

# ¡Lleve el MOVIMIENTO a su evento o comunidad!

## MOVIMIENTO Por Su Vida CD/DVD y VHS

Dos productos del Programa Nacional de Educación sobre la Diabetes

Este CD/DVD de música en español le ayuda a incorporar más movimiento a su vida. El CD contiene seis canciones originales con ritmos hispanos/latinos y mensajes que inspiran y motivan a que la actividad física moderada ¡hace la diferencia!

Este producto también incluye un vídeo, que puede verse en DVD o computadora. El vídeo también está disponible como una pieza separada, en formato de VHS. El vídeo muestra personas, como usted, incorporando la actividad física en sus vidas. También se presenta un nuevo paso de baile.

Movimiento Por Su Vida CD/DVD y el VHS son un recordatorio divertido de que la diabetes se puede controlar y prevenir al integrar el MOVIMIENTO en su vida.

### **Para ordenar este CD/DVD o VHS:**

Llame al 1-800-438-5383 para ordenar su copia gratis o baje las canciones del Internet visitando, [www.ndep.nih.gov](http://www.ndep.nih.gov). Una copia del CD/DVD o VHS gratis por orden. No se aceptan órdenes en grandes cantidades. Los productos del NDEP están libres de derechos de autor. Usted está autorizado a duplicar este CD/DVD o VHS y distribuir cuantas copias desee.

**Use este producto de formas creativas para promover la actividad física:**

- En eventos comunitarios
- En programas de salud
- Como regalo o incentivo de su evento
- En ferias de salud
- En capacitaciones y juntas
- Como música de fondo para su evento



Mayo 2007

El Programa Nacional de Educación sobre la Diabetes del Departamento de Salud y Servicios Humanos de los Estados Unidos es un programa conjunto de los Institutos Nacionales de Salud y de los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades, con el apoyo de más de 200 organizaciones asociadas.