

ESSERE insieme

È davvero particolare il rapporto che si crea fra persone che, pur non conoscendosi affatto, pur essendo assai diverse fra loro, hanno in comune... il diabete. Lo vediamo nelle numerose iniziative che organizziamo e che permettono ai soci Accu-Chek Friends di incontrarsi. Durante le 'Cene' o nei 'Weekend della Salute', l'iniziale ritrosia, quando c'è, si scioglie subito e scatta la curiosità di sapere, di condividere soluzioni, sensazioni e vissuti anche negativi.

L'importanza di incontrare altre persone con cui parlare di diabete è sicuramente una delle caratteristiche più interessanti e piacevoli di questa esperienza.

Proprio per questo gli incontri sono organizzati in modo da lasciare il maggior spazio possibile al dialogo fra i partecipanti. Incontrarsi con altre persone, come conferma la psicologa intervistata in questa pagina, non è solo piacevole, ma aiuta anche a migliorare il proprio rapporto con il diabete portando informazioni e soluzioni nuove.

Anche la partecipazione alle attività di una Associazione aiuta molto in questo senso. Sul nostro sito internet è ora possibile ricercare quella più vicina alle proprie esigenze.

'Essere insieme' è anche il filo conduttore di questo numero di Accu-Chek Friends News.

*Piera Paleari
Responsabile Assistenza Clienti*



Carolina Bonafede, psicologa, psicoterapeuta organizza gruppi di sostegno per giovani-adulti con diabete in collaborazione con il Gruppogiovani Fand di Padova.

Incontrare altre persone con il diabete è solo piacevole...

Sicuramente incontrarsi insieme ad altre persone con il diabete è piacevole e utile. La mia esperienza professionale nello specifico è stata quella di attivare e condurre gruppi omogenei per patologia diabetica allo scopo di sostenerli psicologicamente

3 domande a...

con la tecnica dello psicodramma analitico. Gli incontri si sono svolti in uno spazio ben definito con criteri di adesione che già presupponevano da parte dei componenti una partecipazione nell'associazione. Si possono definire le associazioni e certi momenti di incontro promossi dalle associazioni come 'gruppi di auto-aiuto informali', nei quali ciascuno può trovare nell'altro che vive la sua stessa problematica di salute, qualcosa che gli appartiene: difficoltà, paura, rabbie, ecc. e confrontarsi sulle soluzioni trovate per gestire, nella quotidianità e nella cronicità, la malattia diabetica.

Eppure molte persone esprimono ritrosia di fronte a quest'idea.

Questa fase di rifiuto, isolamento e ribellione di fronte a ciò che è connesso con la malattia è comprensibile: il confronto con altre persone con il diabete, infatti, implica il riconoscimento di una perdita che spesso si vorrebbe negare, ma che prima o poi bisogna elaborare e affrontare.

L'incontro con un altro diabetico è l'incontro con una parte di Sé. Il confronto con l'altro è parte essenziale del processo di accettazione della malattia. Accettazione non raggiunta una volta per tutte, ma faticosamente costruita giorno per giorno.

Questa fase del percorso può essere svolta insieme ad altre persone?

In questa prima fase, quella dell'esordio, l'aiuto del 'gruppo dei pari', come può essere un'Associazione, può essere importante ma non è sufficiente se è l'unica possibilità di sostegno. Dovrebbero essere previste fasi di accompagnamento e di sostegno, avvalendosi di chi ha competenza specifica nella gestione e nell'analisi delle difficoltà emozionali correlate alla salute fisica. La sensibilità delle associazioni ha posto il problema, facendosi così portavoce di un bisogno di natura psicologica che può aiutare la persona con diabete a convivere con una malattia faticosa per tutti da accettare.

