



Mellito Pamphlet • Newsletter Diabetenolimits • numero 1 • gennaio • duemila12

"NOT PLAYED YET? PLAY ON DIABETES NOW!"

Responsabilmente, in Condivisione, in Campo Aperto, in Autosufficienza!

Siamo ad aggiornarvi sulle attività Diabetenolimits!

Buona lettura con auspicio di partecipazione e preghiera di divulgazione.



> DIABETE OUTDOOR • INTO THE WHITE

... Faticando per montagne a glicemia controllata

Esperienze di pratica sportiva di endurance in ambiente montano invernale

Ussita (MC) • Parco dei Monti Sibillini • 24>25>26 febbraio 2012

Escursioni, gite e tavoli di discussione su pratica sportiva in ambiente montano invernale aperti a persone con diabete insulino-trattato (con un minimo di esperienza outdoor) nello splendido scenario del Parco dei Monti Sibillini.

Discipline: scialpinismo, ciaspole, trekking, sci di fondo, winter trail.

[\[leggi tutto\]](#)



> DNL EDUCATIONAL • CONTA CHE TI PASSA 2012

Corso di carbocounting applicato

Verona • 3 e 10 marzo 2012

A grande richiesta, torna "Conta che ti passa"...

Il laboratorio DNL sulla metodica del "conteggio dei carboidrati", applicata in maniera ragionata e strategica alla terapia insulinica, al regime alimentare e agli stili di vita.

Novità 2012 • CCTP TUNE-UP • Verona, 31 marzo 2012: tagliando di richiamo per i partecipanti a CCTP 2011/2012 ...

[\[leggi tutto\]](#)



> PODISMO & DIABETE • RUNNING COUPON 2012

Tornano i "tagliandi" DNL dedicati alla maratona in collaborazione con il Marathon Sport Center di Brescia, partner tecnico ufficiale Diabete No Limits.

Benefici, sacrifici e gratificazioni della pratica sportiva agonistica, responsabile, condivisa e in campo aperto a portata della persona con diabete!

Test funzionali, programmi di allenamento personalizzati, tavoli di discussione, sperimentazione, partecipazione a competizioni del calendario nazionale e internazionale.

> COUPON #1 • BRESCIA // VERONA • 4-5 FEBBRAIO 2012

Competizione: Corsa su strada "10 Miglia Lupatoline" [\[leggi tutto\]](#)

> COUPON #2 • ROMA • 17-18 MARZO 2012

Competizione: maratona di Roma [\[leggi tutto\]](#)

> COUPON #3 • MILANO • 14-15 APRILE 2012 [\[leggi tutto\]](#)

Competizione: maratona di Milano (individuale e a staffetta)

> COUPON #4 • COPENHAGEN • 19-20 maggio 2012

Competizione: maratona di Copenhagen [\[leggi tutto\]](#)



ROAD MAP 2012 •

10 Settimane di corsa in Real Time!

"Happy Birthday DNL, Happy Birthday Granma Lima Insu"

Per il 5° compleanno di DNL e per il 90° compleanno dell'insulina, Copenhagen, capitale europea della produzione sintetica dell'ormone che regola il livello di glucosio nel sangue, sarà anche gara-obiettivo ROADMAP 2012, l'oramai classico appuntamento DNL dedicato al racconto e all'approfondimento di preparazione e partecipazione alla maratona. [\[leggi tutto\]](#)

www.diabetenolimits.org

> TRIMELLITO EXPERIENCE • 9-10 GIUGNO 2012 • IRONMAN 70.3 • PESCARA



Trimellito Experience ... la formula DNL applicata allo sport polivalente per eccellenza, il Triathlon: nuoto, bici e corsa senza soluzione di continuità ...

Proposta 2012: partecipazione di una rappresentativa DNL all'Ironman 70.3 di Pescara, nella gara individuale o a staffetta. Volontari della fatica fatevi avanti!

TRIMELLITO • EXPERIENCE

[\[LEGGI TUTTO\]](#)

THE TRIATHLETES WE ALL LOVE ARE @ DNL



> **CAMP MELLITO 2012 • ENDURANCE MULTISPORT CAMP**

Campo di allenamento multidisciplinare per podisti e ciclisti con diabete

La sinergia DNL e C&D (www.ciclismoediabete.it) nel segno di multidisciplinarietà, approfondimento e confronto, proseguirà anche nel 2012. Il camp si svolgerà in autunno in luoghi e tempi non ancora determinati.

