



Lions Clubs International
FOUNDATION



Diabete: I Lions impegnati nella lotta a un'epidemia globale

Un prezioso intervento

Ci vogliono 12 minuti per raggiungere l'ospedale locale dalla casa di Len Dompke, situata nei sobborghi di Chicago. La prima volta che Len ha dovuto recarsi in ospedale è stato in circostanze molto difficili. Quel tragitto voleva dire riconoscere la necessità di cambiare le sue abitudini di vita. Non era un facile.

Len era a rischio di sviluppare il diabete di tipo 2. Questo, prima di recarsi regolarmente (ogni settimana per un anno) presso l'ospedale di Elmhurst. Se non fosse cambiato qualcosa, si sarebbe unito agli altri 400 milioni di diabetici che convivono con questa malattia.

I Lions del Distretto 1-J hanno collaborato con l'ospedale di Elmhurst per lo sviluppo di un programma di prevenzione del diabete e di promozioni di abitudini sane, finanziato con un contributo di 95.000USD della LCIF. Grazie a questo incredibile lavoro di squadra, Len ha adesso una nuova vita.



Len, il suo istruttore, sua moglie e il suo coach.

Un trend prevenibile



I Lions sono entusiasti di servire la propria comunità, organizzando un evento di screening del diabete in Florida.

Il diabete di tipo 2 è una malattia causata da una produzione non corretta di insulina. Il diabete può causare gravi complicazioni alla salute come: malattie della pelle, problemi alla vista e deterioramento del tessuto nervoso. Se non monitorato, il diabete può anche condurre alla morte prematura.

Il numero delle persone affette dal diabete è passato da 108 milioni nel 1980 a 422 milioni nel 2014, e continua ad aumentare, in base ai dati dell'Organizzazione Mondiale della Sanità (OMS).

La buona notizia è che, con la giusta alimentazione e un corretto stile di vita, il diabete tipo 2 può essere prevenuto. E' qui che i Lions intervengono.

I contributi LCIF per i progetti per il diabete forniscono ai Lions fino a 250.000USD. I progetti generalmente vanno a supportare la prevenzione e l'educazione sul diabete, nonché il maggiore accesso alle cure per le popolazioni svantaggiate. La LCIF supporta inoltre i programmi di retinopatia diabetica tramite SightFirst. Visita la pagina **[LCIF.org/Contributi](https://www.lcif.org/Contributi)** per saperne di più sui contributi disponibili per assistere i distretti Lions nello sviluppo e nell'attuazione di progetti umanitari su larga scala.

La risposta dei Lions

Il programma che ha contribuito a rimettere in carreggiata la vita di Len Dompke, Jumpstart Your Health, è incentrato sull'educazione e sulle risorse per le persone a basso reddito a rischio di sviluppare il diabete.

Supportati dal contributo della LCIF di 95.000 USD e dal personale medico dell'ospedale di Elmhurst, i Lions locali hanno svolto un ruolo centrale per il programma. Ciascun Lion del distretto 1-J coinvolto nel progetto, partecipa a una formazione per promuovere la prevenzione del diabete nella comunità, condurre riunioni informative, interagire con i partecipanti al programma e organizzare eventi di raccolta fondi. È l'esempio di quello che i Lions sanno meglio fare - servire la loro comunità!

La Lion Patty Worden ha lavorato diligentemente insieme ai soci del suo club per raccogliere i fondi necessari al programma *Jumpstart Your Health*. "Sono rimasto piuttosto sorpreso quando ho fatto il test A1C e ho scoperto di essere prediababetico. Grazie al programma, ho cominciato a monitorare il numero di passi che faccio in una giornata, quanta acqua bevo, e a preferire cibi sani. Mi sento meglio e faccio scelte salutari" dice la Lion Patty. "Penso che gli altri partecipanti non avrebbero potuto prendere parte al programma senza il supporto del mio Lions club. Abbiamo lavorato tantissimo per fornire questa opportunità alla nostra comunità. Sono orgogliosa di essere una Lion!"



Un piano preciso

L'obiettivo di *Jumpstart Your Health* è chiaro: Prevenire o ritardare la progressione del diabete di tipo 2 per le persone che sono prediabetiche o che presentano fattori di rischio significativi per lo sviluppo della malattia. Questo obiettivo può essere supportato in quattro modi:

1

Educando i partecipanti al prediabete, al diabete, alla progressione della malattia e alla prevenzione, grazie a un programma creato dal Centro nazionale americano per il controllo e la prevenzione delle malattie.

2

Fornendo supporto nel cambiamento delle abitudini legate all'alimentazione, all'attività fisica e al controllo del peso.

3

Preparando i partecipanti grazie a strategie per gestire lo stress e mantenere alta la motivazione.

4

Sviluppando un piano personalizzato di modifica dello stile di vita a lungo termine per ridurre la glicemia, gestire e mantenere la perdita di peso e ridurre al minimo le complicazioni del diabete.

Un grande successo



Photo courtesy of Edward-Elmhurst Hospital.

Dopo una discussione con il suo medico e un inaspettato intervento chirurgico al ginocchio, Len, 61 anni, ha trovato il coraggio di fare la telefonata che ha cambiato la sua vita. Era determinato a cambiare la sua vita e prendersi cura della sua salute. Per sempre.

