

Verona, 07 agosto 2019

Ai Sigg. Soci
dell'Associazione Diabetici Verona- ODV

OGGETTO: Informazioni utili e programmazione attività stagione 2019/2020.

Carissimi Soci,
dal 6 giugno, con molto orgoglio, sono il nuovo presidente dell'Associazione e con me ha assunto la funzione di tesoriere la consigliera Elvira Arpaia.

Tra le prime cose di cui mi sono occupato vi è stata l'approvazione in Assemblea dei Soci del nuovo Statuto, modificato ai sensi della riforma del Terzo Settore e potrete trovarlo pubblicato sul sito dell'Associazione.

Importante da segnalarVi è che, a seguito di quanto sopra, ora l'Associazione ha assunto la nuova denominazione di **Associazione Diabetici Verona – ODV**.

Le attività che erano state programmate per il 1 semestre 2019 sono andate quasi tutte a buon fine, come già avete avuto modo di vedere e leggere sui media, sui siti e su Facebook.

In particolare voglio citare le seguenti iniziative che hanno avuto grande successo e sono state richieste da più soci e riproposte addirittura dalle aziende sostenitrici:

- la serata Diabete e Sport del 31 maggio dedicata ai giovani diabetici (under 18 anni) ed all'integrazione con i diabetici adulti che li hanno accolti in una piacevole location in Valpolicella dove alcuni sportivi (diabetici) hanno raccontato le loro meravigliose esperienze, oltre ad aver assistito agli interventi di alcuni medici sulla gestione delle glicemie in attività sportiva;
- il trekking sulle Dolomiti del Brenta il 15 e 16 giugno, che ha fatto vivere due giorni di comunanza a diabetici di tipo 1 e 2, ma anche semplici soci sostenitori non diabetici. Esperienza che ha lasciato un seguito emozionale importante in ogni partecipante.
- il campo scuola Diabet-e-bike per del 28 e 29 giugno per diabetici di tipo 1 in multi iniettiva e microinfusi, sulle strade della Translessinia. Tra un percorso e l'altro, il personale sanitario del Centro Anti Diabete di Borgo Trento ha accompagnato i partecipanti ad una più oculata e precisa gestione della terapia insulinica.
- le lezioni di alcuni giovedì da parte dei medici e degli infermieri del Centro Diabetologico sulle ipoglicemie, su come riconoscerle e come gestirle del 4 aprile, e sulla revisione della modalità di somministrazione della terapia insulinica e prevenzione delle lipodistrofie del 27 giugno.

Vorrei ancora chiedere la Vostra collaborazione per quanto riguarda:

- 1) Organizzazione e turni in Associazione:** oltre ai normali giorni ed orari di apertura della sede dell'Associazione (lunedì 14:00-16:00; mercoledì e venerdì 9:00-11:00), il Consiglio ha approvato di tenere aperta l'Associazione al mattino a partire dalle ore 8:00 al fine di dare un migliore servizio all'utenza che si reca in ospedale molto presto per i prelievi di sangue. Per attivare il cambio dei turni di apertura, che potrebbero essere il lunedì, il mercoledì ed il venerdì dalle 8:00 alle 10:30, mantenendo pure aperto il lunedì pomeriggio, **abbiamo bisogno di volontari in Associazione**. La necessità della presenza di più Soci attivi è indispensabile anche in vista della fine dell'incarico del volontario in servizio civile nazionale assegnatoci dal CSV di Verona.

Pertanto, chiedo cortesemente a Tutti coloro che hanno un po' di tempo libero di proporsi per aiutare l'Associazione. I volontari che si presenteranno saranno debitamente istruiti. GRAZIE!

- 2) **La quota sociale annuale** rimane fissata ad **€ 15,00 (quindici)**.
Il tesseramento inizierà il 1° settembre e potrà essere effettuato come segue:
- per cassa:** venendo direttamente in Associazione dove verrà rilasciata la ricevuta e consegnata la nuova tessera;
 - in banca:** a mezzo bonifico bancario su Unicredit Banca Cod. **IBAN: IT88X0200811770000005560961**, indicando come causale: Rinnovo tessera 2020, che Vi verrà spedita per posta;
 - in posta:** con bollettino postale PTIT sul conto corrente postale n. **11885383**, indicando come causale: Rinnovo tessera 2020, che Vi verrà spedita per posta.

