



Comment bien équilibrer mon diabète ?



Enseignement thérapeutique permettant aux personnes diabétiques de mieux gérer leur vie au quotidien, de maintenir un bon contrôle métabolique et d'éviter les complications tardives. **SESSIONS 2021**

“ **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 **DIAfood**
- 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 2021

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

COURS N° 85	3, 10, 17 et 24 février
COURS N° 86	2, 9, 16 et 23 juin
COURS N° 87	22, 29 septembre et 6, 13 octobre
COURS N° 88	17, 24 novembre et 1 ^{er} , 8 décembre



INFORMATIONS

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

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

- **D^r Jean-Marc Ferrara**, diabétologue FMH, 024 426 18 68
- **M^{me} Christine Sandoz**, diététicienne diplômée, 024 425 16 00
- **M^{me} Ghislaine Gheno**, infirmière en pratique avancée avec spécialisation en diabétologie
- **M^{mes} Aline Veuve et Coralie Vuagniaux**, infirmières cliniciennes en diabétologie, 024 424 43 18

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