



Associazione per l'aiuto ai Giovani Diabetici

# AGD CAMP

## BARDONECCHIA 2022

### CAMPO SCUOLA SANITARIO



Si terrà a Bardonecchia (To), in Val di Susa, presso la struttura ricettiva del **Villaggio Olimpico** da **mercoledì 29 giugno a domenica 03 luglio 2022** per bambini e ragazzi con **Diabete di Tipo 1** ed eventualmente anche **Celiachia** da 8/9 a 17 anni.

#### Soggiorno:

prevede trattamento di pensione completa, tutto incluso, presso:



Viale della Vittoria 46/b - 10052 Bardonecchia, tel. +39 0122 980799.

**La struttura** si trova ad una quota di circa 1.300 m.s.l.m. e, al suo interno, è dotata di numerosi impianti sportivi e ricreativi (campi da calcio, calcetto, basket, pallavolo, sale ricreative, sale giochi, biliardi, tennis tavolo, biliardini, palestra, piscina, centro benessere, cinema, teatro, ecc.).

**La cucina**, attenta alla qualità ed alle esigenze alimentari degli ospiti (intolleranze, celiachia, prescrizioni mediche e/o religiose), valorizza la tradizione montana e i prodotti tipici.



**I viaggi** di andata e ritorno per la location verranno effettuati tramite autobus con conducente per tutti i partecipanti insieme, staff incluso.

#### Figure professionali coinvolte:

medici specialisti e specializzandi in pediatria, con specifica preparazione in ambito diabetologico, dietiste, psicologo, infermiere professionali, operatori specializzati,

educatori, volontari A.G.D., istruttori federali delle attività sportive e guide specializzate. Queste figure seguiranno i ragazzi durante le attività educative, sportive e di animazione, programmate allo scopo di sviluppare la capacità di affrontare in modo adeguato l'impegno che esse richiedono, adattando la terapia e condividendo con i compagni questa esperienza.

## **Volontariato e scuole superiori – Percorsi per le competenze trasversali e l'orientamento (PCTO):**

in collaborazione con licei locali le figure professionali coinvolte saranno affiancate da alcuni ragazzi delle classi quarte al fine di portare avanti un percorso interdisciplinare di informazione/formazione e di sensibilizzazione degli studenti sulle tematiche trattate, che venga valorizzato e riconosciuto anche come PCTO a scuola.

### **Obiettivi generali:**

educare i giovani con diabete insulino-dipendente e eventualmente anche celiachia, ad una corretta gestione della patologia per migliorare la qualità della loro vita attraverso la consapevolezza che, con un'adeguata preparazione ed il rispetto delle regole richieste dalla terapia, si può affrontare qualsiasi attività, ordinaria e straordinaria con serenità ed in sicurezza.

Il percorso educativo, che prevede lezioni giornaliere, si propone di toccare i **quattro cardini della terapia**, nel dettaglio:

#### **1- SOMMINISTRAZIONE DI INSULINA**

Sensibilità insulinica e fabbisogno insulinico, come applicare questi dati al fine di calcolare il corretto dosaggio insulinico a seconda delle necessità (pasti e/o correzione di valori glicemici, adeguamento dei dosaggi alle diverse attività motorie).

Ripasso dei principi imparati durante la formazione ospedaliera con brevi lezioni giornaliere.

#### **2- EDUCAZIONE ALL'AUTOCONTROLLO**

Come utilizzare correttamente ausili e strumenti tecnologici: glucometro, pompa insulinica (microinfusore), dispositivi CGM e non (sensori) e come interpretare ed utilizzare i dati forniti. Brevi lezioni giornaliere.

#### **3- ADEGUATA ALIMENTAZIONE E CALCOLO DEI CHO**

Saper riconoscere gli alimenti contenenti carboidrati (semplici e complessi) e glutine, saper riconoscere il peso in grammi degli alimenti ed il relativo peso in CHO, conoscere gli alimenti a basso indice glicemico, tradurre il pasto che si sta per assumere in unità di insulina da somministrare per la corretta metabolizzazione a seconda della propria sensibilità insulinica e del proprio fabbisogno. Brevi lezioni prima di ogni pasto.

