

# COMO PROSSEGUIR EM AVENTURAS COM DIABETES TIPO 1

**QUANDO:** 3 DE JULHO DAS 10:00 ÀS 12:30

**ONDE:** “little yoga studio”

Rua da Assunção 42, 1100-044 Lisboa, Baixa

*Preço: 20€ / 10€ para jovens menores de 18 anos*

Para mais informações, escreva para mim aqui

**SUGARBIKE.TOUR@GMAIL.COM**

## SOBRE MIM

Sou Fanny Zihlmann, diabética tipo 1 desde os quatro anos. Além de ser artista de teatro, tenho formação profissional na área da saúde. Este ano, estou embarcando em uma jornada de bicicleta solo pela Europa. No caminho, realizo workshops e documentarei minha jornada. Meu objetivo é quebrar estereótipos negativos e inspirar especialmente os jovens que vivem com doenças crônicas.

**PERGUNTAS E INSCRIÇÕES:**

**SUGARBIKE.TOUR@GMAIL.COM**

## UM WORKSHOP DIVERTIDO

Pensando em como viajar com diabetes?

Ainda é possível desfrutar de aventuras?

E quanto aos desafios de se afastar sua rotina diária?

Nos meus workshops, temos conversas abertas sobre viver com diabetes. Utilizamos jogos teatrais divertidos para criar um espaço seguro onde pessoas com diabetes, juntamente com seus amigos e familiares, podem compartilhar histórias e aprender uns com os outros. Em vez de apenas discutir tópicos médicos, focamos em como lidamos com a diabetes em nosso cotidiano - o que ajuda, o que desejamos e o que nos frustra. O workshop tem como objetivo capacitar os participantes a descobrirem sua própria jornada única com a condição.

