

- **V CONCURSO INTERNACIONAL DE FOTOGRAFÍA FRAY TOMÁS DE BERLANGA**

- **IV CERTAMEN INTERNACIONAL DE RELATOS CORTOS DM FRAY TOMÁS DE BERLANGA**

- **FESTIVAL DE CORTOS CIUDAD DE SORIA:**

- 1.- Premio al mejor guión
- 2.- Premios CORTOS DE LA DIETA MEDITERRÁNEA
 - Escolar
 - Adultos

CONCURSO PROVINCIAL DE TAPAS MICOLÓGICAS ASHOTUR

Premios de Mejores Tapas de "Dieta Mediterránea".

Del 9 al 18 de noviembre.

Lugares: en medios de comunicación social.

Entrada libre a todas las actividades, limitada a la capacidad de las salas.

La entrega de premios de los concursos de la DM se celebrará en un acto con lugar, fecha y hora que se anunciará a los premiados y al público en m.c.s.



"Cardiógenes" y App **SORIA CORAZÓN**
Su descarga REGALA SALUD a los sorianos y residentes en la provincia



DIRECCIÓN
DR. D. JUAN MANUEL RUIZ LISO
www.fundacioncajarural.net
cofradiadietamediterranea@gmail.com

COLABORAN:

INSTITUCIONES:

AMFAR SORIA
FADES ASOVICA
MINISTERIO DE CULTURA
AYUNTAMIENTO DE SORIA
DIPUTACION PROVINCIAL
JUNTA DE CASTILLA Y LEÓN: DIRECCIÓN PROVINCIAL DE EDUCACIÓN Y MUSEO NUMANTINO DE SORIA
COLEGIO OFICIAL DE MÉDICOS DE SORIA

PARTICULARES:

CASINO CÍRCULO AMISTAD-NUMANCIA
AFOMIC. ASOCIACIÓN FOTOGRÁFICA SORIANA
LÁCTEOS "CAÑADA REAL"
BODEGAS "CASTILLEJO DE ROBLEDO"
EMBUTIDOS "LA HOGUERA"
FRUTAS MARTÍNEZ
MALVASÍA
ASOCIACIÓN DE PANADEROS DE SORIA
RAFAEL DE LA ROSA. PINTOR

«La Dieta Mediterránea»

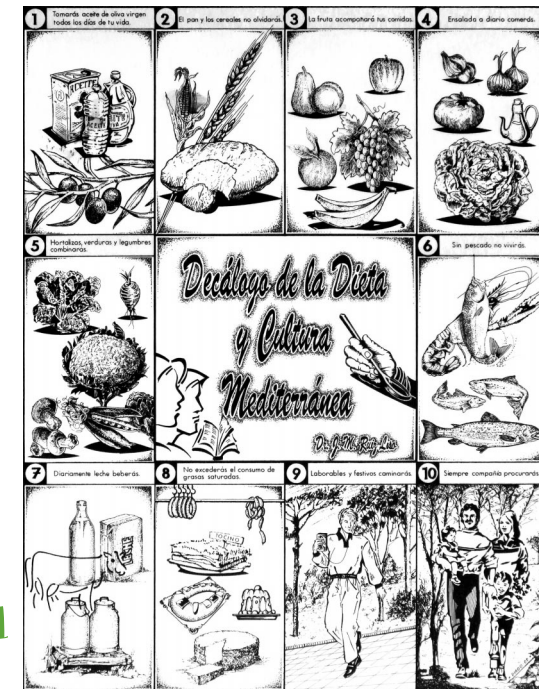
Patrimonio Cultural Inmaterial de la Humanidad

SORIA: COMUNIDAD EMBLEMÁTICA DE LA DIETA MEDITERRÁNEA
UNESCO 2010

THE  MEDITERRANEAN DIET



XXIX
Mes de la Salud
09-X-2018/ 19 XI 2018



Soria Saludable 2018

AÑO EUROPEO DEL PATRIMONIO

FAMILIA Y BIENESTAR

En este Año Europeo del Patrimonio, debemos valorar que de forma material e inmaterial, nuestro mejor valor es el bienestar basado en la salud personal y de los nuestros.

Hemos querido en esta edición dedicar más espacios al diálogo, la comunicación, la participación, la mujer rural y los certámenes de la Dieta Mediterránea (DM) que promueven para su realización la convivencia familiar.

Sin lugar a dudas, reconocemos a los mejores de entre los nuestros porque son ejemplo a seguir: Vicente Marín, Ricardo Martínez Gallardo, Fades-Asovia, Colegio de San José, Bomberos y Policía Local con un recuerdo muy especial a José Andrés Diago, que en su día nos dedicó el Decálogo de la portada de este SS 2018.

La Subdirectora General de patrimonio y alma-mater del Ministerio de Cultura para la DM contribuirá a esta edición en la Clausura. Carlos Soria y Natalia Briongos nos demostrarán que se puede alcanzar la Vejez saludable.

Además tenemos la responsabilidad de la coordinación de las Comunidades Emblemáticas (CC.EE.) de la DM, la formación de alumnas de la universidad de Osaka (Japón), el Congreso Nacional de Nutrición y la celebración de la Reunión Intergubernamental de los Países de las CC.EE. de la DM. Será un año pleno para la alimentación en nuestra provincia.

A todos, gracias.

SEPTIEMBRE 2018

OTOÑO MUSICAL SORIANO:

LOS SONIDOS DE LA DIETA MEDITERRÁNEA

Exposición y Conciertos Didácticos con instrumentos de las CC EE de la D.M.: Palacio de la Audiencia.

