

Valle Stura (Cn), 4 e 5 luglio 2009



**ACCU-CHEK®**  
**Sport Camp 2009**

# **Volare insieme** **...oltre il diabete**

*Tra sport e natura*

---

*aggregazione e condivisione per fare fronte comune*

## **QUANDO?**

**... il 4 e 5 luglio 2009**

## **DOVE?**

**...a Demonte in Valle Stura (CN)**

presso la "Locanda Occitana della Reino Jano".

## **PERCHÉ?**

... per incontrarci, condividere idee ed esperienze di vita e divertirci sperimentando nuovi sport...

## **QUANTO COSTA?**

...tanta voglia di esserci...

## **DA CHI È ORGANIZZATO?**

...dai medici diabetologi di A.M.D. Piemonte con il supporto logistico di Roche Diagnostics, azienda da sempre impegnata nella promozione e nella realizzazione di attività educative.

## **GRUPPO DI ORGANIZZAZIONE e RELATORI**

Dott. Giampaolo Magro

Dott. Emanuele Fraticelli

Dott.ssa Gabriella Morone

Dott. Giorgio Grassi

I componenti del Consiglio Reg. AMD Piemonte

Infermiera: Donatella Gaviglio

Dietiste: Camilla Pavarin - Stefania Brovero

# COSA SI FARÀ?

...leggi il programma...

## sabato 4 luglio

### Mattino

- 9.30 Arrivo e accoglienza partecipanti
- 10.00 Incontro di benvenuto: "perchè sono qui: desideri e aspettative"
- 10.45 Descrizione sintetica del programma del corso
- 11.00 Un contrattempo mentre mi diverto:  
l'ipoglicemia durante l'attività fisica.  
Come prevenirla e trattarla adeguatamente
- 12.00 Formazione dei gruppi per rafting e mountain bike
- 12.30 Incontro con gli istruttori sportivi:  
imparo come si fa e... cosa non si fa
- 13.30 *Pausa pranzo*

### Pomeriggio

- 15.00 Attività motoria:  
escursione in mountain bike lungo il fiume
- 16.00 *Pausa merenda*
- 17.00 Incontro educativo
- 18.00 Incontro di autobiografia: le mie energie oggi,  
la mia forza nella vita
- 20.00 *Cena*

## domenica 5 luglio

### Mattino

- 8.00 *Sveglia e prima colazione*
- 9.00 Rafting o mountain bike  
secondo i gruppi stabiliti

### Pomeriggio

- 13.00 *Pausa pranzo*
- 15.00 Ritrovo e scrittura  
autobiografica:  
"il significato di questi giorni"
- 16.30 *Pausa merenda*
- 17.00 Conclusione del corso

*I partecipanti sono gentilmente invitati a trattenersi sino al termine del corso*

# COSA MI OCCORRE?

Oltre all'abbigliamento ed agli effetti personali, come attrezzatura serviranno solo alcuni indumenti particolari.

### Per il rafting:

- 1 maglietta di cotone da poter bagnare
  - 1 costume da bagno e asciugamano per la doccia
- Il resto dell'attrezzatura ci verrà fornita in loco:  
muta a salopette, calzari, giacca d'acqua, casco e salvagente

### Per la mountain bike:

- 1 paio di pantaloni comodi, anche corti
- 1 paio di scarpe da tennis o degli scarponcini

# COME CI ARRIVO?



**Per chi arriva da Torino**, prendere la A6/E717 in direzione Savona in prossimità di Marene prendere la SP165, continuare in direzione Cuneo, seguire la E74 sino a Borgo San Dalmazzo, prendere la SS21 sino a Demonte.

**Per chi arriva da Alessandria**, prendere la A21 in direzione Torino, uscire ad Asti Est, continuare sulla SS31/E74 in direzione Cuneo, seguire la E74 sino a Borgo San Dalmazzo, prendere la SS21 sino a Demonte.

**Per chi arriva dalla zona di Colle di Tenda, Francia, Ventimiglia**, prendere la A6/E717 in direzione Torino, uscire a Mondovì, continuare sulla SP12, continuare per Cuneo, seguire la E74 sino a Borgo San Dalmazzo, prendere la SS21 sino a Demonte.

Per ulteriori informazioni puoi rivolgerti al medico diabetologo che ti ha proposto l'esperienza, oppure alla **Segreteria Organizzativa Imagine srl** tel. 0331 224282 – fax 0331 223933, e-mail: francesca.laidlaw@image.it. Compila con cura la scheda di iscrizione e restituiscila al tuo medico, oppure spediscila via fax alla Segreteria Organizzativa.

## CIAO, A PRESTO!!!

Questo evento educativo e ricreativo è organizzato con il contributo di



**ACCU-CHEK®**  
Vivi la vita. Come vuoi.

# Volare insieme...oltre il diabete

*Tra sport e natura:*

*aggregazione e condivisione per fare fronte comune*

*IV Anno*

## Valle Stura (Cn), 4 e 5 luglio 2009

DATI PERSONALI DEL PARTECIPANTE

NOME .....

COGNOME .....

INDIRIZZO .....

CITTÀ .....

CAP ..... PROVINCIA .....

ETÀ .....

LUOGO DI NASCITA .....

DATA DI NASCITA .....

TELEFONO ..... CELL. ....

INDIRIZZO e-mail ..... @ .....

Nota informativa art. 13 D. Lgs.196/03: Imagine srl, titolare del trattamento, via C. Noè, 45 21013 Gallarate (VA), garantisce che i dati da Voi forniti attraverso la scheda di iscrizione, saranno utilizzati ai fini della gestione del corso. L'elenco aggiornato dei responsabili è disponibile presso Imagine srl. I dati saranno trattati manualmente ed elettronicamente, nel rispetto della massima riservatezza. Vi ricordiamo che potrete opporVi in ogni momento al trattamento in oggetto, nonché esercitare tutti i diritti di cui all'art.7 del D.Lgs 196/03 di accesso, rettifica, aggiornamento e cancellazione, comunicandolo a Imagine srl, via C. Noè, 45 21013 Gallarate (VA). Tel.0331 224282 o Fax 0331 223933.

Scegli quale fra le due esperienze sportive preferisci fare barrando l'apposito spazio

RAFTING

MOUNTAIN BIKE

Firma per accettazione .....