

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

A person wearing a bright yellow raincoat and dark pants is captured in mid-air, jumping over a metal railing on a wooden bridge. The background shows a hazy mountain landscape under a cloudy sky. The bridge's wooden planks lead towards the horizon.

COMMENT BIEN ÉQUILIBRER MON DIABÈTE ?

LES SUJETS ABORDÉS

- Qu'est-ce que le diabète ?
- Les différents traitements
- Les auto surveillances
- La composition des repas journaliers et particuliers, la qualité des différents sucres, leurs dosages et utilisations **DIAfood**
- Les hypoglycémies et les hyperglycémies
- Le soin des pieds
- Les complications
- L'activité physique
- Comment vivre avec le diabète ?

SESSIONS 2026

Les cours se déroulent sur **4 après-midis d'affilée**, de 13 h 30 à 17 h 30, à Montagny-Chamard 55 C, salle Pluton (dans les locaux du CMS)

Cours 1 Mardi 21 avril – Mardi 28 avril – Mardi 5 mai – Mardi 12 mai

Cours 2 Mardi 3 novembre – Mardi 10 novembre – Vendredi 20 novembre
Vendredi 27 novembre

COMMENT S'Y RENDRE

- Bus N° 602 arrêt En Chamard / La poste
- Voiture : places de parc à disposition (dans la mesure du possible)

INFORMATIONS

Les cours ont lieu en groupe de 6 à 10 participant·e·s et s'adressent à toutes les personnes diabétiques et à leur entourage. Ils sont dispensés par les professionnelles suivantes que vous pouvez contacter pour tous renseignements :

Madame Christine Sandoz, diététicienne diplômée ES/HES, 024 425 16 00

Madame Morgane Casagrande, infirmière clinicienne en diabétologie, 058 450 30 30

Les inscriptions se font auprès de votre médecin traitant·e ou des personnes ci-dessus et **les cours sont remboursés par les caisses maladie.**

D^{re} Delphine Stoll et *D^{re} Aline Roth Pressl*, diabétologues, et *Madame Laura Beauverd*, maître en activité physique adaptée, animent également une partie des cours.

INSCRIPTION EN LIGNE