OCTUBRE 2018 -17:00 h.-

ENCUENTROS DE PROXIMIDAD CON LA MUJER RURAL: RENACER Y VIVIR. RECUPERAR EL PASADO, BIENESTAR Y FUTURO AMFAR - FCCR

MARTES 9 : MORÓN DE ALMAZÁN. CONFITERÍA ALMARZA / LA NORIA

MIÉRCOLES 10 : BERLANGA DE DUERO. CASA VALLECAS / Dr. M. A. RODRÍGUEZ

MARTES 23: TIERRAS ALTAS. VALDEAVELLANO DE TERA. LA RINCONADA / MIEL GÓMEZ ZARDOYA

LUNES 29: ALCUBILLA DE AVELLANEDA. HOTEL EL LAGAR DE ISILLA. LA VID / RUTA DEL VINO

MARTES 30: SORIA CAPITAL. ISABEL GOIG «POR LOS FOGONES SORIANOS» «REMEDIOS CASEROS Y OTRAS MAGIAS SORIANAS» / LOURDES CASCANTE. LOS VILLARES DE SORIA. TRUFAS/SETAS

Visitas: Museo del Traje, San Baudelio, Museo de la Mantequilla y Palacio e Iglesia de Alcubilla

Coordinan: Dr. Juan Manuel Ruiz Liso y AMFAR Soria

Viejas recetas. Nuevos Tiempos. ALBUM DE TRADICIONES

Inauguración

22 de octubre. 19,00 h.
Círculo Casino de la Amistad.

PRESENTACIÓN DICCIONARIO DE LA
DIETA MEDITERRÁNEA.

Dr. J.M. Ruiz Liso

Entrega Boletín Restaurantes SORIA
SALUD 22

Taller de relajación

25 de octubre. 18,00 h.
Polideportivo de la Juventud

NATALIA BRIONGOS Fadess
Entrada libre. Se precisa esterilla y ropa
cómoda

Conferencia

6 de noviembre. 19,00 h.
Aula Magna Tirso de Molina

ENVEJECIMIENTO SALUDABLE
Carlos Soria

Visitas guiadas al Museo Numantino

VISITAS TEMÁTICAS

Sábados 27 de octubre y 3, 10 y 17 de
noviembre 11:00- 12:00 h.

Inscripción previa en el Museo Numantino.

Plazas limitadas.

Patrocinado por la FCCR

Clausura

19 de noviembre. 19,30 h.
Aula Magna Tirso de Molina

PROTECCIÓN DEL PATRIMONIO HISTÓRICO

Dña. Elisa de Cabo de la Vega
Subdirectora General de Protección del
Patrimonio Histórico. Mº Cultura y Deporte

Entrega de Galardones Saludables

- D. Vicente Marín Miguel
SORIANO SALUDABLE 2018

- Dr. D. Ricardo Martínez Gallardo
PREMIO VALORES HUMANOS 2018

- Asociación Virgen del Camino
PREMIO DESARROLLO SALUDABLE
2018.

- Colegio San José
PREMIO HISTORIA SALUDABLE 2018.

- RECONOCIMIENTO "in memoriam"
D. José Andrés Diago

- RECONOCIMIENTO ESPECIAL
Policía Local y Bomberos de Soria

Coro Voces Blancas



Certámenes y concursos

Ver información en: www.fundacioncajarural.net

-CONCURSO "DOCTOR DESPISTE": ESCOLARES

Del 15 de Octubre al 30 de Noviembre 2018

Con la co-organización de la Dirección Pro-
vincial de Educación y Centros Escolares

Bases: Centros Escolares de Soria

- 24 PREMIOS – 3 Categorías
- DIPLOMA ESCOLAR SALUDABLE
- DICCIONARIO de la Dieta Mediterránea
- INVITACION a comer/cenar a 2 familiares en uno de estos 24 restaurantes de la DM:

- Alfonso VIII
- Balcón del Brezal
- Baluarte, El Bosque
- La Candela
- Mesón Castellano
- La Ceba
- La Chistera
- Fogón Del Salvador
- Iruña
- Leonor Centro
- La Lobita
- Mateos
- Rincón del Nazareno
- Parador de Soria
- Quintanares
- Rincón de San Juan
- Santo Domingo II
- Castilla Termal
- Trashumante
- Casa Vallecas
- Villa de Almazán
- Los Villares
- Virrey Palafox

- MEJOR RECETA DE LA DM CON PRODUCTOS SORIANOS

15 de Octubre al 30 de Noviembre 2018

- 25 PREMIOS a las mejores recetas
- DIPLOMA COCINER@ MEDITERRÁNE@
- DICCIONARIO de la Dieta Mediterránea dedicado
- Lote de Productos de la DM de SORIA:

- EMBUTIDOS LA HOGUERA: 2 jamones
- CAÑADA REAL: Leche y lácteos de soria (5 lotes)
- BODEGAS CASTILLEJO DE ROBLEDO. 5 Cajas de SILENTIUM Joven, Crianza y Reserva
- FRUTAS MARTÍNEZ: 3 Banastas de Frutas y Verduras de temporada
- MALVASÍA: 5 lotes de Jamón de pato
- ASOCIACIÓN DE PANADEROS DE SORIA: 5 lotes de 40 barras de pan (distribuidas en vales diarios)

Ver bases en las oficinas de Caja Rural de Soria de toda la provincia y en la web: www.fundacioncajarural.net

Reconocimiento a los establecimientos comprometidos con la DM como estilo de vida y bienestar en fecha y hora que se anunciará