Len aveva provato, senza successo, a perdere peso da solo. *Jumpstart Your Health* era quello di cui aveva bisogno. “Finalmente tutto aveva senso: un’alimentazione sana, una regolare attività fisica e il giusto supporto erano le varie componenti che portavano a un risultato. Il programma non si limita a una dieta. E’più un cambiamento di stile di vita”, spiega Len. “Le lezioni sono state interessanti, i materiali di facile consultazione, gli obiettivi realistici e gli istruttori preparati e di grande supporto. Nessuna giudicava l’altro”.

Len è riuscito a perdere 35 chili ed è oggi più forte e in buona salute. Soprattutto, grazie al supporto dei Lions e al contributo della LCIF, non è più a rischio di sviluppare il diabete.

“ Grazie Lions! Voglio che tutti sappiano le grandi cose che state realizzando per la vostra comunità. ”
– Len Dompke, uno dei beneficiari di un programma per la prevenzione del diabete (Stati Uniti)

Un impatto misurabile

Gli individui a rischio di sviluppare il diabete di tipo 2 sono invitati a partecipare al programma *Jumpstart Your Health* per prevenire la malattia e migliorare le loro condizioni di salute e la qualità della vita. In poco più di un anno, grazie al programma, sono stati sottoposti a screening del diabete 211 persone, di cui l'8% erano diabetici senza saperlo. Il 31% erano prediabetici. Di coloro risultati prediabetici, il 57% ha scelto di partecipare al programma.

Supportato dai Lions del Distretto 1-J e dalla LCIF, il programma *Jumpstart Your Health*, è stato citato due volte come "programma efficace che soddisfa gli standard stabiliti dal Centro nazionale americano per il controllo e la prevenzione delle malattie" ed è oggi considerato uno dei programmi migliori per la prevenzione del diabete. In realtà, solo un altro ospedale nello stato dell'Illinois offre un programma che ha ricevuto questo riconoscimento. Fortunatamente, il programma era offerto dall'ospedale situato a pochi minuti da casa di Len.



I Lions di tutto il mondo stanno svolgendo sempre più attività sul tema del diabete. Per raggiungere i migliori risultati possibili, abbiamo creato dei contributi che daranno un aiuto ai progetti su larga scala o svolti in collaborazione con altri partner. Ogni progetto è pensato dai Lions locali per raggiungere i migliori risultati.

32.722USD

In Austria un contributo dell'importo di 32.722 USD sta finanziando un programma di educazione dei pazienti diabetici adolescenti, attraverso un campo ricreativo per diabetici gestito dai Lions.

84.912USD

In Romania, i Lions stanno utilizzando un contributo di 84.912 USD per organizzare campi per il diabete e gruppi di sostegno per adolescenti e le loro famiglie, fornendo risorse educative e ricreative in diverse regioni del paese.

56.587USD

In Sri Lanka i Lions hanno ricevuto un contributo di 56.587 USD per rinnovare e attrezzare 5 centri risorse per le comunità che condurranno screening del diabete e forniranno strumenti di sensibilizzazione e di educazione per quasi 60.000 persone nei prossimi 2 anni.

Insieme per fare la differenza



Il programma di contributi per la lotta al diabete della LCIF offre un supporto finanziario ai Lions che cercano di migliorare le iniziative per la sensibilizzazione, la prevenzione e la gestione del diabete nelle loro comunità, spesso svolte in collaborazione con altre organizzazioni presenti nei distretti. I Lions possono presentare una domanda di contributo per un importo fino a 250.000 USD per progetti di grande impatto, finalizzati a sviluppare e ampliare campi per diabetici, a supportare eventi di screening del diabete, ad aumentare l'accesso alle strutture sanitarie di alta qualità che forniscono servizi per il diabete, e a migliorare la formazione del personale sanitario.

I Lions sono impegnati a migliorare la qualità della vita delle persone che vivono con il diabete in tutto il mondo.

“ Questo programma è la prova che i Lions stanno facendo una grande differenza nella comunità. Con il supporto alla LCIF dei Lions di tutto il mondo, abbiamo creato qualcosa che non sta solo cambiando, ma salvando molte vite. Questo è solo l'inizio di quello che possiamo realizzare insieme. ”
– Lion Jim Worden, Lions Club di Elmhurst



Questa è la storia di una sola vita cambiata grazie a Lions e alla LCIF. Questo è solo una minima parte dell'impatto che il nostro lavoro può ottenere. Questa è la **tua** opportunità di partecipare alla lotta al diabete per fare la differenza. Ogni dollaro conta e il **tuo contributo** consentirà di effettuare delle diagnosi precoci, per salvare le vite di persone che si trovano dall'altra parte della tua città, o in un'altra parte del mondo. Fai subito una donazione alla LCIF per favorire la diagnosi precoce del diabete e consentire a numerose persone di tutto il mondo di accedere alle cure necessarie.

Fai una donazione



Lions Clubs International
FOUNDATION

Fondazione Lions Clubs International
300 W. 22nd St. | Oak Brook, IL 60523-8842 USA
+1.630.571.5466 | lcif.org/BE100