

DIA 18 DE NOVIEMBRE

Día Mundial de la Diabetes 2018

"¡Actívate por la Diabetes, Valencia!"

El próximo 18 de noviembre la ciudad de Valencia acogerá la carrera y caminata solidaria. Frente al Palau de la Música

El próximo 18 de noviembre la ciudad de Valencia acogerá la carrera y caminata solidaria **"¡Actívate por la Diabetes, Valencia!"**.

La **Fundación para la Diabetes**, con la colaboración de la **Asociación Valenciana de Diabetes**, organiza este evento con el firme propósito de concienciar sobre la importancia del ejercicio físico en la prevención y el control de la diabetes.

Fecha: 18 de noviembre de 2018

Lugar: Jardines del Turia, zona Palau de la Música, Valencia

¡Inscripciones YA abiertas!

INCRÍBETE Y QUE NADIE NOS PARE ¡!!!

<https://sportmaniacs.com/es/services/inscription/carrera-y-caminata-solidaria-por-la-diabetes-ldquoactivate-por-la-diabetesrdquo-valencia>

Inscripciones on line:

Del 24 de septiembre al 15 de noviembre (cierre de inscripciones a las 14h)

Inscripciones presenciales:

Del 1 de octubre al 15 de noviembre (cierre de inscripciones a las 14h)

- Planta de Deportes de los C.C. El Corte Inglés de Avenida de Francia, Nuevo Centro y Colón:

Mira aquí las pruebas

<http://valencia.activateporladiabetes.org/pruebas/>

Reglamento

<http://valencia.activateporladiabetes.org/reglamento/>

Programa:

- **10:00** Salida carrera 5K
- **11:00** Salida caminata 2,5K
- **12:00** Carreras infantiles
 - **12:00** Chupetines (de 0 a 3 años). 65 metros
 - **12:05** MiniBenjamines (de 4 a 5 años). 65 metros
 - **12:10** Prebenjamines (de 6 a 7 años). 110 metros
 - **12:15** Benjamines (de 8 a 10 años). 355 metros
 - **12:25** Alevines (de 11 a 12 años). 710 metros
- **12:45** Entrega de trofeos y sorteo de regalos

Además de las pruebas deportivas, disfrutaremos de actividades lúdicas y animación durante toda la mañana.



Fundación
para la Diabetes

La Fundación para la Diabetes ofrecerá información sobre sus proyectos y ofrecerá merchandising, como las pulseras "Tengo Diabetes".



La Asociación Valenciana de diabetes ofrecerá información sobre sus actividades y además tendrán una actividad de pintacaras para los más pequeños.



El Colegio Oficial de Farmacéuticos de Valencia ofrecerá información sobre prevención de diabetes y realizará el test Findrisk a los visitantes para conocer el riesgo de desarrollar diabetes en un futuro.



La Fundació Lluís Alcanyís de la Universitat de València, a través de sus clínicas, ofrecerá:

- Servicio de fisioterapia a través de masajes fisioterapéuticos de recuperación muscular post-carrera
- Revisión podológica: Exploración de las sensibilidades del pie a través del cribaje neuropático
- Revisión optometría: revisiones oculares y consejos para detectar posibles anomalías de la vista.
- Revisión bucodental: revisiones de la boca y consejos para prevenir y tratar las complicaciones asociadas a la diabetes.



El Colegio Oficial de Dietistas-Nutricionistas de la Comunidad Valenciana ofrecerá información sobre hábitos de vida saludables, fomentando el consumo de frutas y verduras dentro de una alimentación saludable para toda la familia. Para ello presentarán información sobre los diferentes tipos de alimentos y recetas saludables con alimentos de temporada. Además habrá un taller sobre hidratación en la práctica deportiva.

Daniel Albero, el primer piloto de motos con diabetes tipo 1 que participará en el Rally Dakar, nos acompañará como padrino en el evento ¡Actívate por la Diabetes, Valencia!

Daniel Albero, el primer piloto de motos con diabetes tipo 1 que participará en el Rally Dakar, nos acompañará como padrino en el evento ¡Actívate por la Diabetes, Valencia! Durante la jornada podremos conocer en persona a este deportista que con su ejemplo nos demuestra que la diabetes no supone un límite para conseguir nuestros objetivos.

Sobre Daniel



Daniel es el primer piloto de motos con diabetes tipo 1 que participará en el Rally Dakar 2019. Además de su participación en esta dura competición, su proyecto va más allá de lo deportivo, "Un diabético en el Dakar" es un proyecto de emprendimiento social a través del deporte, cuyos objetivos son:

- Romper las barreras que impiden a millones de diabéticos en todo el mundo llevar a cabo una vida normal e impulsarlos a realizar actividades deportivas.

Impulsar y desarrollar el interés y el desarrollo de la investigación de la Diabetes.