**“Unisciti alla lotta contro il diabete: Agisci ora!” Note per il presentatore sull’educazione al diabete**

[Diapositiva 1]

[Diapositiva 2] *Note del relatore*

La struttura di service globale offre ai Lions e ai Leo nuove opportunità di service, nuovi modi per unire quanti sono orientati al service in tutto il mondo e nuovi modi per rispondere alle sfide del nostro prossimo secolo di service.

[Diapositiva 3] *Note del relatore*

Procederemo attraverso il service facendo ruotare le nostre attività intorno a cinque aree: diabete, vista, fame, ambiente e cancro infantile.

[Diapositiva 4]

[Diapositiva 5] *Note del relatore*

I Lions e i Leo inizieranno a raggiungere il nostro obiettivo impegnandosi a controllare l’epidemia globale di diabete e assistendo coloro che sono affetti da questa malattia. Grazie al fatto che siamo l’organizzazione di service più grande al mondo, possiamo aiutarci a vicenda nel condividere i mezzi per combattere questa malattia.

[Diapositiva 6] *Note del relatore*

Guardiamo un breve video che mostra come una famiglia convive con il diabete e come è stata assistita dal Lions Club locale.

[Diapositiva 7]

[Diapositiva 8]

[Diapositiva 9]

[Diapositiva 10] *Note del relatore*

Quando ci uniremo nella lotta contro il diabete, questa piattaforma ruoterà intorno a tre strategie di base. È possibile prevenire il diabete di tipo 2 in gran parte attraverso scelte di stili sani di vita. Tutti i tipi di diabete possono essere controllati con misure di controllo chiaramente definite e piani gestionali di successo. E la ricerca ci permette di portare dei modelli innovativi di supporto e tecniche di cura alle persone più bisognose.

[Diapositiva 11]

[Diapositiva 12] *Note del relatore*

La mancanza o la scarsa efficacia dell'insulina comporta la presenza di glucosio nel circolo sanguigno. Questo può causare dei danni ai nervi, agli organi e ai vasi sanguigni che possono portare in definitiva a cecità, insufficienza renale, infarto, ictus o amputazione degli arti inferiori.

[Diapositiva 13]

[Diapositiva 14] *Note del relatore*

Esistono tre tipi di diabete e noi abbiamo deciso di combattere contro ognuno di questi.

Il diabete di tipo 1 si verifica quando il sistema immunitario distrugge le cellule che producono insulina e di conseguenza il corpo non può produrre l’insulina di cui ha bisogno. Il diabete di tipo 1 si sviluppa di solito nei bambini e negli adolescenti, ma può accadere a qualsiasi età.

Le persone affette dal diabete di tipo 1 necessitano di insulina regolarmente sia tramite iniezioni sia tramite una pompa di insulina.

Il diabete di tipo 2 si verifica quando l'insulina viene prodotta ma non assorbita correttamente dal corpo. Le persone affette dal diabete di tipo 2 possono necessitare o meno di insulina, ma potrebbero aver bisogno di altri tipi di farmaci. Alcuni fattori di rischio per il diabete di tipo 2 possono essere ridotti tramite comportamenti coerenti e sani.

Il diabete gestazionale si verifica nelle donne in gravidanza e può provocare complicazioni per madre e bambino, sia prima che dopo il parto. Le donne che sviluppano il diabete gestionale non vivono necessariamente la loro vita con la malattia per tutta la vita, ma corrono un rischio maggiore di sviluppare il diabete di tipo 2 dopo la loro gravidanza. Se il diabete gestionale non viene gestito correttamente durante la gravidanza, i bambini possono nascere in sovrappeso, con difficoltà respiratorie o con bassi valori di zuccheri.

[Diapositiva 15]

[Diapositiva 16

[Diapositiva 17]*Note del relatore*

Come Lions e Leo possiamo fare così tanto per prevenire il diabete e migliorare la vita di chi ha già contratto la malattia.

[Diapositiva 18]

[Diapositiva 19] *Note del relatore*

Dopo questa presentazione faremo degli esercizi per comprendere come il diabete incide sulle nostre vite in modo personale e di decidere quali attività di service possiamo fare per unirci alla lotta contro il diabete.

[Diapositiva 20] *Note del relatore*

Come club, possiamo impegnarci a fare delle scelte che possano prevenire il diabete, come il servire pasti sani durante le nostre riunioni. Possiamo anche creare sfide di club per bere otto bicchieri di acqua al giorno, mangiare verdura a ogni pasto o scaricare un’applicazione sul cellulare per fare ginnastica e monitorare i passi fatti durante il giorno, le calorie bruciate o i minuti dedicati all'attività aerobica alla settimana.

[Diapositiva 21] *Note del relatore*

Anche le piccole cose possono fare una grande differenza, specialmente quando 1,4 milioni di Lions e Leo sono impegnati nella stessa causa. La chiave è iniziare a fare le cose nel modo giusto per poter avere un impatto immediato sulla nostra comunità e fare la nostra parte per combattere contro questa malattia mortale.

Adesso, disponiamoci in un grande cerchio per svolgere un'attività pratica (nota per il presentatore: usare il documento dal titolo “Attività pratica” per facilitare questa porzione della riunione).

[Diapositiva 22]