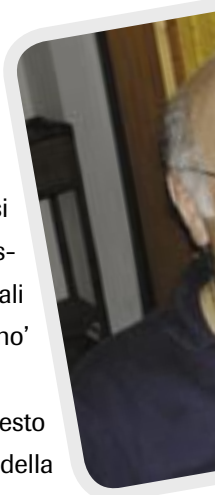
Perché iscriversi a un'Associazione

«Voglia di condividere le proprie esperienze, curiosità e bisogno di informazione, è questo che spinge le persone con diabete a entrare in contatto con una delle circa 150 associazioni esistenti in Italia fra persone con diabete» afferma Giorgio Trozzi, da una vita presidente e animatore dell'Associazione per la tutela del diabetico di Ancona. «Oggi chi entra in un'associazione può contare sulla solidarietà di tutti i soci. Se anni fa si riscontrava qualche titubanza, oggi notiamo sempre una grande disponibilità a confrontarsi», continua Trozzi.

Il primo contatto è in genere un colloquio diretto fra la persona e il presidente o qualcuno del direttivo. Se la persona decide di iscriversi (solitamente è richiesta una quota annua di qualche decina di euro) viene invitata a partecipare alle varie iniziative organizzate dall'Associazione generalmente con la collaborazione dei Centri diabetologici della zona. «Le attività più interessanti

sono quelle organizzate in gruppo: può essere una conferenza o una passeggiata, magari una gita, dove si affiancano momenti di informazione ad altri più informali», continua Trozzi. Ogni Associazione organizza ogni anno diversi di questi eventi, molte prevedono una 'serata fissa' una volta alla settimana o al mese nelle quali ci si incontra anche senza un 'ordine del giorno' ma solo per il gusto di stare insieme.

Ovviamente le Associazioni non fanno solo questo «il nostro ruolo è rappresentare le esigenze della persona con diabete nei confronti del Sistema Sanitario a livello nazionale e locale e stimolare la ricerca scientifica», puntualizza Antonio Cabras. Rappresentando le persone con diabete, le Associazioni sono ascoltate con attenzione dai decisori politici a livello locale e regionale.



A
P

Cosa accade quando il diabete si vive in coppia?

Grande successo per la prima edizione del Weekend della salute dedicato al 'diabete in coppia' svoltosi da venerdì 22 a domenica 24 settembre. Quattordici soci Accu-Chek Friends hanno passato il fine settimana nella campagna tra Siena e Firenze in compagnia di due psicologhe e di un diabetologo.

L'obiettivo di questo Weekend è stato affrontare, sia nel corso degli incontri, sia nelle numerose conversazioni fra i partecipanti, il modo in cui il diabete - soprattutto di Tipo 1 - rientra nell'esperienza e nel modo di vivere di una coppia, le sue rappresentazioni, le attese reciproche, gli obiettivi e i timori di ciascuno.

Le due psicologhe hanno organizzato incontri e giochi tesi

a stimolare l'intervento e il dibattito fra i partecipanti, in alcuni casi singolarmente, in altri divisi in gruppi. Il diabetologo è intervenuto più volte per aiutare i gruppi a definire meglio le loro conoscenze su alcuni aspetti specifici ed è stato a disposizione dei partecipanti per rispondere a domande individuali.

Accu-Chek Friends nel corso del 2007 proporrà altre edizioni di questo Weekend adottando la stessa formula. Per informazioni potete chiamare il numero verde gratuito **800-630632** o consultare il sito www.acfriends.it/weekend.

La partecipazione al Weekend della salute richiede un contributo.



Secondo il presidente della Federazione Diabete Giovanile, organizzazione che riunisce circa 20 associazioni dedicate soprattutto ai giovani con il diabete e ai loro genitori «le Associazioni integrano l'intervento medico scientifico. Cerchiamo di intervenire anche in quei problemi sociali, psicologici di integrazione e burocratici che i team diabetologici non sempre possono affrontare».



Giorgio Trozzi

presidente e animatore dell'Associazione per la tutela del diabetico di Ancona

Antonio Cabras

presidente della Federazione Diabete Giovanile



«Le persone con diabete, e i loro genitori se si tratta di bambini, hanno bisogno di parlare fra di loro. Infatti, per esempio, pur sapendo che la cura passa attraverso un cambiamento dello stile di vita, a volte si chiedono cosa questo significhi concretamente. Da qui il desiderio e la necessità di confrontarsi con altri», commenta ancora Cabras, «in un rapporto che è sia di sostegno psicologico sia di scambio di informazioni».