Per coloro che non vi hanno già provveduto, Vi ricordo che dovrà essere restituito, debitamente compilato e firmato, il modulo di consenso per il trattamento dei dati sensibili relativo alla privacy, che allego nuovamente (All.1).

- 3) **Erogazioni liberali:** per tutti coloro che vorranno fare una donazione all'Associazione, Vi informiamo che l'importo versato potrà essere portato in detrazione (persona fisica) ed in deduzione (persona giuridica o titolare di Partita IVA) dalla dichiarazione dei redditi da presentare l'anno successivo al versamento della donazione stessa.
L'erogazione liberale/donazione, va versata esclusivamente tramite bonifico bancario. Il Cod. IBAN del conto corrente Unicredit per le erogazioni liberali senza addebito delle spese per il donatore è il seguente: IT 68 S 02008 11770 000104125474.

Di seguito troverete il Programma delle attività per l'anno sociale 2019/2020 (All. 2) e prossimamente verrete informati ed invitati a partecipare ad altre iniziative in progettazione.

Grazie per l'attenzione e Vi aspetto numerosi alle date previste per le iscrizioni e le manifestazioni, oltre a ribadirVi che rimango disponibile ad eventuali richieste, precisazioni, proposte ed iniziative.

Cordiali saluti a Tutti.


Il Presidente
Cristiano Farronato

Informativa privacy ex art. 13 GDPR UE 679/2016 - All. 1)

Gentile volontario/a, /socio/a,

nel rispetto del Regolamento UE 2016/679 ed esclusivamente per lo svolgimento dell'attività istituzionale e per la gestione del rapporto associativo previsto dallo Statuto, Ti informiamo che:

Titolare del Trattamento dei dati personali è l'Associazione Diabetici Verona, con sede legale in Verona presso l'Ospedale di Borgo Trento, Piazzale Stefani n. 1 a Verona, nella persona del Presidente dell'Associazione;

Responsabile del Trattamento dei dati personali è il Sig. Luca Vecchietto, contattabile presso la sede operativa al numero di telefono 0458343959 o via e-mail all'indirizzo: associazionediabeticiverona@gmail.com
 L'Associazione tratterà i Tuoi dati personali in particolare per:

- la corrispondenza e la rintracciabilità dei soci e volontari e per la convocazione alle assemblee;
- il pagamento della quota associativa;
- l'adempimento degli obblighi di legge e assicurativi;
- l'invio del notiziario dell'Associazione;
- le campagne di informazione e sensibilizzazione;
- il coinvolgimento nelle attività ed iniziative.

I trattamenti saranno svolti e i dati conservati da incaricati autorizzati, in forma cartacea ed informatica e per ambedue le forme sono poste in essere adeguate misure di garanzia per la sicurezza e la riservatezza degli stessi;

I dati saranno comunicati esclusivamente al Direttore dell'UOC Affari Generali dell'AOU di Verona ed all'Agente Generale della Compagnia assicurativa ai fini dei rapporti convenzionali e contrattuali in essere con detti soggetti giuridici. I dati non verranno comunque diffusi;

Le indicazioni del nome, data di nascita, indirizzo, telefono e di indirizzo e-mail sono necessarie per la gestione del rapporto associativo e per l'adempimento degli obblighi di legge. Il conferimento degli altri dati, anche sensibili, è facoltativo;

Al momento della cessazione del rapporto associativo , i dati non saranno più trattati e saranno conservati esclusivamente nel libro soci cartaceo custodito presso gli archivi posti in armadi chiusi a chiave dell'Associazione; gli altri verranno distrutti nei modi e nei tempi stabiliti dalla legge;

Ove i dati personali siano trasferiti verso paesi dell'Unione Europea o verso paesi extra UE, nell'ambito delle finalità sopra indicate, Ti sarà comunicato se esista o meno una decisione di adeguatezza della Commissione UE;

Diritti dell'interessato - Nella qualità di interessato, Ti sono garantiti tutti i diritti specificati dal GDPR agli artt. 15) diritto all'accesso, 16) diritto di rettifica, 17) diritto alla cancellazione "diritto all'oblio", 18) diritto alla limitazione di trattamento, 21) diritto all'opposizione al trattamento dei propri dati mediante la revoca al consenso senza alcun pregiudizio per la liceità del trattamento basata sul consenso acquisito prima della revoca, nonché di proporre reclamo al Garante per la Protezione dei dati personali.

