



Associação de Apoio aos Doentes
Depressivos e Bipolares

IPSS de utilidade pública com fins de Saúde



REGULAMENTO

CONCURSO DE FOTOGRAFIAS

ADEB

2026

P/IDIPD/PM/RGCF/1



PROJETO MANIFESTAR-TE

**IDi
PD**

Instituto para os Direitos das
Pessoas com Deficiência

Ministério do Trabalho, Solidariedade e Segurança Social



Associação de Apoio aos Doentes
Depressivos e Bipolares
IPSS de utilidade pública com fins de Saúde

Regulamento Concurso de Fotografias

“Entre Sombras e Luz”

Projeto Manifestar-te (IDiPD 2026) | ADEB

Preâmbulo

O presente regulamento estabelece as normas de participação no Concurso de Fotografia promovido pela Associação de Apoio aos Doentes Depressivos e Bipolares, ADEB, no âmbito do projeto Manifestar-te, cofinanciado pelo IDiPD – Instituto para os Direitos das pessoas com deficiência. Esta iniciativa visa sensibilizar a comunidade para a importância da saúde mental, contribuindo para a redução do estigma associado à doença mental, através da fotografia enquanto veículo de expressão artística, emocional e de partilha de experiências.

I. Objetivo

O Concurso de Fotografias destina-se a:

- a) Promover a reflexão sobre a saúde mental através da expressão artística;
- b) Incentivar a criatividade e a participação ativa dos associados;
- c) Combater o estigma associado à doença mental;
- d) Dar visibilidade a diferentes perspetivas e experiências relacionadas com a saúde mental.

II. Tema

1. O tema do concurso é: *Entre sombras e Luz*
2. As fotografias devem refletir, de forma criativa e original, a interpretação do autor sobre o tema, podendo abordar dimensões como:
 - Emoções
 - Resiliência
 - Superação
 - Quotidiano

- Esperança

III. Participação e Elegibilidade

1. O concurso é de âmbito nacional, podendo participar associados da ADEB em todo o território.
2. A participação é voluntária e gratuita.
3. Podem participar todos os Associados da ADEB (desde que com as quotas em dia), ficando a participação vedada a todos os que, sendo sócios, integrem o júri do concurso e/ou Membros da Direção diretamente envolvidos na organização do mesmo.

IV. Critérios de participação

1. Cada participante pode submeter até 3 fotografias.
2. As fotografias devem ser:
 - Originais;
 - Inéditas;
 - Da autoria do participante.

2.1 São aceites fotografias:

- A cores;
- A preto e branco.

2.2 Não serão aceites:

- Fotografias premiadas noutros concursos;
- Fotografias que violem direitos de terceiros.

V. Ética e Segurança

1. Os participantes devem garantir que possuem autorização das pessoas retratadas, quando aplicável.
2. Não serão aceites conteúdos que:
 - Sejam ofensivos ou discriminatórios
 - Promovam estigma ou preconceito
3. A ADEB reserva-se o direito de excluir trabalhos que não respeitem os princípios éticos do projeto.
4. A ADEB não se responsabiliza por eventuais perdas, danos ou falhas técnicas no envio dos ficheiros.

VI. Proteção de Dados

1. A ADEB é a entidade responsável pelo tratamento dos dados pessoais recolhidos no âmbito do presente concurso, podendo ser contactada para o efeito através do email adeb@adeb.pt
2. Os dados pessoais e as fotografias submetidas serão utilizados exclusivamente para efeitos de gestão, avaliação, divulgação e promoção do concurso, com base no consentimento dos participantes e, quando aplicável, na execução das condições de participação no mesmo.
3. O tratamento dos dados será realizado em conformidade com o Regulamento Geral sobre a Proteção de Dados (RGPD) e legislação nacional aplicável, sendo garantidos aos participantes os direitos de acesso, retificação, apagamento, limitação do tratamento, oposição e portabilidade dos dados, nos termos legais, podendo estes ser exercidos através do contacto indicado no número anterior. Os participantes têm ainda o direito de retirar o consentimento a qualquer momento, sem comprometer a licitude do tratamento efetuado com base no consentimento previamente dado.
4. Os dados pessoais serão conservados apenas pelo período necessário para as finalidades acima descritas, salvo obrigação legal em contrário.
5. As fotografias poderão ser divulgadas em plataformas digitais, incluindo redes sociais e outros meios de comunicação, podendo implicar a sua acessibilidade a nível global. Após a divulgação, a ADEB não poderá garantir a eliminação total dos conteúdos da internet, designadamente quando estes sejam partilhados ou reutilizados por terceiros, fora do seu controlo.