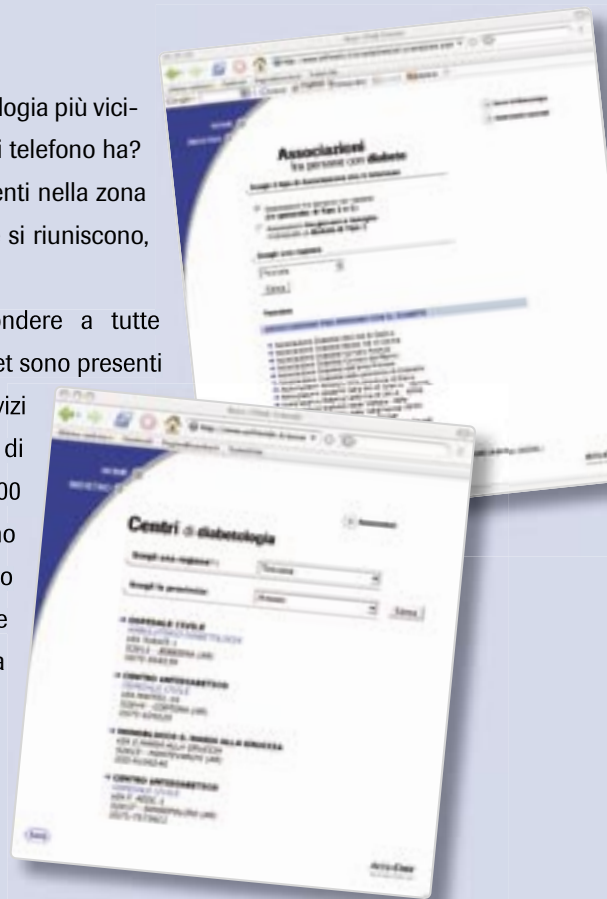
Per qualcuno l'Associazione è divenuta un punto fermo della propria vita sociale, «altri ci contattano solo di tanto in tanto», prosegue Cabras «e cresce sempre di più l'esigenza di informazione non solo sugli aspetti medici ma soprattutto su quelli burocratici. Oggi un'associazione deve dare informazioni precise sulle direzioni che sta prendendo la ricerca, su nuovi farmaci e presidi, sugli iter amministrativi necessari per ottenere certe forme di assistenza, sui diritti insomma della persona con diabete. C'è bisogno di una sempre maggiore professionalità e direi quasi scientificità anche da parte del mondo del volontariato».

Le pagine gialle di Centri e Associazioni



Dove si trova il Centro di diabetologia più vicino a casa mia? Quale numero di telefono ha? Quali sono le Associazioni presenti nella zona dove vivo? Chi le presiede, dove si riuniscono, come posso contattarle?

Accu-Chek Friends può rispondere a tutte queste domande. Sul sito internet sono presenti tutti gli indirizzi dei Centri e Servizi ospedalieri che si occupano di diabetologia in Italia e oltre 200 Associazioni. I nominativi sono suddivisi per regione e, nel caso dei Centri, anche per Provincia e per città. È possibile accedere a queste informazioni collegandosi a www.acfriends.it



Accu-Chek Smart Pix.

In un mare di dati,
una visione chiara
ed immediata.



ACCU-CHEK® *Smart Pix*

**La soluzione ideale per l'analisi
dei dati glicemici e insulinici.**

Accu-Chek Smart Pix è il sistema che permette di trasferire e organizzare con chiarezza tutti i dati raccolti dai **misuratori di glicemia e dai microinfusori Accu-Chek**.

Con una semplicità ed una rapidità assolute, i dati vengono trasferiti direttamente dagli strumenti al computer e **visualizzati in 15 differenti tipi di report** di facile comprensione per una interpretazione ottimale del quadro diabetico. Accu-Chek Smart Pix non necessita di installazione di software, basta collegare la porta USB, trasferire i dati e consultare subito i report realizzati automaticamente dal sistema.

In vendita
in farmacia
al **prezzo speciale**
di euro **29,90**
anziché 39,90.

Offerta valida
fino al **31/12/2006**.

Numero Verde
800-822189

Per maggiori informazioni
contattate il nostro numero verde