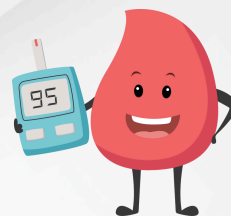


PARLONS DIABÈTE

Rejoignez notre programme d'Éducation
Thérapeutique autour du **Diabète de type 2** !



Les **deux premiers mardis** de chaque mois
de **13H30 à 16H30**
sur **inscription**

- ✓ Un premier échange pour connaître vos besoins, vos attentes et vos projets
- ✓ Des ateliers collectifs sur...
 - + Le vécu de ma maladie
 - + L'alimentation
 - + Les traitements
 - + L'activité physique adaptée...
- ✓ Un bilan à la fin de votre parcours



Inscription obligatoire !

Pour vous inscrire, contactez les infirmières du service de diabétologie par
téléphone au **05 46 45 66 59** ou par mail à l'adresse suivante :

infirmiers.csdiabeto@ght-atlantique17.fr

Pour les ateliers, présentez-vous au secrétariat de diabétologie situé
au **4^{ème} étage**.

Ce programme a pour but de vous aider à **acquérir ou maintenir** des **compétences** dont vous avez besoin pour gérer au mieux votre **quotidien** avec le **diabète**, l'hypertension, le cholestérol... et ainsi, à **améliorer** votre **prise en charge**. Il est gratuit et ouvert à toutes les personnes souffrant de diabète de type 2.



01. Le carnet de bord

Lors de votre arrivée au secrétariat de diabétologie le jour de vos premiers ateliers, la secrétaire vous donnera votre carnet de bord qui vous suivra tout au long du programme. Prenez un temps avant les premiers ateliers pour remplir un certain nombre d'informations situées sur les premières pages afin de **mieux vous connaître** et de recueillir vos **attentes**, vos **besoins**, d'identifier vos **atouts**, vos **difficultés**...

1^{er} mardi
de chaque mois

02. 3 ateliers

" Les bases de l'équilibre alimentaire "

animé par une diététicienne
45 min

" Bien vivre avec le diabète "

animé par une psychologue
45 min

" Comprendre le diabète "

animé par un.e infirmier.e
45 min

2^{ème} mardi
de chaque mois

03. 3 ateliers

" Sensibilisation à l'activité physique "

animé par un enseignant APA
45 min

" Les traitements du diabète "

animé par un.e pharmacien.ne
45 min

" Contrôler les facteurs de risques cardio-vasculaires "

animé par un.e infirmier.e
45 min



04. L'évaluation des compétences



Elle est réalisée au terme de la dernière demi-journée en entretien individuel, ou proposée à distance (par téléphone ou en visio).

Elle permet de connaître votre satisfaction autour du programme proposé, d'évaluer l'acquisition de vos compétences et d'échanger sur vos futurs objectifs.

Inscription obligatoire !



Pour vous inscrire, contactez les infirmières du service de diabétologie par téléphone au **05 46 45 66 59** ou par mail à l'adresse suivante :

infirmiers.csdiabeto@ght-atlantique17.fr

Pour les ateliers, présentez-vous au secrétariat de diabétologie situé au **4^{ème} étage**.