L'esercizio dei diritti può essere esercitato mediante comunicazione scritta da inviare alla pec diabeticiverona@pec.csv.verona.it o alla mail associazionediabeticiverona@gmail.com o al fax 0458343959 o mediante lettera raccomandata a/r presso la sede legale dell'Associazione c/o l'Ospedale di Borgo Trento in Piazzale Stefani n. 1 – 37126 Verona.

Ai fini di cui sopra il/la sottoscritto/a _____ - tessera n. _____, acconsente/non acconsente al trattamento dei seguenti dati sensibili:

diabetico di tipo 1 tipo 2 insulino-dipendente non diabetico
(inserire il nome e cognome, n. tessera e barrare la voce che interessa)

Verona,

Firma dell'interessato

All. 2)

PROGRAMMA ATTIVITA' ANNO SOCIALE 2019/2020

Nella riunione del Consiglio Direttivo dell'11 luglio 2019, sono stati deliberati i progetti dei singoli Consiglieri, che riguardano le attività da riprogrammare anche per la stagione 2019/2020, e altre attività rivolte ai soci, con alcune semplici ma sostanziali modifiche. E precisamente:

A. CAMPO SCUOLA PER MICROINFUSI 2019 – Dedicato ai Soci

Nuovamente grazie alla sensibilità e disponibilità dell'Azienda Farmaceutica Roche Diabetes Care Italy S.p.A. è possibile riorganizzare il Campo Scuola per soggetti diabetici in terapia con microinfusore.

Si terrà a Rumo (TN) dal 27 al 29 settembre 2019.

Saranno i medici del Centro Diabetologico dell'Azienda Ospedaliera Universitaria Integrata di Borgo Trento a reclutare i partecipanti, chi ne fosse interessato potrà farne richiesta direttamente a loro.

B. CORSI DI ATTIVITA' MOTORIA – Ginnastica dolce – Dedicati ai Soci

Sappiamo quanto un'alimentazione sana ed equilibrata sia importante per il paziente diabetico, ma altrettanta importanza deve essere data all'esercizio fisico come prevenzione e cura del diabete.

Per ottenere una sensibile riduzione del rischio cardiovascolare o un effetto di prevenzione del diabete la "dose minima appropriata" di attività fisica è stimata in 150 minuti alla settimana di esercizio aerobico a media intensità.

L'attività fisica è importante in quanto: contribuisce al calo di peso; fa consumare glucosio nei muscoli e quindi, riduce la glicemia; aumenta la sensibilità insulinica e corregge una delle cause del diabete; aumenta il colesterolo HDL (buono) e riduce la pressione arteriosa; comporta la diminuzione dei fattori di rischio delle complicanze croniche.

Anche quest'anno pertanto, ricominceranno i corsi di ginnastica dolce ai quali siete abituati. I corsi verranno tenuti sempre dalla stessa Insegnante Sig.ra Adele Brusciano, con orari e cadenze settimanali degli anni scorsi:

<i>Turni</i>	<i>Ore Totali</i>	<i>Dal</i>	<i>Al</i>	<i>Presso</i>	<i>Giorni</i>	<i>Dalle ore</i>	<i>Alle ore</i>	<i>Max participant i</i>	<i>Contributo Socio</i>
1°	50	09/10/19	Aprile 2020	Palestra Gavagnin dell'Istituto di Scienze Motorie	Mercoledì e venerdì	8:30	9:30	25	€ 115,00
2°	50	09/10/19	Aprile 2020	Palestra Gavagnin dell'Istituto di Scienze Motorie	Mercoledì e venerdì	9:30	10:30	25	€ 115,00
Unico	50	07/10/19	Aprile 2020	Palestra del Palazzetto dello Sport	Lunedì e giovedì	9:00	10:00	22	€ 115,00

Come potrete notare le ore complessive di ciascun corso sono 50 (cinquanta) ed il costo/corso è stabilito per questo anno in € 115,00 per partecipante.

