



A.T.D. Del comprensorio Fermano ODV

C/o Medical Works

Via Galileo Galilei, 43

63822 - Porto San Giorgio

C.F.01117180446

Tel.347/5334294

Mail: info@diabetefermo.it

Sito Internet: www.diabeticifermo.it

Pec: diabetefermo@pec.it

Spett.le FONDAZIONE CARIFERMO

Porto San Giorgio lì, 28/09/21

Relazione Campus del 24/25/26 SETTEMBRE '21

"Insieme si può" : con questa certezza l' Associazione Diabetici del Comprensorio Fermano ODV continua per il IV ANNO la sua attività per l' informazione e l' educazione dei diabetici di Tipo 1 e di quanti hanno a cuore la salute.

Nei giorni 24/25/26 settembre ,l'Associazione ha organizzato in collaborazione con la responsabile del Servizio di Diabetologia di Fermo Dr.ssa Paola Pantanetti e la Dr.ssa Sandra Di Marco , il Ns.consulente scientifico Dott..Paolo Foglini , e la nutrizionista Dr.ssa Sonia Bolegnesi e per gli insegnamenti e indicazioni lungo i percorsi il Dott.Marco Cardinali e il geologo Carlo Baleani che ci ha fatto una grande lezione durante il Campus con un trekking in montagna nella zona della splendida UMBRIA .Il I giorno di campus venerdì 24/09/21 arrivo all'Agriturismo "BORGO UMBRO" in località Costacciaro (PG) accoglienza e sistemazione dei partecipanti ,ore 18:00 riunione e installazione dei sensori glicemici di alcuni dei partecipanti con la partecipazione dello sponsor,lezione di come abbassare l'indice glicemico,Cena ,il dopo cena libero per socializzazione fra i partecipanti.

Sabato 25/09/21 presentazione della guida delle escursioni in programma,partenza per l'escursione da Val di Ranco a Pian delle Macinare ,percorso 10 km ad anello sui sentieri in 225-229-242,con visita alla voragine di Boccanera sul sentiero n.241 dislivello in salita 300 mt.,durante l'escursione pranzo al sacco,rientro all'Agriturismo verso le ore 18:00.

Prima della cena riunione dei partecipanti per discutere della giornata ,scarico dati dei sensori e la risposta è stata valutata dai medici diabetologici del Cad di Fermo Dr.ssa Paola Pantanetti,Dr.ssa Sandra Di Marco.

Lo scopo è stato di promuovere l' educazione specifica per l' autogestione del diabete durante l' attività fisica, valutare la variabilità della glicemia durante l' escursione in montagna, favorire il confronto tra persone che condividono la stessa situazione, implementare le conoscenze nella gestione della terapia insulinica durante e dopo uno

sforzo fisico .

Durante il soggiorno si sono tenute inoltre lezioni su "*microinfusori e sensori glicemici*" e sulla "*gestione e benefici dell'attività fisica e sulla prevenzione e complicanze del diabete*" e l'alimentazione da seguire per ottenere una glicata media, con continui confronti tra i partecipanti , l' equipe medica e con domande e scambio di opinioni.

Domenica 26/09/21 partenza per l'escursione, visita alla Sezione stratigrafica paleomagnetica Gola del Bottaccione, limite tra era secondaria e terziaria. Quindi abbiamo percorso il sentiero n.251 degli antichi Umbri lungo l'antico acquedotto della gola del Bottaccione, lunghezza 2-3 km dislivello m.80. Conclusione con visita al Centro storico di Gubbio. pranzo, discussione sull'importanza dell'attività fisica e dei suoi benefici, con riferimento ai dati dei sensori dei partecipanti. chiusura dei lavori partenza per il rientro.

Abbiamo trascorso tre giorni a contatto con la natura, da vivere in comunità per far comprendere che essere portatori di diabete non pregiudica una vita normale.

In fede

Rosalba Scolaro

Presidente dell'A.T.D. DEL

COMPENSORIO Fermano

ASSOCIAZIONE TUTELA DIABETE
COMPENSORIO Fermano
ORGANIZZAZIONE DI VOLONTARIATO
Prato Polia Mediatorio Works
Via Galileo Galilei, SNC
63822 PORTO SAN GIORGIO (FM)
CF 01117180446



IV CAMPUS PER GRUPPO DI DIABETICI ADULTI

Costacciaro (PG) - Agriturismo "Borgo Umbro" - 24 - 25 - 26 settembre 2021

"Insieme si può"

OBBIETTIVI

Programma di educazione diabetologica da acquisire durante le giornate del campus:

- Trekking sulla terapia insulinica e microinfusore durante l'attività fisica programmata;
- Verifica dell'attività del Diabetico Guida in un percorso di attività programmata;
- Saper valutare una glicemia capillare eseguita 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 le escursioni;
- Monitorare il comportamento dei partecipanti nei momenti di aggregazione e favorire, soprattutto nelle persone più sensibili e magari meno portate al dialogo, a rapportarsi sulla propria situazione;
- Valutare insieme, alla nutrizionista, quale tipo di approccio alimentazione è più consigliabile per questa tipologia di escursioni, verificare quindi cosa fare e come intervenire in caso di ipoglicemia e soprattutto l'uso della conta dei carboidrati prima dei pasti principali;

In collaborazione con la Dr.ssa P. Pantanetti (responsabile f.f. della Diabetologia di Fermo), la Dr.ssa S. Di Marco, il consulente scientifico Dott. P. Foglini e la nutrizionista Dr.ssa Sonia Bolognesi.

PROGRAMMA

Venerdì 24 settembre

- Partenza da Fermo ore 15:00, ritrovo Maxi-parcheggio
- Arrivo in località Costacciaro (PG) – Agriturismo "BORGO UMBRO" alle ore 17:00 (circa)
Accoglienza e sistemazione dei partecipanti.
- Ore 18 (circa) riunione e installazione dei sensori glicemici a tutti i partecipanti con la collaborazione dello sponsor
- Cena
- Il dopo cena libero per socializzazione fra i partecipanti.

Sabato 25 settembre

- Colazione
- Presentazione da parte della guida delle escursione in programma, partenza per Escursione Guidata.
- Pranzo al sacco durante il tragitto. Rientro nel pomeriggio
- Prima della cena valutazione dei dati dei sensori e dei microinfusori presso la struttura con il team medico/tecnico.
- Cena - Dopo cena riunione partecipanti per discutere della giornata, sensazioni, domande e riflessioni.

Domenica 26 settembre

- Colazione.
- Partenza per Escursione Guidata
- Pranzo
- Discussione sull'importanza dell'attività fisica e dei suoi benefici, con riferimento ai dati dei sensori dei partecipanti.
- Chiusura dei lavori e partenza per il rientro

"da soli si va più veloci... ma insieme si va più lontano"

(proverbio africano)

Si ringraziano gli sponsor: **Biochemical Systems International**













A.T.D.
ASSOCIAZIONE TUTELA SAGGI DEI
Del Compensorio
Fermano
O.D.V.