#### **4- ATTIVITA' FISICO-SPORTIVA REGOLARE**

Imparare a conoscere come il proprio corpo reagisce alle diverse attività motorie e a ridurre conseguentemente i dosaggi di insulina da somministrare, imparare a riconoscere e gestire con rapidità le ipoglicemie da attività fisica. Riconoscere attraverso dati e stato fisico il benessere apportato da una corretta e costante attività fisica. Introduzione e monitoraggio costante ad ogni attività svolta.

## RITROVO e PARTENZA:

**Mercoledì 29 giugno, ritrovo alle ore 6:50, partenza alle ore 7:00.**

**Presso il parcheggio di largo Bellini (Conservatorio Guido Cantelli), angolo Via Solaroli (vicinanze Ospedale Maggiore della Carità).**

**SI RACCOMANDA LA PUNTUALITA'**

## PROGRAMMA giornaliero delle attività:

### MERCOLEDI'

Arrivo previsto per le ore 9:15.

In mattinata: prima accoglienza e deposito bagagli, allestimento degli spazi ad uso esclusivo e prima attività di conoscenza.

Uscita per **escursione storico naturalistica** con guide ambientali, spiegazioni sull'utilizzo del legno, sulle tipologie di bosco e cenni sulle specie arboree e arbustive del luogo, e trattazione di argomenti legati all'ambiente. Pranzo al sacco e ritorno in struttura.



Nel pomeriggio: **attività didattica e presentazione del programma.** Sistemazione in camera, igiene personale, preparazione alla cena.

In serata: **Introduzione alle attività acquatiche** del mattino successivo e breve lezione di **biologia marina.**

### GIOVEDI'



In mattinata: **attività in piscina** dove i ragazzi si alterneranno tra attività libere e di acquaticità e prove di attività subacquee.

I ragazzi saranno seguiti

dagli istruttori federali dell'A.S. **Primo Club Lacustre Sommozzatori** di Novara, che hanno aderito al "Progetto Diabete e Sport" di A.G.D e recepito protocolli di immersione appositamente studiati per la patologia diabetica da team di specialisti per mantenere la pratica di questo sport in sicurezza.

Nel pomeriggio: escursione semplice ("Giro ad anello della Grange della Rho e visita alla cappella di Mont Serrat").



In serata: **torneo indoor** a squadre: calcio balilla + tennis tavolo + biliardo.



## **VENERDI'**

In mattinata: **Attività** esterna di arrampicata nel vicino **Parco Avventura** di Bardonecchia.

Nel pomeriggio: in struttura, **torneo all'aperto** a squadre: calcetto + basket +



volley.

In serata: cinema in struttura.

## **SABATO**

In mattinata: Uscita per escursione semplice in direzione del Forte Museo Bramafam.

Nel pomeriggio:

**Attività proposte dai tutor** e di preparazione al "talent show" che si terrà in serata.

In serata: **"AGD'S GOT TALENT"**: i ragazzi potranno esprimere la loro creatività o dimostrare le loro capacità artistiche, comiche, sportive o altro in assoluta libertà ed "autogestione".

Per questa attività i ragazzi sono invitati ad organizzarsi fin da casa e a portare al campo tutto il materiale che riterranno necessario o utile per le esibizioni: costumi, strumenti musicali, attrezzi, giochi e materiale vario.



## **DOMENICA**

In mattinata: sveglia e preparativi per il **ritorno**, colazione, attività di chiusura campo e congedo finale, ritiro bagagli e partenza dalla struttura ospitante per il ritorno alle **ore 10:00** c.a.



L'arrivo a Novara è previsto verso le ore 12:15 c.a.

I genitori sono invitati ad attendere nel luogo della partenza i ragazzi per l'accoglienza al rientro.

