



A.D.I.M.I. ASSOCIAZIONE DIABETICI DEL MIRANESE
Sede: C/O Servizio Diabetologico O.C. : via. Luigi Mariutto 13—30035 Mirano (VE)
ONLUS: "VE0208" Recapito tel. 041/5794660 C/C Postale A.D.I.M.I.. n°17754300
C.F. : 90042480278 Sito : www.adimi.org e-mail : info@adimi.org

DICEMBRE 2016

FOTOCOPIATO IN PROPRIO

Cara/o amica/o



come ormai di consueto, all'approssimarsi delle feste natalizie, auguro a te ed ai tuoi familiari un felice **Anno Nuovo**, ricordandoti che puoi già rinnovare la tessera per l'anno sociale 2017 e continuare a sostenere l'ADIMI, che per statuto mira al miglioramento della qualità di vita dei diabetici.

Il rinnovo della Convenzione con l'ASL 13 (scaduta in agosto), che è servita in questi anni per finanziare parte dei progetti ADIMI, è ormai cosa certa ed entro l'anno dovrebbe essere firmata.

Siamo riusciti anche ad ottenere un piccolo potenziamento del finanziamento, in maniera da poter realizzare un maggior numero di **attività tra quelle previste dal Direttivo**.

Il sostegno richiesto puoi manifestarlo concretamente:

- **Associandoti all'ADIMI con il versamento di € 15,00** sul conto corrente postale n° 17754300, oppure, in occasione della visita presso il servizio di diabetologia dell'O.C. di Noale, rivolgendoti da martedì a venerdì di ogni settimana (ore 9÷12) agli incaricati ADIMI Primo e/o Paola.
Ricorda di iscriverti o di rinnovare l'iscrizione entro i primi mesi dell'anno, perché sia la copertura assicurativa che l'esercizio dei diritti di socio hanno validità dal 1.1 al 31.12 di ciascun anno solare.
- **Devolvendo all'ADIMI il 5% del tuo reddito** in occasione delle denunce fiscali del 730/Unico (tale operazione non ha alcun costo per te). **Ricorda il numero di codice fiscale ADIMI : C.F. 90042480278.**
- **Partecipando alle attività sociali dell'ADIMI** e proponendoti di convincere un altro diabetico o un tuo familiare ad iscriversi.
- **Dichiarandoti disponibile a far parte del futuro Consiglio Direttivo**, che dopo le elezioni si insedierà in occasione della prossima Assemblea ordinaria di Marzo/Aprile 2017: tutto quello che i diabetici sono riusciti ad ottenere in questi anni è il frutto dell'impegno di altri direttivi che ci hanno preceduto: noi abbiamo continuato, sperando di aver dato un contributo alla crescita dell'Associazione. **E' giunto il momento che altri raccolgano il testimone:** lo impone la Regione Veneto con la richiesta di modifica del nostro statuto, che attualmente non prevede un numero massimo di mandati per il Consiglio Direttivo. Se si vogliono ottenere i benefici di essere iscritti all'Albo delle Associazioni ONLUS della Regione, occorre adeguarsi a questa richiesta, che peraltro riteniamo corretta in quanto il ricambio degli organi di governo di un'Associazione garantisce una gestione più democratica e partecipata.

Il Babbo Natale ha un "ditone" puntato verso chi legge queste righe.

A questo disegno scelto tra i tanti voglio attribuire, oltre che il compito di augurare buone feste a tutti i diabetici, anche il significato simbolico di indicare la strada obbligata del ricambio nel governo della nostra Associazione: **se nessuno raccoglie il nostro testimone, l'ADIMI non potrà sopravvivere come ONLUS.**

Quest'anno mi corre l'obbligo di chiudere (invece che col consueto invito: **Aiuta l'Associazione a crescere!**) con il più pressante ed accorato : **Aiuta l'Associazione a sopravvivere!**

Seguono le principali attività svolte dall'Associazione nel 2016 e quelle future per il 2017.
Serenità ed auguri di Buone Feste a tutti voi e alle vostre famiglie,

