

PROGRAMME D'ÉDUCATION THÉRAPEUTIQUE DU CENTRE DE SANTÉ DE HOUDAN

SALLE BACCARA (1^{er} étage du bâtiment de la Roseraie)

UN PREMIER ENTRETIEN INDIVIDUEL : RDV à prendre au **01.30.46.18.57**.

Puis des **ATELIERS COLLECTIFS** adaptés à vos objectifs (petit groupe de 6 à 8 personnes) : * **Dates fixes si un seul groupe**

MARDI <u>28 FEVRIER*</u> OU MARDI 7 MARS 2017 De 9h15 à 12h	MARDI <u>21 MARS*</u> OU MARDI 28 MARS 2017 De 9h15 à 12h	MARDI <u>18 AVRIL*</u> OU MARDI 25 AVRIL 2017 De 9h15 à 12h	MARDI <u>02MAI*</u> OU MARDI 30 MAI 2017 De 9h15 à 12h	MARDI <u>6 JUIN*</u> OU MARDI 20 JUIN 2017 De 9h15 à 12h
<p>Accueil convivial autour d'un thé/café...</p> <p><u>1^{ère} partie</u> Vous saurez tout, tout, tout, sur le diabète !</p> <p><u>2^{ème} partie</u> Sucres et graisses cachés : vous êtes démasqués !</p> <p>Fin : 12h</p>	<p>Accueil convivial autour d'un thé/café...</p> <p><u>1^{ère} partie</u> La glycémie dans tous ses états !</p> <p><u>2^{ème} partie</u> Sortir en famille ou entre amis avec mon diabète. Comment alléger nos recettes ?</p> <p>Fin : 12h</p>	<p>Accueil convivial autour d'un thé/café...</p> <p><u>1^{ère} partie</u> Et quand je fais une activité physique ?</p> <p><u>2^{ème} partie</u> Comment « décrypter » ces étiquettes si compliquées?</p> <p>Fin : 12h</p>	<p>Accueil convivial autour d'un thé/café...</p> <p><u>1^{ère} partie</u> Je deviens incollable sur mon traitement !</p> <p><u>2^{ème} partie</u> À table ! Me faire plaisir dans mon assiette avec mon diabète.</p> <p>Fin : 12h</p>	<p>Accueil convivial autour d'un thé/café...</p> <p><u>1^{ère} partie</u> Épiez vos pieds !</p> <p><u>2^{ème} partie</u> L'index glycémique, à quoi ça sert?</p> <p>Fin : 12h</p>

UN ENTRETIEN INDIVIDUEL FINAL : après la participation à vos ateliers.

Parking à 100m de l'hôpital accès rond-point / 2 places pour personnes handicapées / dépose minute dans la cour d'honneur.

Une équipe pour vous accompagner

- Marie Monteiro
Infirmière,
- Claire Gallot
Médecin,
- Émilie Robin
Diététicienne,
- Isabelle Eeckman
Secrétariat.

En partenariat avec
le réseau diabète REVESDIAB



Si vous êtes intéressé(es),
contactez-nous au

 01.30.46.18.57

- Un 1^{er} entretien individuel vous sera proposé afin de faire le point sur vos attentes.
- Il vous sera également proposé des ateliers collectifs de 9h30 à 12h (programme au dos de cette plaquette).

RDV dans la salle Baccara
au 1^{er} étage du bâtiment de
la Roseraie.



VOUS ÊTES DIABÉTIQUE

Vous souhaitez
améliorer
votre qualité de vie

**L'équipe d'éducation
thérapeutique peut
vous y aider**

Prise en charge sans frais
Financement par l'Agence Régionale de
la Santé Ile de France

