di altri premi.

- 5) Per partecipare al concorso è necessario compilare la **scheda online di iscrizione** al seguente indirizzo:  
**[www.favoledacucinare.com/bando-concorso-expo-milano-2015/iscrizione](http://www.favoledacucinare.com/bando-concorso-expo-milano-2015/iscrizione)**  
entro e non oltre il **15 marzo 2015**.
- 6) Per le Sezioni A e B non verranno presi in considerazione testi che presentino elementi razzisti, pornografici, blasfemi o d'incitamento all'odio, alla violenza, alla discriminazione di qualsiasi tipo.
- 7) Ciascun partecipante, nella scheda di iscrizione online contenente le proprie opere, deve inserire il proprio nome, cognome, indirizzo, recapito telefonico, indirizzo e-mail, la dichiarazione che l'opera è frutto esclusivo del proprio ingegno, la dichiarazione che l'autore ne detiene i diritti e l'espressa autorizzazione al trattamento dei propri dati personali ai sensi del D.lgs. n. 196/2003.
- 8) La partecipazione alle Sezioni A e B è gratuita per i soci dell'Associazione Culturale TraccePerLaMeta per l'anno 2015. La quota di partecipazione è di **10 Euro** e consente di partecipare a una o più sezioni.  
Il pagamento potrà essere effettuato attraverso una delle seguenti modalità:
  - **Bonifico bancario**  
IBAN: IT 76 I 03488 22800 000000035330  
Intestato a: Associazione Culturale TraccePerLaMeta  
Causale: Nome e Cognome e riferimento al concorso "EXPO Milano 2015".  
Copia del versamento dovrà essere allegata in fase di iscrizione online.
  - **Bollettino postale**  
CCP 01004217608  
Intestato a: Associazione Culturale TraccePerLaMeta  
Causale: Nome e Cognome e riferimento al concorso "EXPO Milano 2015".  
Copia del versamento dovrà essere allegata in fase di iscrizione online.
  - **PayPal**  
Indirizzo: [postmaster@tracceperlameta.org](mailto:postmaster@tracceperlameta.org)  
Causale: Nome e Cognome e riferimento al concorso "EXPO Milano 2015".  
Copia del versamento dovrà essere allegata in fase di iscrizione online.
- 9) Le Giuria delle Sezioni A e B è nominata dall'Associazione Culturale ed è formata dai soci fondatori dell'Associazione e da eminenti personalità del panorama letterario italiano. La Giuria della Sezione C è nominata da Ristoworld Italy ed è composta da chef di cucina, giornalisti enogastronomi, storici e tecnici della ristorazione, esperti di medicina alimentare. Il loro giudizio è definitivo e insindacabile.

#### 10) Premi

Sezioni A e B - Per le opere dei 10 vincitori (5 Sezione A e 5 Sezione B) saranno realizzate altrettante tavole illustrate eseguite da artisti disegnatori e inseriti nella pubblicazione "...per mangiarti meglio!".

Sezione C - I 28 piatti che risulteranno vincitori saranno ospitati nella pubblicazione "...per mangiarti meglio!" e realizzati da chef di rinomanza internazionale.

A tutti i vincitori delle tre Sezioni verrà consegnata una targa e un diploma in aggiunta a premi offerti dagli sponsor e in accordo con le tematiche di EXPO Milano 2015 cui si ispira il concorso. Le Giurie si riservano, inoltre, di prevedere segnalazioni o menzioni speciali e di attribuire, quindi, premi aggiuntivi.

A tutti i concorrenti presenti alla premiazione verrà donato un attestato di partecipazione personalizzato.

- 11) La premiazione avverrà nella prima settimana del mese di ottobre 2015 a Milano presso la sede Storica della Famiglia Artistica Milanese. La data sarà comunicata a tutti i partecipanti con largo anticipo.
- 12) I vincitori saranno avvisati via e-mail. I premi verranno consegnati soltanto ai vincitori o a un delegato. I diplomi e gli attestati di partecipazione, invece, potranno essere spediti previo pagamento da parte dell'interessato delle relative spese di spedizione.
- 13) È altresì prevista la realizzazione di un cofanetto che raccoglierà le migliori opere pervenute e le ricette dedicate alla corretta alimentazione dei bambini. L'acquisto non è obbligatorio.
- 14) Gli autori, per il fatto stesso di partecipare al presente concorso, autorizzano TraccePerLaMeta Edizioni a pubblicare le proprie opere rinunciando, già dal momento in cui partecipano al concorso, a qualsiasi pretesa economica.
- 15) L'organizzazione del Concorso si riserva la facoltà di apportare modifiche al bando, se necessarie per causa di forza maggiore.
- 16) Gli autori, per il fatto stesso di partecipare al presente concorso, accettano integralmente il contenuto del bando.

Per qualsiasi informazione in merito al concorso, si consiglia di avvalersi dei seguenti contatti:

[info@favoledacucinare.com](mailto:info@favoledacucinare.com)

[www.favoledacucinare.com](http://www.favoledacucinare.com)

[www.favoledacucinare.com/bando/form-iscrizione](http://www.favoledacucinare.com/bando/form-iscrizione)

La Segreteria del Premio