Presidente ADIMI

Dott. Albino Bottazzo

ATTIVITA' 2016

1. Attività educative per i diabetici presso i punti di riferimento territoriali di:

- a. **CASELLE di S.M. di Sala** nei locali situati in Via G. Rossini, presso il Centro Sportivo Calcio a 5, messi a disposizione dall'Amministrazione Comunale. Risulta attivo il martedì dalle 9 alle 12. Per prenotarsi telefonare al N° 3292111417 (ref. ADIMI) durante l'orario di apertura del servizio.
- b. **Salzano**: a partire dal mese di settembre, presso la sede del Gruppo Anziani in via Colombo 1, nelle giornate di lunedì (una volta al mese per incontri di gruppo) e di giovedì (ogni settimana dalle 9.00 alle 12.00), sarà disponibile un punto di ascolto per l'educazione e la prevenzione della malattia diabetica, con possibilità di effettuare controlli da parte di personale infermieristico qualificato. Sarà sempre presente un volontario esperto A.DI.MI. Info: 347.1016223

2. Attività educative di gruppo

- A. **Per la Giornata Mondiale del Diabete** (16 Ottobre 2016) presso La Villa Farsetti di Santa Maria di Sala, grazie alla cortese ospitalità dell'Amministrazione comunale, **Incontri educativi su insidie nascoste e poco conosciute dai diabetici**: Le nuove tecnologie per il monitoraggio glicemico (dott.ssa A. Cosma), Retinopatie e maculopatie (dott.ssa G. Sanguinetti), Diagnosi e terapia dell'Arteriopatia periferica (dott. S. Sacca), L'esercizio fisico nel paziente cardiopatico e diabetico (dott.ssa P. Vettori), Esperienza e vissuto Dr. Albino Bottazzo.

B. **INCONTRI DI EDUCAZIONE SANITARIA IN AMBITO CARDIOVASCOLARE E DIABETOLOGICO**

organizzati come gli anni precedenti c/o la Sala Convegni O.C. di Noale dalle ore 08,30 - 09,30, dalla Cardiologia Riabilitativa e la Medicina dello Sport, assieme al Servizio di Diabetologia, al Dipartimento Prevenzione dell'ULSS 13 ed alle Associazioni di volontariato (Cuore Amico, A.DI.MI. e A.DI.R.B.). La partecipazione dei pazienti è stata numerosa e dopo le relazioni c'è sempre stata una partecipazione attiva con domande, commenti e proposte per un miglioramento dell'assistenza nel nostro territorio.

27 Gennaio 2016 : **Come combattere stress, ansia e depressione** (Dr.ssa Marzia Sarto)

10 Febbraio 2016: **L'esercizio fisico nel paziente cardiopatico** (Dr Ruggero Marin) e **L' esercizio fisico nel paziente diabetico** (Dr.ssa Erica Brugin)

24 Febbraio 2016: **La corretta alimentazione nel paziente cardiopatico e/o diabetico** (Dr.ssa Luisa Bedin)

9 Marzo 2016: **In cosa consiste e come comportarsi dopo l'intervento cardiocirurgico** (Dr D.Mangino)

6 Aprile 2016: **La malattia delle arterie periferiche** (Dr Salvatore Saccà) e **I sintomi cardiovascolari d'allarme** (Dott. Ceccato Francesco)

20 Aprile 2016: **Il progetto nazionale "Guadagnare in salute"** (Dr.ssa Federica Boin) e **La lotta al fumo nel nostro territorio** (Dr Fabrizio Guaita).

