

**«УТВЕРЖДАЮ»**

Президент Национальной ассоциации  
больных с нарушением функции  
эксcretорной системы «АСТОМ»



В.Г.Суханов

## **ПОЛОЖЕНИЕ**

### **о проведении Тематического конкурса рецептов полезных блюд для рационального питания после проведения стомирующей операции «PRO МОЕ ЗДОРОВОЕ ПИТАНИЕ»**

#### **1. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ**

1.1. Настоящее положение регламентирует условия и порядок проведения Конкурса на лучшие рецепты блюд для рационального питания после проведения стомирующей операции (далее – Конкурс) с точки зрения здоровья, определяет требования к участникам, критерии оценки рецептов.

1.2. Конкурс проводится в соответствии с условиями Договора о предоставлении гранта Президента Российской Федерации на развитие гражданского общества № 24-2-009032.

1.3. Целью Конкурса является повышение уровня знаний стомированных людей, их родственников и иных заинтересованных лиц по вопросам питания людей со стомой, формирование заинтересованности в организации правильного питания при заболеваниях кишечника и для профилактики заболеваний желудочно-кишечного тракта, через вовлечение людей в практическую деятельность по созданию рецептов и приготовлению блюд, рекомендованных при заболеваниях кишечника.

#### **2. ОРГАНИЗАТОР КОНКУРСА**

2.1. Организатором Конкурса является Национальная ассоциация больных с нарушением функции эксcretорной системы «АСТОМ».

2.2. Конкурс проводится с 15 января 2025 г. по 15 февраля 2025 г.

2.3. Функции Организатора:

- осуществляет работу по подготовке и проведению Конкурса;
- формирует состав жюри, назначает заседание жюри и объявляет итоги его работы;
- принимает заявки и определяет состав участников Конкурса;
- размещает информацию о Конкурсе на сайте [www.astom.ru](http://www.astom.ru). и в официальном телеграмм канале «АСТОМ. Жизнь со стомой» [https://t.me/astom\\_stoma](https://t.me/astom_stoma).
- обобщает и анализирует итоги Конкурса;
- определяет порядок поощрения участников Конкурса;
- выпуск тематической книги с рецептами победителей.

#### **3. НОМИНАЦИИ КОНКУРСА**

3.1. На Конкурс Принимаются рецепты блюд по четырем номинациям:

- Номинация «PRO мое зимнее меню»
- Номинация «PRO мое весеннее меню»
- Номинация «PRO мое летнее меню»
- Номинация «PRO мое осеннее меню»

3.2. Рецепты участников Конкурса оценивает Жюри согласно критериям в соответствии с номинациями п.3.1. настоящего Положения.

#### **4. ТРЕБОВАНИЯ К УЧАСТНИКАМ КОНКУРСА И УСЛОВИЯ ИХ ДОПУСКА**

4.1. К участию в конкурсе допускаются все желающие в возрасте от 18 лет (далее – Участники).

4.2. Участники направляют заявки любым удобным для них способом:

- В виде скана или фотографии на электронный адрес: **astomkonkurs@yandex.ru**
- В печатном виде по почте на адрес: 109544, г.Москва, Ковров пер., д.28, стр.1, Организация «АСТОМ» с пометкой **Конкурс**;

следующие документы:

- Заявка (Приложение 1);
- согласие на обработку персональных данных (Приложение 2);
- рецепт блюда и фотоматериалы. Предоставление фотоматериалов приветствуется жюри Конкурса, но не является обязательным.

3.3. В рецепте указываются:

- используемые ингредиенты;
- объем (масса) используемых ингредиентов;
- способ приготовления (пошаговая инструкция);
- время на приготовление блюда.

3.4. Требования к Конкурсным работам (материалам):

- на Конкурс принимаются рецепты блюд с полным списком ингредиентов и поэтапным описанием процесса приготовления;
- от одного участника принимается не более 4-х рецептов блюд и не более одного рецепта в номинации;
- в случае предоставления фотографий готового блюда (по желанию - с участником Конкурса - автором блюда), фотография должна быть уникальной, хорошего качества, с четко видимыми деталями;
- рецепты должны быть уникальными (запрещается предоставление материалов, скопированных из других источников);
- блюдо, рецепт которого принимается на Конкурс, должно соответствовать принципам здорового питания, быть полезным и вкусным.

3.5. Организатор вправе не допускать Участника к Конкурсу по следующим причинам:

- заявка заполнена не полностью;
- предоставленный рецепт не соответствует Номинациям Конкурса;
- предоставленный рецепт, текст или фотография скопированы из других источников.

3.5. Критерии оценок:

- Соответствие блюда принципам здорового питания при заболеваниях кишечника и профилактики заболеваний желудочно-кишечного тракта;
- Оригинальность рецепта;
- Приемлемая стоимость и доступности используемых ингредиентов;
- Внешний вид (аккуратный, красивый, аппетитный)
- Соответствие состава блюда рецептуре;
- Уровень сложности приготовления;
- Время приготовления блюда;
- Качественная, наглядная фотография (в случае предоставления) и описание точно описывают блюдо.

