

ÉDUCATION THÉRAPEUTIQUE DU PATIENT DIABÉTIQUE DE TYPE II EN VOIRONNAIS

UN PARCOURS EN PLUSIEURS ÉTAPES
ADAPTÉ À VOS BESOINS

1 Un bilan initial personnalisé

2 Des séances individuelles ou de groupe à la carte

Le diabète c'est
quoi ?

Mes pieds : j'en
prends soin !

Manger avec
plaisir quand on
est diabétique

Changer pour ma
santé

L'hypertension
artérielle, qu'est-
ce que c'est,
comment la
surveiller ?

L'activité
physique :
j'en suis où ?

Stress
et santé

Cuisinons ensemble !

NOUVEAU

En direct de votre cuisine, cet atelier animé par une diététicienne-nutritionniste, vous propose de réaliser des recettes variées au fil des saisons. Une façon originale de parler diététique et plaisirs de la table !

3 Bilans intermédiaires en fonction de vos besoins

4 Bilan de fin

RENSEIGNEMENTS ET INSCRIPTION

☎ Secrétariat : **04 82 92 52 50**

✉ Mail : etp.psn@mrsi.fr

☎ Infirmière Asalée : Inès BEYNEY
07 88 69 16 28



LES PROCHAINES DATES

Le diabète, c'est quoi ?

21 septembre de 10h00 à 12h00 à Moirans

8 décembre de 14h30 à 16h30 à Moirans

Manger avec plaisir quand on est diabétique !

13 octobre de 9h00 à 11h00 (Lieu à préciser)

18 novembre de de 14h00 à 16h00 (Lieu à préciser)

7 décembre de de 14h00 à 16h00 (Lieu à préciser)

Cuisinons ensemble !

20 octobre de 14h00 à 17h00 *en visio* :

Les fruits et les légumes d'automne

25 novembre de 9h00 à 12h00 *en visio* :

Les petits plats pour aborder l'hiver

14 décembre de 14h00 à 17h00 *en visio* :

Menus de fêtes

L'activité physique, j'en suis où ?

5 octobre de 17h00 à 18h30 à Moirans

30 novembre de 17h00 à 18h30 à Moirans

Mes pieds, j'en prends soin

12 octobre de 17h00 à 18h30 *en visio*

L'hypertension artérielle : qu'est-ce que c'est, comment la surveiller ?

5 octobre de 14h30 à 16h30 à Moirans

14 décembre de 10h00 à 12h00 à Moirans

Changer pour ma santé

Dates à venir

Stress et santé

5 octobre de 09h00 à 12h00 à Voiron

2 décembre de 14h30 à 17h30 à Voiron

Programme d'éducation thérapeutique autorisé
par l'Agence Régionale de Santé depuis 2014