## **Orari – Programma gestione giornata tipo:**

ore 7.30	sviglia, sistemazione camere
ore 8.00	controlli metabolici, conteggio CHO, terapia insulinica
ore 8.30	colazione
ore 9.00	attività didattica formativa
ore 10.00	attività sportiva-ricreativa
ore 11.00	eventuale spuntino
ore 11.30	ripresa attività
ore 12.30	controlli metabolici, conteggio CHO, terapia insulinica
ore 13.00	pranzo
ore 14.30	attività educativa/sportiva/ricreativa
ore 16.00	pausa spuntino - eventuali controlli metabolici
ore 16.30	ripresa attività
ore 18.30	igiene personale,
ore 19.30	controlli metabolici, conteggio CHO, terapia insulinica
ore 20.00	cena
ore 21.00	attività educative/di animazione
ore 23.00	controlli metabolici e terapia insulinica basale
ore 23.30	ritiro nelle camere per la notte
ore 23.45	briefing dello staff sull'andamento del campo e di ogni singolo soggetto

## **CONTATTI CON I RAGAZZI**

sulla base dell'esperienza maturata nelle precedenti edizioni, la fascia oraria individuata per poter contattare i ragazzi senza disturbare le normali attività del campo sarà l'orario di cena. Le telefonate saranno pertanto consentite **dalle ore 20,00 alle ore 21**, periodo nel quale i telefoni cellulari saranno riconsegnati ai partecipanti. Per il resto della giornata i cellulari saranno ritirati e custoditi dallo staff, fatta salva la necessità di lettura dei sensori. Ai cellulari dovrà essere apposta etichetta col nome del partecipante.

Per eventuali urgenze i responsabili del campo potranno sempre essere contattati al cell. n. **335 7669 321**.

## **NOTE INFORMATIVE GENERALI**

### **COSTI:**

**il COSTO del soggiorno sarà di: TOTALE € 250,00**

di cui:

**€ 200 costo per il soggiorno e le attività**, agevolato riservato gli associati in regola con il pagamento della quota annuale;

**€ 50,00 costo del trasporto** di andata e ritorno in autobus.

La quota di partecipazione COPRIRA':

- vitto, alloggio, attività ludico sportive, anche fuori sede, noleggio mezzi ed attrezzature in formula all-inclusive, assicurazione, trasferimenti vari e viaggio di andata e ritorno.

La quota di partecipazione NON COPRIRA':

- associazione o rinnovo quota associativa A.G.D 2022 al costo di **€ 10,00, obbligatoria per la partecipazione;**

### **Modalità di iscrizione:**

l'iscrizione dovrà essere effettuata compilando i moduli allegati e inviando gli stessi, unitamente a copia del pagamento ad:

A.G.D. Novara, e-mail: [agdnovara@gmail.com](mailto:agdnovara@gmail.com)

**TASSATIVAMENTE entro Sabato 14 maggio 2022**

Il pagamento dovrà essere effettuato tramite Bonifico Bancario al

C/C Banco Popolare di Novara,

IBAN: IT 04 K 05034 101050000000 20393 ,

intestato ad A.G.D. Novara O.d.V.

causale: COGNOME NOME (del partecipante) – CAMPO 2022

per chi non avesse ancora provveduto all'iscrizione ad A.G.D o al rinnovo annuale della quota sarà possibile farlo contestualmente al versamento per l'iscrizione al campo aggiungendo € 10,00 all'importo (**Tot. €260,00**) ed aggiungendo alla causale: **+ISCRIZIONE.**

Per le nuove iscrizioni sarà necessario compilare anche il modulo di richiesta di associazione.

Qualora il numero delle richieste superasse la disponibilità di posti, la decisione ultima sui partecipanti verrà effettuata dallo staff medico.

In tale eventualità il costo del campo verrà interamente restituito.

**Penalità per rinunce:** come richiesto dalla struttura ospitante, le rinunce individuali comporteranno la perdita della quota versata nelle misure del: 30% entro il 14° giorno precedente la data di inizio del soggiorno, 50% entro il 17° giorno, 75% entro il 3° giorno, 100% per rinunce comunicate negli ultimi 3 giorni precedenti la data di inizio soggiorno.

**Covid 19:** in caso di decreti governativi o regionali che vietino lo spostamento tra regioni e/o determinino l'impossibilità di fruire del soggiorno prenotato, sarà restituito l'intero importo versato. Verranno comunque applicate le norme in vigore al momento.

