



Campus Educational AGD Cosenza

di Nicola Francesco Regina



Il mare come palestra di autonomia, lo sport come alleato della salute e il gruppo come luogo in cui sentirsi finalmente compresi. Per quattordici giovani con diabete di tipo 1, il fine settimana trascorso tra Praia a Mare e Maratea non è stato soltanto una parentesi ricreativa, ma un percorso concreto per imparare a gestire la condizione con maggiore consapevolezza e serenità.

Dopo la stimolante e costruttiva esperienza di Luglio con i piccoli dell'associazione (Fino a 12 anni) si è conclusa con successo anche l'edizione 2026 del Campus Education "Giovani Marmotte" degli adolescenti.

Il soggiorno educativo-terapeutico promosso dall'AGD – Associazione Giovani Diabetici OdV di Cosenza si è svolta dal 18 al 20 settembre presso la Base Nautica Fiuzzi di Praia a Mare, con l'ospitalità dell'Hotel Borgo La Tana di Maratea.

Il Campus patrocinato da Sport e Salute, la società dello Stato impegnata nella promozione dello sport e dei corretti stili di vita, ha riunito ragazzi e giovani dai 13 ai



21 anni provenienti da diversi territori della provincia di Cosenza. Il programma ha intrecciato educazione terapeutica, attività fisica e crescita personale, offrendo strumenti utili per affrontare la quotidianità senza lasciare che il diabete diventi un limite alla partecipazione, alle relazioni o ai progetti di vita.

Nel corso delle tre giornate, i partecipanti si sono confrontati con pediatri, diabetologi e altri professionisti sanitari sui principali aspetti della gestione del diabete di tipo 1: terapia insulinica, impiego delle nuove tecnologie per il monitoraggio della glicemia, conteggio dei carboidrati e principi della dieta mediterranea.

L'obiettivo non era trasferire soltanto nozioni, ma rafforzare la capacità dei ragazzi di prendere decisioni consapevoli nelle situazioni della vita reale. Un passaggio particolarmente delicato riguarda la transizione dall'assistenza pediatrica alla medicina specialistica dell'età adulta: secondo i professionisti intervenuti, proprio per evitare discontinuità è essenziale costruire fin dall'esordio della malattia una rete stabile intorno ai giovani pazienti e alle loro famiglie.

Un contributo significativo è arrivato dai professionisti dell'Azienda sanitaria provinciale e dell'ospedale di Cosenza che, insieme ai volontari dell'associazione, hanno curato gli incontri di educazione terapeutica e gli approfondimenti dedicati alla condizione che oggi anche per merito di queste iniziative è sempre più conosciuta.

Nel confronto è emerso anche il ruolo decisivo dell'alleanza tra scuola e famiglia. Per un adolescente con diabete T1 le ore trascorse tra i banchi richiedono attenzione, conoscenze adeguate e una collaborazione efficace.

Come AGD Cosenza in questo senso siamo attivi nell'affiancare le famiglie nell'organizzazione e nell'erogazione alle scuole di giornate informative/formative rivolte al personale docente e non docente, favorendo attraverso la conoscenza un approccio consapevole e soprattutto privo dei pregiudizi.

Garantire sicurezza nella gestione della glicemia e delle eventuali necessità terapeutiche significa tutelare non soltanto la salute, ma anche il diritto a vivere pienamente l'esperienza scolastica, senza paure né esclusioni.

Ampio spazio è stato dedicato allo sport e al rapporto con il mare, con la collaborazione della Lega Navale Italiana, sezione Praia-Tortora, e del Circolo Velico



Isola di Dino, i giovani hanno praticato vela, canoa, paddle surf e nuoto, affiancando alle attività acquatiche escursioni e trekking.

Il movimento non è solo svago, ma strumento di benessere, autonomia e inclusione. Tra i momenti più apprezzati, l'uscita in catamarano intorno all'Isola di Dino e le attività di gruppo dedicate al racconto delle esperienze personali dove hanno partecipato anche le famiglie.



Non sono mancate le occasioni di confronto con gli specialisti le diagnostiche (che forniscono i diversi sistemi di monitoraggio e controllo dei valori glicemici) e soprattutto i momenti di confronto tra i ragazzi, momenti di straordinario valore per intensità ed effetto. Mettere a fattor comune la quotidianità non solo rappresenta l'occasione per riconoscersi nelle difficoltà degli altri ma accresce la fiducia in sé stessi per maturare nuove competenze nella gestione quotidiana.

Ormai da qualche anno viviamo (insieme alla mia famiglia) con impegno ed orgoglio il contesto dell'AGD Cosenza, da quest'anno come nuovo componente del direttivo e segretario dell'associazione ho preso parte come "educatore" ai 2 CAMPUS.

Oltre al senso di appagamento che produce il contribuire a tali eventi il valore dell'esperienza risiede soprattutto nell'avere trasformato l'individualità di questa condizione in esperienza collettiva e condivisa.

Al prossimo anno!!