4 Maggio 2016: **Problematiche specifiche del paziente anziano** (Dr Alberto Cester) e **L'ipertensione arteriosa** (Dr Daniele D'Este)

18 Maggio 2016: **Il ruolo delle Associazioni dei pazienti: Cuore Amico Mirano onlus** (Dr Nicolò Cammarata) e **L'importanza della visita oculista nel paziente cardiopatico e/o diabetico** (Dr Romeo Altafini)

8 Giugno 2016: **Il ruolo delle Associazioni dei pazienti: Associazione Diabetici del Miranese** (Dr Albino Bottazzo) e **Le nuove metodologie per il monitoraggio glicemico** (Dr.ssa Luisa Contin)

21 Settembre 2016: Come combattere stress, ansia e depressione (Dr.ssa Marzia Sarto)

5 Ottobre 2016: La corretta alimentazione nel cardiopatico e/o diabetico (Dr.ssa Luisa Bedin) e **Composizione corporea e dispendio energetico** (Dr.ssa Giovanna Tegon)

19 Ottobre 2016: L'esercizio fisico nel paziente cardiopatico e/o diabetico (Dr Ruggero Marin) e **Il ballo "terapeutico"** (Dr.ssa Eleonora Zanella)

2 Novembre 2016: La nuova organizzazione territoriale della Diabetologia (Dr Albino Bottazzo) e **Il diabete e le sue complicanze** (Dr.ssa Luisa Contin)

16 Novembre 2016: Quando l'igiene orale può essere pericolosa: la profilassi per l'endocardite batterica (Dr Domenico Mangino, Vera Renier)

30 Novembre 2016: L'importanza delle vaccinazione nei pazienti cardiopatici e/o diabetici (Dr Flavio Valentini, Dr.ssa Federica Boin)

14 Dicembre 2016: Cuore Amico Mirano onlus: 15 anni di attività nel territorio(Dr Nicolò Cammarata) e **Angioplastica coronarica e stent: istruzioni per l'uso** (Dr Salvatore Saccà)

- C. **9 giugno 2016**, presso la nuova sede A.DI.MI. di Mirano, ex pediatria O.C. di Mirano, incontro formativo organizzato dall'ADIMI su: **Le tecniche di iniezione dell'insulina, Cosa sono le lipoipertrofie e come evitarle, I nuovi aghi per le penne insuliniche** (dott. Ferro Luigi)

3. Attività specifiche di prevenzione primaria

A. PROGETTO "DIABETICI IN PALESTRA"

Il progetto è andato a regime nel 2015 ed è proseguito per tutto il 2016 malgrado l'interruzione ad agosto della copertura economica della Convenzione. L'attività motivazionale è compito del team diabetologico, ma risultano a carico dell'ADIMI il pagamento dell'operatore di fitness metabolico e la manutenzione dei cicloergonometri e a carico dell'ADIRB l'organizzazione degli appuntamenti e dei controlli glicemici e pressori.

B. PROGETTO MOVIMENTO=SALUTE

Sono continuati, come ormai storicamente noto, i **corsi di attività motoria in palestre convenzionate** con l'ADIMI situate presso:

- lo Stadio Comunale Salvador Allende di SPINEA: Lunedì e Giovedì 8,30-11,30 (3 turni).
- SPINEA in Via Cicci: Lunedì e Giovedì 14.45-15.45
- La sala Parrocchiale di Salzano: mercoledì e sabato 8.30- 10.30 (3 turni).
- La Scuola Media Statale di Salzano: Martedì e Venerdì 14.30- 15.30
- La Scuola elementare di Caselle di S.M. di Sala in collaborazione con G.S. FENICE: Lunedì e Giovedì 20-22 (2 turni); Martedì 16.30-17.30 ; Venerdì 16,15- 17,15

Obiettivi dei corsi: avvicinare all'attività motoria il maggior numero possibile di diabetici e/o soggetti a rischio di diventarlo per migliorare le condizioni generali di salute e prevenire la patologia diabetica e le sue complicanze. In tali palestre l'esercizio fisico viene gestito da istruttori specializzati in fitness metabolica con la presenza motivante di "*diabetici guida*". Almeno all'inizio ed alla fine dei corsi, vengono effettuati controlli da parte di personale infermieristico: altezza, peso corporeo, circonferenza vita, indice di massa corporea, glicemia, pressione arteriosa e frequenza cardiaca.

- C. **ALTRE INIZIATIVE: CAMMINATE di NORDIC WALKING** a Robegano e a Salzano all'interno del parco di Villa Romanin Jacur e dell' OASI LYCAENA di via Villetta.

