



Percorsi escursioni

Si ringraziano gli sponsor



ATD
ASSOCIAZIONE TUTELA DIABETICI
DEL COMPENSORIO FERMANO
ODV



V° CAMPUS

PER PAZIENTI CON DIABETE DI TIPO 1

ATD DEL COMPENSORIO FERMANO ODV

Agriturismo "Il colle del sole" fraz. Poggeto – MATELICA (MC)
16 – 17 – 18 settembre 2022

"Insieme si può"



OBIETTIVI

Gli obiettivi che il soggiorno nel campo scuola si propone di sviluppare sono:

- Sviluppare il processo di autostima e in modo da evitare che i pazienti, come spesso accade soprattutto nell'età più adulta, si isolino o si nascondano dagli altri;
- Incentivare l'accettazione della malattia soprattutto nei pazienti adulti;
- Migliorare la gestione del proprio diabete prima, durante e dopo l'attività fisica attraverso lo scambio di opinioni, consigli e informazioni derivanti dall'esperienza personale di ognuno, in modo che soprattutto i pazienti più sensibili e meno portati al dialogo o al rapporto con la propria condizione, possano trovare negli altri la disponibilità e la sicurezza per non sentirsi diversi e soli, nel momento in cui si trovano ad affrontare i problemi giornalieri del diabete;
- Trekking sulla terapia insulinica e microinfusore durante l'attività fisica programmata;
- Verificare l'attività del DIABETICO GUIDA in un percorso programmato;
- Eseguire una glicemia capillare durante le giornate, prima dei pasti e dopo le attività che verranno fatte;
- Possibilità per i partecipanti, sia con microinfusore che in terapia multi-iniettiva, di poter mettere un sensore per valutare la glicemia durante l'attività fisica;
- Insegnare la rotazione e le differenze di assorbimento delle zone di somministrazione e la valutazione di zone distrofiche;
- Valutare, con la dietista, quale tipo di approccio alimentare è più consigliabile nel caso di attività fisica e verificare quindi cosa fare e come intervenire in caso di ipoglicemia e soprattutto conta dei carboidrati prima dei pasti principali.

PROGRAMMA

Venerdì 16 settembre

- Partenza da Fermo ore 15:00, ritrovo Maxi-parcheggio
- Arrivo presso la struttura alle ore 16:30 (circa)
Accoglienza e sistemazione dei partecipanti.
- Ore 18:00 presentazione del corso e dello staff medico, da parte della presidente Rosalba Scolaro: dott.ssa Paola Pantanetti responsabile del Centro di Diabetologia di Fermo - dott.ssa Sandra Di Marco, Diabetologa - dott.ssa Grazia Michetti, Diabetologa - dott. Paolo Foglini, Diabetologo e

Consulente Scientifico dell'ATD di Fermo - dott.ssa Sonia Bognesi, Nutrizionista ed Integrazione Sportiva - dott.ssa Potintin Denisa Ioana, Podologa - dott.ssa Cristina Paoloni, Psicologa - dott.ssa Sara Alberti, Dietista

- Ore 18:30 Applicazione ed addestramento al corretto utilizzo dei sensori per il monitoraggio glicemico.
- Ore 19:00 Nutri-Amoci: corpo e mente - dr.ssa Sonia Bognesi
- Ore 19:45 Confronto/dibattito tra pazienti ed esperti, guidato da un conduttore.
- Ore 20:30 Cena
- Il dopo cena libero per socializzazione fra i partecipanti.

Sabato 17 settembre

- Ore 8:00 Colazione
- Ore 8:30 Presentazione, da parte della guida, delle escursione in programma e partenza per l'escursione
- Escursione
- Ore 13:00 Pranzo al sacco.
- Ore 16:00 Rientro presso la struttura
- Ore 17:30 Valutazione dei dati dei sensori e dei microinfusori con il team medico/tecnico. Dibattito tra pazienti ed esperti
- Ore 20:30 Cena
- Dopo cena: confronto interattivo con la podologa sulla prevenzione del piede diabetico.

Domenica 18 settembre

- Ore 8:00 Colazione
- Ore 9:00 Escursione/esercitazione pratica di attività fisica, S. Bognesi - Marco Cardinali - Carlo Baleani
- Ore 13:00 Pranzo
- Ore 15:00 Relazione "l'attività fisica e i suoi benefici" con riferimento ai dati dei sensori dei partecipanti
- Ore 16:30 Chiusura dei lavori e partenza per il rientro.

*"da soli si va più veloci...
...ma insieme si va più lontano"
(proverbio africano)*