

## Vous munir SVP de :

- ⇒ Votre dernier bilan sanguin avec l'hémoglobine glyquée.
- ⇒ Votre lecteur de glycémie si vous en possédez un.
- ⇒ Une bonne paire de chaussures pour la marche.

↳ Lieu : LA FABRIK  
5, Rue Jules Dumont d'Urville  
89300 JOIGNY

## Horaires :

Atelier n°1 : 9h30/12h00  
Atelier n°2 : 10h30/13h30  
Atelier n°3 : 14h00/16h00

Dates en fonction de la programmation  
(tous les 15 jours)

## Inscription

au **07.67.51.25.15**  
ou **06.62.64.32.41**



**14 Avenue Courbet  
89000 Auxerre**



**LE DIABÈTE  
ÇA VOUS PARLE ?**

**PROGRAMME  
D'ACCOMPAGNEMENT  
DU PATIENT DIABÉTIQUE  
DE TYPE 2**



L'équipe de l'Association des diabétiques de l'YONNE en partenariat avec le Dr WENDEU vous propose des ateliers d'accompagnement pour la prise en charge du diabète de type 2.

- ◆ Dr WENDEU C.  
D.U diabétologie/ 40 h Education thérapeutique CH JOIGNY
- ◆ Mme CLEMENT M.  
IDE bénévole AFD 89/ patient expert
- ◆ Mme MARMIER B.  
IDE bénévole AFD 89/ D.U ETP « maladies chroniques »
- ◆ Mme CHAT B.  
Diététicienne CH JOIGNY/ D.U ETP « maladies chroniques »

### Objectifs de l'action

- **Améliorer** la qualité de vie de la personne diabétique en la rendant autonome, responsable et actrice de sa prise en charge
- **Renforcer** la capacité de la personne à prendre en charge sa maladie afin d'avoir une qualité de vie acceptable pour elle.

### ATELIER COLLECTIF 1 :

Animé par deux bénévoles (IDE retraitées)

- Durée 2h à 2h30
- Compétences visées :
  - Comprendre le diabète
  - Comprendre sa biologie (atelier avec dernier bilan du patient)
  - Gérer les hypo –hyper : Adapter et réajuster
  - Comprendre l'action de l'activité physique sur la glycémie (Marche en extérieure 30 /45mn)

### ATELIER COLLECTIF 2 : diététique

-Animé par deux bénévoles (IDE retraitée, une diététicienne)

- Durée 3 heures
- Compétences visées :
  - Acquérir des connaissances alimentaires et adapter son alimentation
  - Apprendre à lire les différentes étiquettes, mise en situation dans un supermarché
  - Cuisiner le repas du déjeuner en groupe

### ATELIER COLLECTIF 3 :

Animé par deux bénévoles (IDE retraitées)

- Prendre soin de ses pieds
- Examens préventifs
- Durée 1 heure/1h30
- Compétences visées :
  - Prévenir les complications podologiques
  - Informer le patient des différentes PEC /CPAM
  - Comprendre le but des différents examens