La promozione di stage e campus vuole fornire alla persona con diabete gli strumenti e le conoscenze necessari per ottimizzare la gestione del diabete e la preparazione atletica, così da poter godere in sicurezza di tutti i benefici derivanti dall'esercizio fisico e massimizzare le performance sul campo di allenamento o in gara: oggi la persona con diabete di tipo 1 può e deve praticare sport con ambizioni, benefici, prospettive e gratificazioni pari a quelle di qualunque altro atleta.

Lavori in corso. Restate sintonizzati sulle frequenze DNL!

DNL REWIND ...

> **GMC 2011** > 8-11 dicembre 2011 Racconti dal primo stage multidisciplinare promosso da DNL e C&D! > [\[leggi tutto\]](#)

> **DAHON DEFI** > 1 gennaio 2012 ... #il più grande spettacolo del week-end > [\[leggi tutto\]](#)

> **NEL BOSCO DI ABETE** > Alberto Ghelli racconta ... [\[leggi tutto\]](#)

> **Raccontarsi, Raccontarsi, Raccontarsi!** > ogni contributo è il benvenuto ... scrivete a info@diabetenolimits.org



Le attività DNL, come le azioni delle persone, sfuggono talvolta a programmazione e prevedibilità ... incontri e iniziative estemporanei sono all'ordine del giorno ... su www.diabetenolimits.org tutto e di più!

Garda, 16 ottobre 2011

Diabete No Limits Onlus

email: info@diabetenolimits.org

posta certificata: diabetenolimitsonus@pec.it

web: www.diabetenolimits.org



DNL è su Facebook!

Cercaci!!

DISCLAIMER MEDICO:

Nulla su www.diabetenolimits.org può essere interpretato come un tentativo di offrire o rendere un'opinione medica o in altro modo coinvolta nella pratica della medicina. I contenuti, i contributi, le affermazioni presenti su questo sito sono l'espressione delle singole esperienze individuali, senza pretesa di verità assoluta o valenza scientifica.

Le informazioni fornite su www.diabetenolimits.org non possono sostituire in alcun caso il consiglio di un medico abilitato (cioè un laureato in medicina abilitato alla professione), o, nei casi specifici, di altri operatori sanitari.

Se non vuoi ricevere newsletter da Diabetenolimits scrivi a info@diabetenolimits.org con oggetto: STOP PLEASE! Non sarai più disturbato!

Diabete No Limits Onlus utilizza la posta elettronica per diffondere informazioni sulle proprie attività. In relazione all'art. 13 D.L. 196 del 30/06/03 e successive modifiche, il destinatario può richiedere la propria cancellazione come previsto dall'art. 7. Si precisa che gli indirizzi e-mail provengono da conoscenze personali, da contatti avuti in occasioni di manifestazioni, sulla rete o da elenchi e servizi di pubblico dominio pubblicati su internet, da dove sono stati prelevati a questo esclusivo scopo informativo. Le circolari sono sempre inviate in ccn (undisclosed recipient).

Pensieri, affermazioni, comunicati non provenienti da caselle di posta elettronica certificate o con estensione "diabetenolimits.org", così come i resoconti e i contributi presenti sul sito, indipendentemente da chi siano prodotti, non rappresentano la posizione ufficiale dell'associazione e sono da considerarsi espressione delle singole posizioni individuali. Solo affermazioni e comunicazioni provenienti da canali ufficiali o deliberate dal direttivo e approvate dall'assemblea hanno valore istituzionale e rappresentano nella forma e nella sostanza la posizione dell'associazione Diabete No Limits Onlus.

La partecipazione agli eventi DNL è aperta a tutte le persone con diabete che presentino i requisiti richiesti, indipendentemente dall'affiliazione ad associazioni, campagne o gruppi, in trasparenza e libertà: lo status di persona con diabete (attiva) e propensione al "raccontarsi" in trasparenza sono in linea di principio condizioni sufficienti per intervenire.