****

ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ **Κομοτηνή, 14 Νοεμβρίου 2023**

**ΔΗΜΟΣ ΚΟΜΟΤΗΝΗΣ**

Διεύθυνση: Πλ. Γ.Βιζυηνού 1

ΚΟΜΟΤΗΝΗ, 69133

Τηλ. 2531352419

Fax: 2531352490

Ε-mail: [grtypoukomotinis@gmail.com](mailto:grtypoukomotinis@gmail.com)

**Δελτίο Τύπου**

**Ημερίδα με τίτλο «Διαβήτης- άσκηση & διατροφή»**

Η **Δημοτική Βιβλιοθήκη Κομοτηνής** στο πλαίσιο των δράσεων που υλοποιούνται με την **ΚΟΙΝΣΕΠ «Κομοτηνή Εν Δράσει» και ο Σύλλογος Ατόμων με Σακχαρώδη Διαβήτη Ροδόπης «Γλυκός Κόσμος»** με αφορμή την **Παγκόσμια Ημέρα Διαβήτη**, σας προσκαλούν στην ημερίδα «**Διαβήτης- άσκηση & διατροφή**».

Σάββατο  **18 Νοεμβρίου 2023** και ώρα **11:00** στη Δημοτική Βιβλιοθήκη Κομοτηνής.

**Πρόγραμμα ημερίδας**

**ΕΝΟΤΗΤΑ: ΑΣΚΗΣΗ**

1η ΥΠΟΕΝΟΤΗΤΑ: Άσκηση παιδιών με Σακχαρώδη Διαβήτη τύπου Ι. Οι επιδράσεις του Προγράμματος «BE-NEW», Ασπασία Παπαμίχου, PhD, Εκπαιδευτικός Φυσικής Αγωγής, Σύμβουλος Εκπαίδευσης Φ.Α. Νομών Έβρου & Καβάλας.

2η ΥΠΟΕΝΟΤΗΤΑ: Πρωτόκολλα άσκησης σε ενήλικα άτομα με Σακχαρώδη Διαβήτη. Η εμπειρία από το πρόγραμμα «BE-NEW», Απόστολος Σπάσης, PhD, Kλινικός εργοφυσιολόγος, Τ.Ε.Φ.Α.Α., Δ.Π.Θ.

**ΕΝΟΤΗΤΑ: ΔΙΑΤΡΟΦΗ**

Παναγιώτα Δεβετζή, Διαιτολόγος – Διατροφολόγος, Bsc Φροντίδα στο Σακχαρώδη Διαβήτη Msc

Σας περιμένουμε!

Για οποιαδήποτε πληροφορία, επικοινωνήστε με τη Δημοτική Βιβλιοθήκη Κομοτηνής.

☎️: 2531022589

📧:vivkomot@otenet.gr