

GRATUIT



# Diabétique de type 2 ? DES QUESTIONS SUR LA MALADIE, LES TRAITEMENTS ?

## ATELIERS COLLECTIFS MIEUX VIVRE AVEC SON DIABÈTE

- 1 Entretien individuel : 1h** (vos besoins, vos questionnements...)
- 2 Ateliers collectifs : 1h-1h30** (4 au choix parmi les 10 proposés)

### ATELIER 1

#### Mécanisme du diabète

“  
J'ai envie de comprendre mon diabète

### ATELIER 2

#### Suivi médical et complications chroniques

“  
Elles sont graves mais évitables

### ATELIER 3

#### Alimentation et diabète

“  
Et s'il ne s'agissait pas d'un régime ?

### ATELIER 4

#### Sensation de faim

“  
Je prends conscience de mes sensations de faim et de satiété

### ATELIER 5

#### Prévention podologique

“  
Je préserve mon autonomie avec des pieds en bonne santé !

### ATELIER 6

#### Pathologies et facteurs de risques associés

“  
J'équilibre mon diabète et pour le reste ?

### ATELIER 7

#### Traitements du diabète

“  
Mon traitement, comment et pourquoi le prendre ?

### ATELIER 8

#### Représentation de la maladie

“  
Diabète, libérons la parole !

### ATELIER 9

#### Inobservance du traitement

“  
Le traitement, y en a marre !

### ATELIER 10

#### Manger sain à petit prix

“  
Bien manger, c'est vivre !

- 3 Synthèse individuelle : 1h** (vos acquis, les points à approfondir...)

## Informations et inscription gratuites

auprès de Mme Oms à la Maison de Santé Lunelloise

☎ 06 52 70 93 43 📍 391, Boulevard Ste-Claire à Lunel

[www.maisondesante-lunelloise.fr](http://www.maisondesante-lunelloise.fr)



« Je suis diabétique, mais les complications très peu pour moi ! »