VII. Metodologia de Recolha

1. A participação no Concurso de Fotografia “Entre Sombras e Luz” deverá iniciar-se através do preenchimento do formulário de inscrição disponível no seguinte link:
<https://forms.gle/VnrwfTNzBnzdLda99>
2. Após a submissão do formulário, os participantes receberão um email de confirmação com informação relativa aos próximos passos, nomeadamente:
 - assinatura do termo de consentimento;
 - orientações para envio das fotografias participantes no concurso.
3. O link de acesso à pasta do Google Drive destinada à submissão das fotografias será disponibilizado apenas após a receção do termo de consentimento devidamente assinado.
4. As fotografias deverão ser submetidas exclusivamente na pasta disponibilizada para o efeito.
5. Solicita-se que:

- sejam carregadas até 3 fotografias a concurso;
- os ficheiros sejam submetidos em formato JPG ou PNG;
- os ficheiros sejam identificados com o nome do participante e/ou título da fotografia.

Exemplo de identificação:

NomeApelido_TituloFotografia.jpg

6. O prazo limite para receção dos trabalhos é até dia 5 de setembro de 2026.
7. A participação definitiva no concurso apenas será validada após receção do Termo de Consentimento Informado devidamente assinado e verificação do cumprimento das normas definidas no regulamento.

VIII. Júri e Critérios de Avaliação

1. O júri será composto por:
 - Carla Monereo, Presidente da Direção da Escola Artística António Arroio
 - Mário Raposo, Jornalista Repórter da RTP
 - Leonel de Castro, Fotojornalista do Jornal de Notícias e do seu grupo de notícias (incluindo Noticias Magazine, Volta ao Mundo, Evasões, Diário de Notícias e o Jogo)
2. Critérios de avaliação:
 - Adequação ao tema;
 - Criatividade e originalidade;
 - Qualidade técnica e estética;
 - Impacto visual e mensagem.
3. As decisões do júri são finais e não passíveis de recurso.

IX. Prémios

1. Será atribuído um prémio ao primeiro classificado:
 - Voucher de alojamento para 2 pessoas, com pequeno almoço e acesso à piscina termal dinâmica, com uma validade de 6 meses, no Hotel Termas do Bicanho ****
2. O Júri reserva-se o direito de atribuir Menções Honrosas se a qualidade dos trabalhos assim o justificar.

X. Calendário e Divulgação dos Resultados

1. O período de submissão decorre até 5 de setembro de 2026.
2. O vencedor será anunciado durante o evento comemorativo do 35º aniversário da ADEB (em data a confirmar)

XI. Direitos de Imagem e Autor

1. Os participantes garantem ser os legítimos autores das fotografias submetidas, assegurando que as mesmas são originais e não infringem direitos de terceiros.
2. Os participantes responsabilizam-se por quaisquer reclamações relativas a direitos de autor, direitos conexos ou direitos de imagem de terceiros, decorrentes da utilização das fotografias no âmbito do presente concurso.
3. Sempre que as fotografias incluam pessoas identificáveis, os participantes garantem ter obtido o consentimento prévio das mesmas para a captação e utilização da sua imagem, nos termos legais aplicáveis.
4. Ao participarem no concurso, os autores cedem à ADEB, a título gratuito e não exclusivo, os direitos de utilização, reprodução, divulgação e comunicação pública das fotografias submetidas, para efeitos de gestão, promoção e divulgação do concurso.
5. A utilização das fotografias pela ADEB poderá ocorrer em redes sociais, website, publicações institucionais, materiais promocionais, exposições e outros suportes de comunicação, comprometendo-se a entidade a salvaguardar sempre a identificação da autoria.
6. A presente cedência de direitos é efetuada por prazo indeterminado e para âmbito territorial global, sem prejuízo dos direitos morais dos autores, que se mantêm nos termos da legislação aplicável.

XII. Disposições Finais

1. A participação no concurso implica a aceitação integral e sem reservas do presente regulamento.
2. Os casos omissos neste regulamento serão resolvidos pela Direção da ADEB.