

## Siamo diabetici, non malati!

“Non fermarsi mai!

Perché nel nostro sangue scorre voglia di vita sana e di sport, ma anche zucchero, a causa del diabete tipo 1.”

Questa è la storia di Marco, salentino diabetico di tipo 1 sin dall'età di 15 anni, e Mariella, abruzzese, aveva 8 anni, quando il diabete ha fatto capolino nella sua vita e in quella della sua famiglia.

Lui ottimista e con una gran voglia di fare, mille idee nella testa e tanti amici vicini e lontani, pronti a seguirlo nelle sue avventure. Difficile non farsi coinvolgere da tanta energia.

Lei forte e testarda, come la roccia della Majella, una piccola e grande donna con un bagaglio pesante sulle spalle, aspettava un'occasione per uscire allo scoperto, una mano che l'accompagnasse lungo un percorso di consapevolezza.

La bici è stato il mezzo per disfarsi dei pesi inutili e tenere con sé, solo le cose essenziali per crescere e migliorarsi.

La Patologia (e badate bene, non “malattia”) non ha scalfito il loro carattere, non ha impedito loro di laurearsi, di vivere all'estero e, soprattutto, di praticare sport.

“L'attività fisica è fondamentale per chi ha il diabete di tipo 1 perché riduce sensibilmente il fabbisogno quotidiano di insulina”, precisano insieme.



### L'origine:

“In giro col diabete”, storia di un'Amicizia, di un Sogno, di Solidarietà, dove il Diabete fa solo da sfondo.

Per dare un messaggio di speranza a chi è diabetico, ma anche per rendere la patologia più comprensibile ai “non addetti ai lavori”.

**Intorno al Diabete girano molti luoghi comuni, che vanno sfatati, molta ignoranza, che va combattuta e ferite che vanno sanate, perché il Diabete di tipo 1, colpisce principalmente i bambini in età pediatrica e le loro famiglie.**



### L'idea si trasformata in un sogno...

“Voglio girare l'Italia con un progetto di informazione, girare per le piazze, nelle scuole, incontrare gente, confrontarmi”, racconta Marco, “lo farò in bicicletta, per raggiungere i paesini più sperduti, dove l'accesso all'informazione e all'assistenza medica è più difficoltoso e dove le credenze popolari sono più radicate.

Voglio comunicare alle persone con Diabete 1 che non devono sentirsi limitate, ma che, al contrario, la loro forza nell'affrontare quotidianamente la patologia può rappresentare un vantaggio, una marcia in più nel superare sé stessi.



Con la forza d'animo e l'ottimismo dimostreremo ogni giorno che Mister D. è solo un bagaglio in più da portarsi dietro, non un freno che limita il vivere.

Nulla è proibito: ridere, pedalare, correre, mangiare in abbondanza per rifocillarsi, brindare per festeggiare i traguardi raggiunti e per celebrare la Vita!”



### Ed il sogno in realtà:

Primavera del 2014, le bici, sono pronte, cariche di cibo e glucometri, il primo viaggio in cui rilevare e confrontare le glicemie di tutti i partecipanti, diabetici e non.

Gli amici sono quelli di sempre, quelli con cui condividere i bei momenti, quelli che ti seguono nelle imprese più o meno pazze. 300 km da pedalare, partendo da Castel del Monte, attraversando Le Murge, la valle d'Itria e il parco dell'Arneo, condividendo i pasti, affrontando la fatica le crisi ipoglicemiche...tutti insieme.

Il primo evento ufficiale, l'origine di un grande progetto finalizzato all'istituzione dell'Associazione di Promozione Sociale "In Giro col Diabete".



Nasce ufficialmente l'associazione e, nel 2015, Il ciclo viaggio è in Abruzzo, ai piedi della Majella, da Orsogna, verso Palena, Bussi sul Tirino, Manoppello: tre giorni, 250 km, numerose le pendenze affrontate, la condivisione della fatica e dello spettacolo visto dall'alto, colorato dalla gioia dell'incontro con nuovi amici.



Nel 2016 il ciclovaggio raggiunge la Lombardia, lungo le vie d'acqua, partendo da Saronno, verso Somma Lombarda, attraverso la Diga di Pamperduto, fino a Como. Tre giorni, 220 km, piste ciclabili meravigliose e pioggia battente. Ospiti speciali dell'evento, D.A.D. **Diabetes Alert Dogs**, cani addestrati per la rilevazione delle ipoglicemie nelle persone diabetiche.

E poi...

...L'appuntamento annuale della Bari-Nardo, 180 km da pedalare e divorare in un solo giorno, con l'amico Giuliano.



...La Diabetes Marathon a Forlì, organizzata dall'**Associazione Diabete Romagna**: una settimana dedicata ad incontri e Convegni sul tema Diabete 1, 2000 partecipanti provenienti da tutta Italia, e "In giro col diabete" con loro, "perché vogliamo che un giorno il Diabete non abbia più potere di decidere della vita di nessuno".



...e poi la Maratona di Roma, La Staffetta del Cuore Napoli-Firenze, 3 gg con cui podisti e ciclisti hanno unito le forze per urlare "Mai più a nessuno"!!

Ed inoltre, La Maratona del Barocco e la Mezza Maratona Corri a Lecce, il calendario è ricco di appuntamenti.

L'Associazione, inoltre, partecipa e sostiene progetti che riguardano lo sviluppo del territorio.

Ha aderito, infatti, al Coordinamento dal Basso per la Ciclovia dell'Acquedotto Pugliese, dall'Irpinia al Salento, la nuova strada del turismo sostenibile.



Vuoi partecipare ai nostri progetti?

Seguici su:  **In giro col diabete**



Via San Severino,35-73048 Nardo (LE)

C.F. 91028220753

Marco Taurino, [mtaurino@tiscali.it](mailto:mtaurino@tiscali.it),

cell. 329-5885379

**(Presidente e referente Puglia)**

Mariella Montefusco, [dott\\_mm@libero.it](mailto:dott_mm@libero.it),

cell. 347-1802004

**(Vice Presidente e referente Abruzzo)**

