

La Ville de Mantes-la-Jolie et le réseau Revesdiab
vous proposent des

ATELIERS DIABÈTE

Alimentation, vie quotidienne, soins des pieds...



SEPTEMBRE

JEUDI 28 SEPTEMBRE À 10H
Vie quotidienne et diabète*

OCTOBRE

JEUDI 5 OCTOBRE À 14H
Les glucides, les lipides :
où les trouver, comment les équilibrer ?*

VENDREDI 13 OCTOBRE À 14H
Mieux comprendre mon diabète et mon traitement.*

JEUDI 19 OCTOBRE À 14H
Prendre soin de mes pieds.*

TOUS LES MERCREDIS

DE 9H À 10H
Gymnastique douce/marche*
au Centre de vie Social Les Garennes

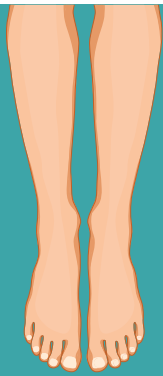
Informations et inscriptions

*Ateliers gratuits - environ 1h30 - Sur inscription (10 personnes maximum par atelier)

Aurélie MATHY - 06 82 92 49 57

Ville de Mantes-la-Jolie





La Ville de Mantes-la-Jolie et le réseau Revesdiab
vous proposent des

ATELIERS DIABÈTE

Alimentation, vie quotidienne, soins des pieds....

NOVEMBRE

JEUDI 9 NOVEMBRE À 14H
Comment bien se chausser.*

MARDI 21 NOVEMBRE À 9H
Composer ses menus pour mieux manger.*

JEUDI 30 NOVEMBRE À 14H
Les astuces pour être bien dans son assiette*



DÉCEMBRE

MARDI 12 DÉCEMBRE DE 9H À 11H
Cuisine*

TOUS LES MERCREDIS

DE 9H À 10H
Gymnastique douce/marche*
au Centre de vie Social Les Garennes

Informations et inscriptions

*Ateliers gratuits - environ 1h30 - Sur inscription (10 personnes maximum par atelier)

Aurélië MATHY - 06 82 92 49 57

Ville de Mantes-la-Jolie

