

frutas y verduras
vitaminas e y b betacaroteno
antioxidantes
vitamina a y d



CONCURSO TAPA Y CÓCTEL SOLUDABLE
ESCUELAS HOSTELERIA 2017



Deliciosamente
saludable

disfruta
del sol sin
dejarte
la piel





El Certamen de Gastronomía Soludable "Disfruta del Sol sin dejarte la Piel" se enmarca en el programa de actividades de la Campaña de Fotoprotección y Diagnóstico Precoz del Cáncer de Piel del Área Sanitaria Costa del Sol, organizada por la Agencia Sanitaria Costa del Sol y el Distrito Sanitario Costa del Sol, con la finalidad de prevenir el cáncer de piel en nuestra comunidad.

Las radiación ultravioleta, ya sea procedente del sol o de fuentes artificiales, es la responsable de entre el 50% al 90% de los cánceres de piel. En cantidades pequeñas, las radiaciones ultravioleta son beneficiosas para la salud y necesarias para la síntesis de vitamina D. Sin embargo, a dosis elevadas son causa de cataratas, envejecimiento prematuro de la piel y distintos tipos de cáncer cutáneo. El empleo de diferentes métodos de fotoprotección, incluidos los dietéticos, constituyen una excelente medida para reducir estos riesgos.

El presente certamen pretende explorar nuevas formas de comunicación para transmitir a la población la importancia de la alimentación "**Soludable**", en esta ocasión a través de la cocina creativa. Para ello, se invita a los participantes (estudiantes de Escuelas de Hostelería malagueños), a la creación y elaboración de tapas y cócteles "Soludables", basados en tres principios:

- Alto contenido en alimentos antioxidantes (ricos en vitamina E,C, carotenoides o polifenoles).
- Ricos en vitamina D. y siempre dentro del marco de una cocina saludable.

(más información en www.disfrutadelsol.hcs.es)

<http://es.slideshare.net/NuriaLandladybLAZQUE/dieta-soludable>

Nos gustaría recibir numerosas recetas donde se premiará la riqueza del alimento que ayude a la fotoprotección y regeneración de la piel, su originalidad, creatividad y presentación ; *Ánimate a participar!*

vitaminas e y b
antioxidantes
frutas y verduras
betacaroteno
nutritivas
vitamina a y d

disfruta
del sol sin
dejarte
la piel

CONCURSO BASES LEGALES

1. Compañía organizadora.

La campaña de Fotoprotección y Prevención del Cáncer de piel "Disfruta del Sol sin dejarte la piel", organiza el **I Concurso de la Gastronomía Soludable**.

2. Ámbito y duración.

La actividad se iniciará el 10 de Abril de 2017 y finalizará con una fase presencial que tendrá lugar en el Hospital Costa del Sol (Marbella), el día 27 de Abril de 2017 en horario de 12:00 a 15:00h.

3. Población diana.

EL Concurso está dirigido a todos los alumnos de las Escuelas de Hostelería de la Costa del Sol.

4. Requisitos para participar.

Podrán participar en el concurso todos los alumnos de las diferentes Escuelas de Hostelería de la Costa del Sol, bien de forma individual o en forma de equipo, siendo requisito que todos los participantes estén matriculados en alguna de dichas escuelas en el año en curso.

5. Mecánica del concurso.

El concurso tendrá dos modalidades de presentación: "Tapa soludable" dirigido a alumnos de Cocina, y "Cóctel Soludable", especialmente destinado a alumnos de Servicios de dichas escuelas.

Para participar en el concurso será necesario inscribirse previamente, enviando un correo electrónico la dirección "certamendisfrutadelsol@gmail.com".

Dicho correo adjuntará un archivo word en el que figuren los siguientes datos:

- Nombre/s de los participantes con DNI y teléfono de contacto.
- Escuela de Hostelería a la que pertenecen.
- Nombre de la TAPA o CÓCTEL que se presenta a concurso.
- Breve descripción de los ingredientes y preparación.
- Fotografía de la tapa/cóctel.



vitaminas e y b
antioxidantes
frutas y verduras
betacaroteno
nutritivas
vitamina a y d

disfruta
del sol sin
dejarte
la piel

El período de inscripción será desde
el 10 de Abril hasta el 21 de Abril de 2017.