D. PROGETTO PRESIDI DIAGNOSTICI INNOVATIVI

L'ADIMI ha continuato, mediante una serie di incontri con i diabetici che l'hanno sperimentato, a monitorare la validità del FreeStyle Libre della Abbot per il controllo in continuo della glicemia. Ha, inoltre, fornito ai diabetologi una diversa tipologia di strumento brevettato da un'altra azienda produttrice di diagnostici (Dexcom): attendiamo i risultati riscontrati da loro.

E. SCREENING GLICEMICI

Gli screening sono stati effettuati in occasione della giornata mondiale del diabete in periodi scadenzati per singola località tra ottobre e novembre a: Mirano, Salzano, S. M. Sala e Spinea.

ATTIVITA' FUTURE PER IL 2017

In linea di massima per il 2017 si intendono ripetere le attività espletate nel 2016 con alcune varianti che definiremo più avanti, una volta firmata la Convenzione.

Di seguito solo alcune iniziative già approvate dal Consiglio direttivo:

1. **POTENZIAMENTO DEI PUNTI DI RIFERIMENTO TERRITORIALI per il diabete a Spinea e Mirano:**

L'ADIMI, credendo fortemente nella validità dei punti di riferimento, vorrebbe investire parte dei finanziamenti della Convenzione nella realizzazione di due nuovi punti di riferimento a Mirano e Spinea; i diabetici residenti in queste due realtà territoriali **sono rimasti fortemente danneggiati dal cambio di sede del servizio di diabetologia da Mirano a Noale.**

2. **ATTIVITA' MOTORIA:** nell'augurio che prosegua bene il "laboratorio di attività motoria" al CAD di Noale, ci aspettiamo un aumento dei soggetti (diabetici o a rischio di diventarlo) frequentanti le palestre, convenzionate con l'ADIMI a prezzi molto convenienti.

L'ADIMI ha sostenuto l'attivazione di una **palestra per diabetici e/o cardiopatici a Noale** : l'U.O.C. di Medicina dello Sport di Noale ha, infatti, messo a disposizione la propria palestra attrezzata per attività motorie a favore di soggetti diabetici e/o cardiopatici in orario pomeridiano.

Le attività motorie per i diabetici non si limiteranno solo alla palestra, ma si estenderanno sul territorio attraverso una serie di iniziative (biciclettate, corse, passeggiate, gite sociali ect.) .

Per il momento risultano deliberate le seguenti iniziative organizzate dal gruppo ADIMI di Salzano:

- **Sabato 21.2.17** (ore 15.00-16.30): Camminata a Salzano con percorso a circuito di circa 4 km che si snoda tra le vie periferiche del paese e lungo l'argine con tappe per esercizi di mobilità e allungamento muscolare. Ritrovo e partenza dal parcheggio del ristorante Belfiore.
- **Sab 18.3.17 Ore 15.00-16.30 CAMMINATA al PARCO DEI LAGHETTI MARTELLAGO:** Il percorso si svolgerà al suo interno con tappe per esercizi di mobilità e allungamento muscolare. Ritrovo all'ingresso del Parco da via delle Pree di Martellago.
- **Sab 22.4.17 Ore 15.00-16.30 CAMMINATA nell'OASI NATURALISTICA WWF NOALE** : Il percorso si svolgerà all'interno del Parco naturalistico con l'ausilio di una guida. Ritrovo presso il parcheggio della stazione dei treni di Noale: Costo 2 €
- **Sab 13.5.17 Ore 7.00-21.00 GITA A TORRI DEL BENACCO o VINCHETTO CELARDA.**
Gita di un'intera giornata con ritrovo e partenza presso il parcheggio dell'area Brolo dietro l'ex filanda di Salzano alle ore 7.00. Ritorno previsto per le ore 21.00. Costo previsto 60,00 €
- **Sab 4. 6.17 : CENA DI FINE ANNO:** tutti gli iscritti alle Palestre e i loro parenti sono invitati alla consueta cena conclusiva dell'anno trascorso assieme. Menu e luogo da definirsi.