### **MATERIALE DA PORTARE:**

#### **1. ABBIGLIAMENTO:**

pantaloni corti e lunghi

tute da ginnastica

maglioncini pesanti e/o pile

magliette manica corta

costume (intero per le ragazze)

cuffia per piscina

il necessario per l'igiene personale

ciabatte per la doccia/piscina

canottiere	giubbotto antivento/antipioggia
mutandine	occhiali da sole
pigiama	cappellino
calze	crema solare
scarpe da ginnastica	repellente per insetti
torcia tascabile	calcolatrice tascabile
zainetto	accappatoio, se ritenuto necessario
maschera, occhialini da nuoto SE GIA' POSSEDUTI	

Le camere **SONO dotate di: asciugacapelli, lenzuola ed asciugamani/teli per il bagno.**

Il telo spugna per la piscina **verrà fornito all'ingresso della stessa.**



Si consiglia di NON portare al campo abiti costosi o oggetti di valore e di contrassegnare con il proprio nome ciò a cui si tiene di più e che potrebbe essere facilmente confuso o lasciato in giro.

## 2. **SANITARIO:**

Cartucce insulina, penne, aghi, microinfusore e set di cambio, sensore (aghi, cannule, adattatori, batterie, pile), glucometro, strisce, lancette, pungi-dito.

Il materiale sanitario di ricambio dovrà essere inserito in una busta trasparente chiusa contrassegnata col proprio nome e cognome, conservato nel frigorifero di cui ogni camera è dotata e gestito con l'aiuto del personale sanitario all'occorrenza degli approvvigionamenti.

Chi è sottoposto a terapie specifiche dovrà portare i farmaci occorrenti e comunicarlo all'atto dell'iscrizione e al momento dell'accoglienza.

### **DIVIETI:**

Al campo è vietato:

- fumare;
- bere alcolici;
- l'uso del cellulare al di fuori del contatto serale con le famiglie;
- l'uso di videogiochi in generale;
- portare coltellini e oggetti pericolosi di vario genere;

### **REGOLE DI COMPORTAMENTO:**

- I ragazzi sono tenuti a rendersi responsabili dello spazio in cui vivono, provvedendo al riordinano quotidiano delle proprie cose nelle stanze.
- Sono tenuti ad un comportamento e ad un linguaggio rispettoso delle persone, delle cose e delle diverse situazioni.
- L'abbigliamento e le calzature dovranno essere adeguati alla situazione.
- Non saranno tollerate parolacce, prese in giro pesanti e altre forme di aggressione verbale.

- Non saranno ammesse spinte, pugni, calci, sgambetti, dispetti e altre forme di aggressione fisica.
- **I partecipanti NON possono allontanarsi dal gruppo senza avvisare lo staff.**
- Per motivi di privacy, fotografie e filmati che ritraggano altri partecipanti al campo potranno essere utilizzati esclusivamente per uso privato e non potranno essere resi pubblici (siti internet, social networks o altro) senza la preventiva autorizzazione degli organizzatori.

## **COVID 19 – COSA FARE PER UNA VACANZA PIU' SICURA** **(REGOLE IN VIGORE FINO A DIVERSE DISPOSIZIONI NORMATIVE)**



- Accesso al Villaggio Olimpico, ristorante e sale comuni con Green Pass.
- Nelle aree comuni al chiuso si può accedere solo indossando la mascherina.

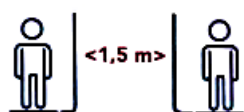


- Se hai febbre (37,5°C o maggiore) o sintomi simil-influenzali rimani in camera e informa la reception. Ti daremo assistenza.



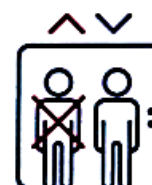
- Lava spesso le mani con sapone o con il gel a base alcolica disponibile in struttura.

- Copri bocca e naso con un fazzoletto in caso di tosse o starnuto, se sprovvisto starnutisci o tossisci nell'incavo del gomito.



- Mantieni la distanza di almeno 1,5 metro da staff e altri ospiti.

- È consentito usare l'ascensore agli ospiti di una camera alla volta. Evita di salire in ascensore con persone che non conosci. Se puoi, prendi le scale.



- Non lasciare effetti personali negli spazi comuni.

