



# Comment bien équilibrer mon diabète ?



Enseignement thérapeutique permettant aux personnes diabétiques de mieux gérer leur traitement dans sa globalité, de maintenir un bon contrôle métabolique et d'éviter les complications tardives

**“ Mieux collaborer  
pour mieux traiter, ”**

## LES SUJETS ABORDÉS

- Qu'est-ce que le diabète ?
- Les différents traitements
- La composition des repas journaliers et particuliers, le rôle des collations **DIAtod**
- La qualité des différents sucres, leurs dosages et utilisations, la lecture des étiquettes
- Les hypoglycémies
- Les situations particulières médicales et diététiques
- Le soin des pieds
- Les complications
- L'activité physique
- Comment vivre avec le diabète ?



## SESSIONS 2018

Les cours ont lieu **quatre mercredis d'affilées**, de 9 h à 16 h, à la salle des Rosiers du CTR de Chamblon.

- COURS 1 N° 74** 7, 14, 21 et 28 février  
**COURS 2 N° 75** 30 mai, 6, 13 et 20 juin  
**COURS 3 N° 76** 12, 19, 26 septembre et 3 octobre  
**COURS 4 N° 77** 7, 14, 21 et 28 novembre

## INFORMATIONS

Les cours ont lieu en **groupe de 10 à 15 participants** et s'adressent à toutes les personnes diabétiques.

Ils sont dispensés par les professionnels suivants que vous pouvez contacter pour tous renseignements :

- **Dr Jean-Marc Ferrara**, diabétologue FMH, 024 426 18 68
- **M<sup>me</sup> Christine Sandoz**, diététicienne diplômée, 024 425 16 00
- **M<sup>me</sup> Anne Vultier**, infirmière clinicienne en diabétologie, 058 450 30 30

**Les inscriptions** se font auprès de votre médecin-traitant et les cours sont **remboursés par les caisses maladie**.