I Corsi sono dedicati ai Soci in regola con il pagamento della tessera annuale 2020 che dovranno intervenire per l'iscrizione, il pagamento dell'assicurazione annuale contro il rischio di infortuni (€10,00) ed il colloquio previsti, nelle seguenti sedi:

- per coloro che intendono iscriversi presso la Palestra dell'Istituto di Scienze Motorie Gavagnin,
il giorno GIOVEDÌ' 19 SETTEMBRE 2019, dalle ore 9:00 alle ore 11:00
presso la Palestra Gavagnin in Via Montelungo a Verona

- per coloro invece, che intendono iscriversi presso la Palestra del Palazzetto dello Sport
il giorno GIOVEDÌ' 19 SETTEMBRE 2019, dalle ore 14:00 alle ore 15:00
presso la sede dell'Associazione Diabetici Verona
Osp. di Borgo Trento Pad. 22 – Stanza n. 40

C. CORSO DI EDUCAZIONE TERAPEUTICA – Dedicato ai Soci

"La diagnosi della malattia diabetica, non provoca solamente una rottura temporanea nella trama della vita dell'individuo, ma determina uno shock emotivo legato all'incertezza del futuro e dei cambiamenti che si renderanno necessari sul piano personale, professionale ed economico.

Al centro del processo di cura viene posto il paziente ed il suo sistema familiare, che diventano i protagonisti attivi nella gestione della salute e della malattia.

All'interno di questa visione si inserisce il concetto di Educazione Terapeutica, ovvero: aiutare il paziente e la sua famiglia a comprendere la malattia ed il trattamento; a collaborare alle cure; a farsi carico del proprio stato di salute ed a conservare e a migliorare la propria qualità di vita (OMS, 1998).

L'educazione Terapeutica forma la persona affinché possa acquisire un 'sapere', un 'saper fare' e un 'saper essere' adeguato, per raggiungere un equilibrio tra la sua vita ed il controllo ottimale della malattia.

L'Educazione Terapeutica migliora i comportamenti relativi anche per la cura del piede diabetico e determina una riduzione dell'ospedalizzazione ed un miglioramento della qualità della vita.

L'Educazione Terapeutica si basa su tre punti principali:

- fornire l'aiuto per autogestirsi (sviluppo di consapevolezza e risorse);
- stimolare le risorse del soggetto per portarlo a gestire i problemi, anche gravi, da solo;
- creare una visione più globale della persona inserendo i suoi comportamenti nell'ambiente in cui vive (contesto e relazioni).

La consapevolezza è favorita da un continuo confronto tra gli operatori ed i pazienti, da momenti strutturati di educazione e formazione, da momenti di attività interattiva, dalla possibilità di confrontarsi con altri soggetti affetti dalla stessa patologia, su problematiche condivise e comuni."

Il progetto di Terapia Educazionale si svilupperà in dodici incontri e due sedute di attività esperienziali che riguarderanno l'approccio dei pazienti all'alimentazione ed all'attività fisica.

Le sedute saranno di un'ora e trenta ciascuna, a cadenza quindicinale, all'interno delle quali verranno trattate le diverse tematiche connesse al diabete ed alla sua gestione, e saranno tenute dalla Dott.ssa Arianna Negri, Psicologa, di provata esperienza nel campo della Diabetologia.

Turni	Incontri	Dal	Al	Presso	Giorno	Dalle ore	Alle ore	Max partecipanti	Contributo Socio
Unico	14	1/10/19	10/04/20	Osp- Borgo Trento Pad. 22 – Auletta Specializzandi piano primo Diabetologia	Martedì quindicinale	14:30	16:00	12	€ 120,00

A seconda delle esigenze dei Soci il Corso potrebbe subire variazioni di orario.

Il Corso è dedicato ai Soci in regola con il pagamento della tessera annuale 2020 e gli interessati dovranno intervenire per l'iscrizione.

**Il giorno lunedì 23 SETTEMBRE 2019, dalle ore 15:00 alle ore 16:00
presso la sede dell'Associazione Diabetici Verona
Osp. di Borgo Trento Pad. 22 – Stanza n. 40**

D. CAMMINATE A VERONA - Dedicato ai Soci

Sempre nell'ambito dei benefici dell'attività motoria, vengono riorganizzate le passeggiate bisettimanali sul Percorso della salute di San Zeno, in Via Lega Veronese a Verona.

Per i diabetici il movimento, e in particolare il cammino, è la prima e la più valida medicina per abbassare la glicemia. Camminare assieme, inoltre, aiuta a dialogare e quindi a sopportare meglio le proprie patologie.

