

RAPORT TABĂRĂ DIABET

Tabăra de diabet a avut loc în perioada 20-27 iulie 2013. Au participat 6 copii cu vârsta între 7 ani și 17 ani. Copii au fost însoțiți de 3 adulți.

În tabără copii au avut ocazia să interacționeze cu alți copii cu diabet, învățând unii de la alții noi strategii de coping cu diabetul. De asemenea acest lucru le-a dat oportunitatea de a face schimb de experiență. Au fost organizate sesiuni medicale care au constat în susțineri de prelegeri despre alimentație, administrarea insulinei, controlul glicemic, activitatea fizică. De asemenea s-au realizat hemoglobine glicate, consultații oftalmologice și discuții individuale cu medicul diabetolog.

În ceea ce privește partea de divertisment, copii au avut ocazia să participe la un concert, la un spectacol de clowni, au avut parte de educație informală despre alimente fiind folosite unele alimente sănătoase pe post de instrumente muzicale iar versurile indicau de asemenea un stil de viață sănătos. Copii au participat la activități în aer liber gen tiroliană, ștrand, plimbare la lacul Sf. Ana, vizitarea unui muzeu, au confecționat diverse obiecte, gen brățări din mărgelile și mingiuțe de lână.

Pe durata taberei, însoțitoarele grupului au fost atente la comportamentul de management și autocontrol al diabetului. Acestea au purtat discuții cu copii vis-a-vis de modificarea unor comportamente deficitare gen administrarea insulinei, măsurarea glicemiei, consumarea unor alimente, controlul oscilațiilor de glicemie și intervenția în funcție de nivelul glicemiei, hipoglicemie sau hiperglicemie. De asemenea s-a urmărit o bună integrare în grup a fiecărui copil, discutându-se atât despre interacționarea cu ceilalți copii cu diabet cât și despre modul de integrare în societate și modalități de a explica celorlalți copii non-diabetici ce înseamnă diabetul și care sunt sarcinile unei persoane diabetice, în așa măsură încât să nu apară stigmatizarea lor.

La finele taberei, copii au scris feedback-ul lor vis-a-vis de tabără și de fiecare însoțitor în parte în așa măsură încât să fie evidențiate aspectele pozitive cât și punctele de îmbunătățit. Din feedback-ul copiilor s-a evidențiat că aceștia au fost încântați de această experiență, unii dintre ei aflându-se pentru prima dată într-o tabără și fără părinți. Le-au plăcut activitățile din tabără, au învățat multe lucruri noi și au cunoscut persoane noi. În ceea ce privește însoțitoarele, copii au subliniat ca și aspecte pozitive faptul că acestea au fost responsabile față de ei, au fost înțelegătoare, au învățat multe lucruri de la ele, s-au distrat împreună și au fost atente atât la integrarea

lor în propriul grup cât și în celelalte grupuri, cât și la managementul diabetului. Ca și puncte de îmbunătățit au fost semnalate în special aspecte privind ora timpurie de somn și uneori supra-protecția, lucru oarecum normal datorită responsabilității pe care și-au asumat-o față de copii și față de părinții lor.

La o săptămână de la terminarea taberei, s-a organizat o întâlnire cu copii și cu părinții acestora pentru a avea un feedback și din partea lor și pentru a vedea dacă copii au implementat învățăturile dobândite pe perioada taberei. Părinții au fost entuziasmați de experiența copiilor lor. Aceștia au subliniat faptul că au apărut unele modificări ale unor comportamente deficitare, controlul glicemic a fost unul bun, au început să aibă mai multă încredere în capacitatea lor de a avea grijă de sănătatea proprie. La finele întâlnirii au fost întrebați atât copii cât și părinții lor dacă mai doresc să fie organizate astfel de tabere aceștia răspunzând în unanimitate că își mai doresc astfel de inițiative deoarece sunt utile și au multe de învățat.

În urma întregii experiențe și a discuțiilor purtate cu copii și părinții am decis să mai organizăm astfel de tabere atât în această locație cât și în alte locații. De asemenea ne-am propus să implicăm și alți copii deoarece acest tip de activități le sunt de folos pentru a avea un autocontrol mai bun astfel reușind să evite complicațiile și să aibă o viață apropiată de cea a non-diabeticilor având posibilitatea de a se implica în proiecte școlare și având șansa de a-și clădi un viitor strălucit presărat cu multe realizări atât pe plan profesional cât și pe plan personal.

În concluzie, suntem foarte recunoscători pentru interesul și susținerea financiară pentru a putea realiza această tabără și suntem foarte încrezători că veți considera utile astfel de activități și veți mai dori să susțineți financiar astfel de inițiative.