3.6. Лучшие рецепты будут использованы Организатором Конкурса в работе: разработка печатной продукции, создание информационного контента для сайта и т.д.

#### **4. ОСОБЫЕ УСЛОВИЯ ДЛЯ УЧАСТНИКОВ КОНКУРСА**

Передавая рецепты и фотоматериалы на Конкурс, автор автоматически соглашается на их публичное использование.

## 5. ПОРЯДОК ПРОВЕДЕНИЯ КОНКУРСА

5.1. Объявление о начале приема заявок на Конкурс публикуется на официальном сайте [www.astom.ru](http://www.astom.ru), и в официальном телеграмм канале «АСТОМ. Жизнь со стомой» [https://t.me/astom\\_stoma](https://t.me/astom_stoma).

5.2. Заявки на участие в Конкурсе принимаются до 15 февраля 2025 года включительно. Заявки, поданные позднее указанного срока, не рассматриваются.

5.3. Организатор обрабатывает материалы участников Конкурса и готовит их для рассмотрения жюри в течение 5 рабочих дней после завершения приема заявок (с 17 по 21 февраля 2025 года).

5.4. Организатор назначает дату голосования жюри в течение 3 рабочих дней после завершения обработки конкурсных материалов (не позднее 26 февраля 2025 года).

5.3. Победители Конкурса определяются посредством очного голосования членов жюри.

5.4. Организатор объявляет итоги Конкурса в течение 3 рабочих дней после голосования жюри (не позднее 01 марта 2025 года).

## 6. УСЛОВИЯ ОПРЕДЕЛЕНИЯ ПОБЕДИТЕЛЕЙ

6.1. Конкурс проводится в форме индивидуального соревнования авторов рецептов с последующим индивидуальным поощрением.

6.2. Победа присуждается по результатам работы жюри по номинациям, указанным в п.3.1.

6.3. Победителей по каждой номинации определяет жюри по следующим критериям:

- Соответствие рецепта тематике номинации – максимальная оценка 5 баллов;
- Четкая технологическая последовательность описания изготовления блюда - максимальная оценка 5 баллов;
- Уровень сложности приготовления блюда – по трех бальной шкале (1 балл – очень сложно, 2 балла – сложно, 3 балла – просто);
- Доступность ингредиентов и их ценовая категория - максимальная оценка 5 баллов;

6.4. В случае предоставления фотографий, соответствующих условиям Конкурса, жюри присваивает дополнительные баллы по следующим критериям:

- Внешний вид готового блюда на фото - максимальная оценка 2 балла;
- Качество фотографии - максимальная оценка 2 балла;
- Наличие фотографии готового блюда с автором – 1 балл.

## 7. ОБЪЯВЛЕНИЕ И НАГРАЖДЕНИЕ ПОБЕДИТЕЛЕЙ

7.2. Итоги Конкурса опубликовываются на сайте [www.astom.ru](http://www.astom.ru), и в официальном телеграмм канале «АСТОМ. Жизнь со стомой» [https://t.me/astom\\_stoma](https://t.me/astom_stoma).

7.3. Все победители Конкурса награждаются призами:

- победитель в номинации «PRO мое зимнее меню» получает: Блендер стационарный Kitfort КТ-3054-1
- победитель в номинации «PRO мое весеннее меню» получает: Кофеварка гейзерная Kitfort КТ-7152-1
- победитель в номинации «PRO мое летнее меню» получает: Чайник Kitfort КТ-6192 800Вт 1,3 л
- победитель в номинации «PRO мое осеннее меню» получает: Вафельница Kitfort КТ-1617
- каждый участник, занявший второе место в любой из номинаций, получает Соковыжималку Scarlett SC-JE50C02
- каждый участник, занявший третье место в любой из номинаций, получает Френч-пресс Vitax New Leicester 600 мл (VX-3021)

7.4. Призы вручаются для Победителей из Москвы и Московской области в Центре Национальной ассоциации больных с нарушением функции экскреторной системы «АСТОМ» (109544, г.Москва, Ковров переулок, д.28, стр.1), для участников из регионов РФ призы пересылаются услугами Почты России за счет Организатора.

7.5. Денежная альтернатива приза не предусмотрена.

7.6. По письменному запросу все участники могут получить Благодарность от Организатора за участие в Конкурсе.

## **8. КОНТАКТНАЯ ИНФОРМАЦИЯ**

Национальная ассоциация больных с нарушением функции экскреторной системы «АСТОМ»

Адрес места нахождения: РФ, 109544, г.Москва, Ковров переулок, д.28, стр.1

Контактный телефон **8-495-678-27-30**

Сайт **www.astom.ru** E-mail **astomkonkurs@yandex.ru**