De todas los trabajos enviados, se seleccionarán un total de 10 (preferiblemente cinco tapas y cinco cócteles), que serán los que entrarán a concurso posteriormente en la fase presencial el 27 de Abril. La selección de los trabajos inicialmente seleccionados será comunicada personalmente a los alumnos el día 22 de Abril de 2017.

En una segunda fase, los alumnos seleccionados deberán presentarse el 27 de Abril de 2017 en el aula de seminario del Hospital Costa del Sol, a las 13:00 h.

Los alumnos deberán aportar 50 unidades elaboradas de la tapa presentada a concurso. Dispondrán de 30 minutos, de 13:00 a 13:30, para realizar el montaje final de la misma previo a su presentación. Para ello, se facilitará una zona de trabajo individual para cada concursante así como un microondas que será compartido por todos los participantes.

La materia prima así como el menaje específico para la presentación de las tapas/cócteles deberá aportarse por cada participante, así como los elementos para garantizar el frío, en caso de ser necesario, para la conservación de las tapas. En caso de duda, puede consultarse en el mail: certamendisfrutadelsol@gmail.com.

Las tapas serán expuestas, para su valoración por el jurado experto y el personal sanitario asistente al acto, de 13:30 a 15:00h en el aula destinada al evento.

6. Premios.

De entre todas las tapas presentadas se otorgarán dos premios:

Un Premio a la "Tapa más Soludable": Certificado y premio metálico de 600 euros.

Un Premio al " Cóctel más Soludable": Certificado y premio metálico de 600 euros.

Así como, obsequio de productos de fotoprotección para todos los preseleccionados.

A los premios se les aplicará la correspondiente retención de IRPF. El jurado podrá declarar desierto el concurso en el caso de considerar que ninguno de los trabajos presentados reuniese los méritos suficientes para ser premiado. El fallo será inapelable.



vitaminas e y b
antioxidante

frutas y verduras
betacaroteno

nutritivas

vitamina a y d

disfruta
del sol sin
dejarte
la piel

7. Selección de ganadores.

La selección de los trabajos ganadores se realizará mediante la valoración de un Jurado Experto (constituido por expertos del mundo de la cocina) y de un Jurado popular (constituido por una representación del personal sanitario del Hospital Costa del Sol).

8. Comunicación al ganador.

La comunicación del fallo del jurado, así como la entrega de premios, se realizará el mismo día 27 de Abril 2017, a las 15:00h en la sede del concurso.

9. Reservas y limitaciones.

El Hospital Costa del Sol queda eximido de cualquier responsabilidad en el supuesto de existir algún error en los datos facilitados por los propios agraciados que impidiera su identificación.

10. Protección de datos.

A los efectos previstos en la Ley Orgánica 15/1999, de Protección de Datos de carácter personal. Se establece que la aceptación del premio por el ganador, implica el otorgamiento expreso de la autorización al Hospital Costa del Sol, para utilizar su nombre y apellidos, así como su imagen, en cualquier actividad pública o de difusión relacionada con el presente concurso, sin que por ello tenga derecho a remuneración u obtención de beneficio alguno diferente de la entrega del premio. La negativa implicará la renuncia automática del premio.

Los datos suministrados por los participantes serán tratados confidencialmente y recopilados en un fichero automatizado de datos de carácter personal, siendo el Hospital Costa del Sol titular y responsable de dicho fichero, con domicilio en Ctr Nacional 340, Km 187, cuya finalidad será la gestión del presente concurso.

11. Aceptación de las bases.

La simple participación implica la aceptación de las presentes bases, por lo que la manifestación en el sentido de no aceptación de la totalidad o parte de las mismas implicará la exclusión del participante.



vitaminas e y b
antioxidantes
frutas y verduras
betacaroteno
nutritivas
vitamina a y d



vitamina a y d
aminas e y b



Deliciosamente
sóludable

disfruta
del sol sin
dejarte
la piel

ORGANIZAN

LA ALIMENTACIÓN PUEDE
REFORZAR TU **FOTOPROTECCIÓN**



Agencia Sanitaria Costa del Sol
CONSEJERÍA DE SALUD



Districto Sanitario Costa del Sol
Servicio Andaluz de Salud
CONSEJERÍA DE SALUD

frutas y verduras antioxidantes
betacaroteno nutritivas