



ASOCIACION DE DIABETICOS DE TOLEDO (ADITO)

Toledo, 12 de marzo de 2019

Estimados socios:

La Asociación de Diabéticos de Toledo os invita a participar en la **7ª Convivencia para personas con diabetes de la provincia de Toledo**, que vamos a celebrar el próximo **sábado 27 de abril de 2019**, en el complejo de ocio **“La Casa de los Forestales”** (Carretera Urda-Villarubia de los Ojos, Km. 11) **en Urda**.

La jornada aglutinará formación sobre temas de interés para el control de nuestra diabetes con actividades de ocio y tiempo libre; llevaremos a cabo la tradicional comida de hermandad e incluirá entre otras actividades, una bonita ruta de senderimo adaptada por los Montes de Toledo como podréis ver en el programa que os acompañamos.

Este año vamos a contar con la presencia de los siguientes ponentes:

- D^a Marta García Díaz, especialista en Nutrición Humana y Dietética, Presidenta del Colegio Oficial de Nutricionistas de Castilla-La Mancha, Directora del Centro de Educación en Nutrición y dietética (CENTO) y Dietista de la Unidad de Nutrición del Hospital Nacional de Parapléjicos
- D. Jorge Conesa Garcés, más conocido como “Jorge Moto”, conocido deportista con diabetes
- Los **precios** de la actividad son: **Socios: Gratis; No Socios: 15 €**

Para poder inscribiros, tenéis que enviar un email al correo electrónico informacion@aditoledo.es, o un WhatsApp al teléfono 648.975.625, indicando los siguientes datos:

- Nombre y apellidos de cada uno de los asistentes
- Correo electrónico y teléfono de contacto.
- Intolerancias alimentarias en el caso de que alguno de los participantes las padezcan.
- Para los acompañantes no socios: Justificante del pago.

El plazo de inscripción finalizará el viernes 26 de abril de 2018. Las plazas son limitadas de acuerdo a la capacidad tanto de las aulas como de los salones y comedores, por lo que se atenderán por riguroso orden de llegada. Tendrán preferencia para asistir al evento, por este orden, las personas que se quedaron sin plaza en la convivencia anterior los socios de ADITO, las personas con diabetes y los padres y madres de niñas y niños con diabetes.

El número de cuenta dónde se deberá realizar el ingreso es:

ES70 3081 0176 6724 7233 3125. El concepto del ingreso deberá ser **“Convivencia 2019”** + nombre y apellidos de quien reserva la plaza.

Os esperamos.





ASOCIACION DE DIABETICOS DE TOLEDO (ADITO)

7ª Convivencia para personas con diabetes de la provincia de Toledo.

PROGRAMA

10:00: Recepción, bienvenida y presentación de los ponentes

10:15 a 12:00:

Para adultos:

Charla: “Alimentación saludable y diabetes” a cargo de D^a Marta García Díaz, experta en Nutrición Humana y Dietética.

Para jóvenes y niños:

Experiencia personal: “Tu pon la meta; yo pondré mi alma inagotable” a cargo de D. Jorge Conesa Garcés “Jorge Moto”, deportista con diabetes.

12:00 a 12:30: Media mañana

12:30 a 14:15:

Para adultos:

Experiencia personal: “Tu pon la meta; yo pondré mi alma inagotable” a cargo de D. Jorge Conesa Garcés “Jorge Moto”, deportista con diabetes.

Para jóvenes y niños:

Taller práctico: “Alimentación saludable y diabetes” a cargo de D^a Marta García Díaz, experta en Nutrición Humana y Dietética.

14:30 a 15:30: Comida de hermandad

16:00 a 17:30:

Para adultos: Ruta de senderismo adaptada por los Montes de Toledo.

Para jóvenes y niños: Tiro con Arco, circuito de pasarelas y tirolina

17:30 a 18:00: Merienda

- 18:00 a 19:30: Gymkana temática por equipos.