Possiamo affermare, senza tema di smentita, che non si vive per fare sport, ma si fa sport per vivere meglio.

Occasionalmente potranno parteciparvi infermieri del Reparto di Diabetologia, per i rilievi della glicemia ante e post passeggiata.

<i>Turni</i>	<i>Incontri</i>	<i>Dal</i>	<i>Al</i>	<i>Presso</i>	<i>Giorni</i>	<i>Dalle ore</i>	<i>Alle ore</i>	<i>Max partecipanti</i>	<i>Contributo Socio</i>
Unico	Due a settimana	16/09/19	28/11/19	Percorso della salute di San Zeno a Verona	Lunedì e giovedì	17:30	18:30	--	--

Il Corso è dedicato ai Soci in regola con il pagamento della tessera annuale 2020 e gli interessati dovranno intervenire per l'iscrizione:

**Il giorno lunedì 16 SETTEMBRE 2019, dalle ore 16:00 alle ore 17:00
presso la sede dell'Associazione Diabetici Verona
Osp. di Borgo Trento Pad. 22 – Stanza n. 40**

E. CORSO DIDATTICO DI CUCINA – Dedicato ai Soci

Un corretto stile di vita presuppone anche una corretta alimentazione. E questo vale per tutti gli esseri umani, ma molto di più per i soggetti diabetici. L'alimentazione "giusta" può aiutare i diabetici a gestire meglio la malattia e, per i diabetici di tipo 2, a volte anche a domarla.

Riproponiamo quindi, anche quest'anno il corso didattico di cucina; **per maggiori dettagli riguardanti la sede, le date e il costo vi invieremo a breve tutte le informazioni.**

Il numero massimo di partecipanti sarà di 15 persone in regola con il pagamento della tessera annuale 2020.

**F. CADUTA LIBERA – Partecipazione alla trasmissione Mediaset del 4 Settembre 2019
(conferma entro il 15 agosto) - Dedicato ai Soci e non Soci**

Gli amici dell'Associazione Diabetici di Dolo ci hanno inviato a partecipare alla registrazione a Mediaset, a Cologno Monzese, della trasmissione Caduta Libera con Jerry Scotti.

È un'esperienza sicuramente unica che vale la pena di provare almeno una volta.

Per chi volesse partecipare vi alleghiamo il volantino (All. 3) con tutti i dettagli e costi, precisandovi che il pullman passerà a prendere i partecipanti intorno alle ore 7,00 al Casello Autostradale di Verona Sud.

G. GIORNATA MONDIALE DEL DIABETE - in collaborazione con l'Associazione Giovani e Diabete di Verona, prevista per domenica 3 novembre 2019 dalle ore 9 alle ore 18, in Piazza Bra a Verona.

Vi aspettiamo per festeggiare e stare insieme!

H. CENA DI NATALE 2019 – Brinderemo al Santo Natale il giorno venerdì 30 novembre alle ore 20.00 presso il Circolo Ufficiali di Verona. Vi invieremo tutti i dettagli entro il mese di ottobre, compreso l'eventuale modifica della data e/o della location.

Vi aspettiamo numerosi e Vi ringraziamo di cuore.

All. 3)

VUOI PARTECIPARE COME PUBBLICO A CADUTA LIBERA ?

DURANTE IL VIAGGIO PER
STARE IN ALLEGRA
COMPAGNIA CI SARA' UNA
TOMBOLA CON VARI PREMI.

IL RICAVATO SERVIRA' PER
REALIZZARE ALCUNI PROGETTI
DELL'ASSOCIAZIONE



PER PRENOTAZIONI CHIAMARE:

MONICA CELL : 320 695 1207

PRENOTAZIONI ENTRO IL 15 AGOSTO

A.Di.R.B.
Dolo



MERCOLEDI' 04/09/2019

PARTENZA DA DOLO ALLE ORE 5.45

**RITROVO PRESSO L'ENTRATA VECCHIA DELL'OSPEDALE DI
DOLO LUNGO LA STATALE.**

RIENTRO PREVISTO PER LE ORE 20.00

**IL PRANZO AL SACCO E' OFFERTO DA MEDIASET, AL
RITORNO CI FERMEREMO LUNGO LA STRADA PER UN PICNIC
ORGANIZZATO DALL' ASSOCIAZIONE.**

COSTO EURO 30.00 COMPRESA LA CENA