

**Corso residenziale
per persone con diabete tipo 1
22-24 settembre 2023**

Hotel Mirella

Ponte di Legno (BS)

Diabete, tecnologia e dintorni!

ADPMi

ASSOCIAZIONE DIABETICI DELLA PROVINCIA DI MILANO - ODV

Organizzato da: **ASSOCIAZIONE DIABETICI DELLA PROVINCIA DI MILANO odv e**

EQUIPE EDUCATIVA DELL'USD ENDOCRINOLOGIA e DIABETOLOGIA, ASST FBF Sacco, PO Sacco Milano

Info: www.adpmi.org – cell. 335352612; Iscrizioni: info@adpmi.org pontedilegno23@hotmail.com

Programma prima giornata (22/09/23)

13:00-14:00 pranzo x i prenotati *

14:00-15:00 registrazione partecipanti, somministrazione questionari, presentazione del corso e dei partecipanti

15:00-16:30 sessione plenaria: -gestione sensori - TIPS, problem solving ed esperienze, skin issues

16:30-19:00 attività in piccoli gruppi e successiva discussione in sala plenaria (condivisione algoritmi per gestione delle problematiche più frequenti illustrati dai docenti)

19:30-20:30 cena

21:00 Conosciamoci, dove vorremmo arrivare

*Extra

Modalità di partecipazione:

Pre-Iscrizione obbligatoria

Scaricare il modulo dal sito www.adpmi.org.

Viaggio mezzi propri

ADPMi

ASSOCIAZIONE DIABETICI DELLA PROVINCIA DI MILANO - ODV

Info: www.adpmi.org – mail: info@adpmi.org; cell. 335352612; Iscrizioni: info@adpmi.org; pontedilegno23@hotmail.com;

Seconda giornata (23/09/23)

9:00-10:30 sessione plenaria – attività fisica e situazioni correlate

10:30-11:00 Esperienze di vita vissuta con il diabete e l'attività sportiva

11:00-13:00 attività all'aperto

13:00-14:00 pranzo

14:30-16:00 sessione plenaria – conteggio dei carboidrati e dei lipidi... e le proteine?

16:00-16:20 Coffe break*

16:30-18:30 attività di gruppo

18:30-19:00 Ipoglicemia cause e rimedi

19:00-19:30 aperitivo * (mettiamo in pratica quanto discusso nel pomeriggio)

19:30-20:30 cena

21:00-22:30 sessione plenaria: La mia vita con il diabete, la mia vita assieme ad un diabetico, esperienze a confronto

Terza giornata (24/09/23) 24/09/23

9:00-10:30 attività di gruppo (come promuovere il benessere psico-fisico della persona con diabete)

10:30-11:30 sala plenaria – condivisione dei concetti emersi

11:30-11:45 ritiro questionari di valutazione

12:00-13:15 sala plenaria - prospettive future, curiosità, cosa mi porto a casa

13:30-14:00 pranzo

14:30 Rientro a casa,

Lago Pian Palù