- Accesso a aree relax, benessere, sportive con prenotazione e con Green Pass.



- Indossa sempre il braccialetto che ti è stato dato all'arrivo. Ti garantirà l'accesso a spazi sanificati, riservati e sicuri.

### **COMUNICAZIONI finali:**

E' indispensabile informare il personale sulle abitudini dei figli: per esempio se hanno paura del buio, se riposano tranquilli, se hanno bisogno di essere svegliati durante la notte per fare pipì, se hanno intolleranze alimentari e/o prescrizioni religiose.

Saranno disponibili in loco per tutti: disinfettante, cotone e il materiale sanitario d'uso generico non legato alla somministrazione d'insulina e alla misurazione della glicemia (medicinali vari e/o materiale per pronto soccorso, ecc.).



Il personale medico si renderà disponibile a confrontarsi con i genitori interessati in merito all'esperienza alla prima visita medica successiva presso il centro ospedaliero.

Si evidenzia che in caso di omissione di documenti (moduli, liberatoria, copia del bonifico) l'iscrizione sarà ritenuta **NON VALIDA** ed il pagamento restituito.

Il mancato rispetto delle regole in loco potrà comportare il provvedimento di esclusione del trasgressore dalla prosecuzione dell'esperienza. Lo stesso sarà fatto ritornare alla propria dimora tempestivamente.

I partecipanti selezionati saranno contattati **entro e non oltre sabato 28 maggio 2022** tramite telefonata e/o e-mail ai contatti indicati nei moduli di iscrizione.

Prima della partenza, il giorno **sabato 25 giugno 2022**, si terrà una riunione presso la Clinica Pediatrica per comunicare gli ultimi dettagli organizzativi, per rispondere alle domande delle famiglie e per confrontarsi insieme sulle regole e norme di comportamento che i partecipanti saranno tenuti ad osservare durante il soggiorno.

Per info e contatti:

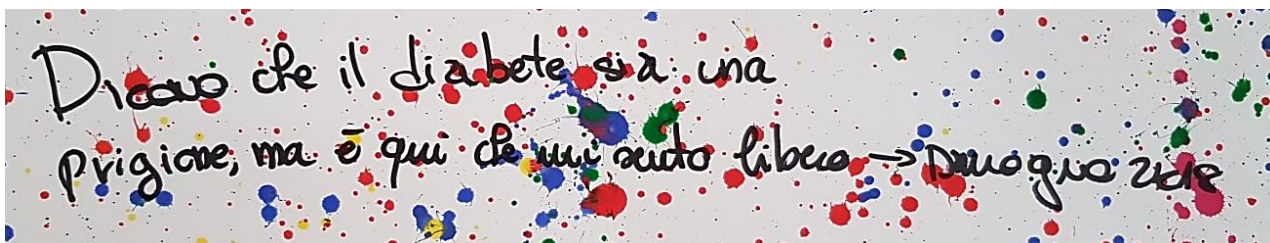


**Associazione per l' Aiuto ai GIOVANI DIABETICI**  
**A.G.D. Novara OdV**

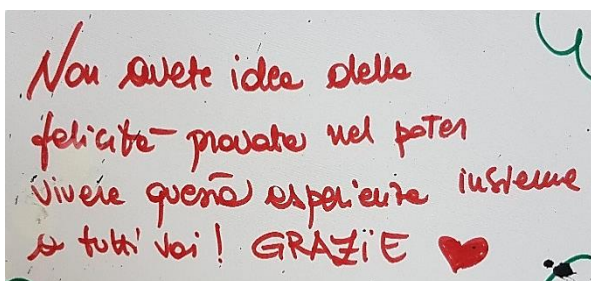
Via Scavini, 2A - 28100 Novara - 335 7669321  
agdnovara@gmail.com - www.agdnovara.it

Registro Regionale Organizzazioni di Volontariato n°4660/94  
Registro Regionale delle Persone Giuridiche Regione Piemonte n. 1414/19

da "LiberaMente", AGD Camp - Druogno 2018 ...



da "LiberaMente", AGD Camp - Druogno 2019 ...



**Vi aspettiamo !!**

In collaborazione con:



Con il patrocinio di:

