



diabètevaud



diabètefribourg

## Journée Mondiale du Diabète

Cette année la Journée Mondiale du Diabète fut marquée, sur près de deux semaines, par plus de 500 dépistages gratuits offerts par de nombreux podologues participant à cette campagne ainsi que par diabètevaud. Des événements ont eu lieu dans diverses régions du canton pour sensibiliser la population aux questions liées au diabète et proposer des dépistages ainsi que diverses actions de prévention.

**Fermeture de fin d'année :**  
**Les bureaux seront fermés du**  
**mardi 24 décembre 2019 à midi au**  
**lundi 6 janvier 2020 à 8h30.**

*Soyez prévoyants et commandez votre matériel assez tôt !*

**Diabètevaud vous souhaite une nouvelle année pleine de lumière.**

### Liste de prestations de diabètevaud

- Consultation annuelle gratuite par une infirmière spécialisée (hors soins des pieds)
- Conseil juridique gratuit
- Offre de cours et conférences (alimentation, éducation thérapeutique, actualités...)
- Groupes de discussion (café-échanges), soutien psychologique, patients experts
- Activités récréatives et sportives avec d'autres diabétiques (enfants et adultes)
- Défense et représentation des intérêts des personnes diabétiques
- Information et prévention
- d-journal, revue suisse romande du diabète (5x/ an)
- Site internet et page Facebook

## AGENDA décembre 2019 à mars 2020

### Cours « Mieux vivre avec son diabète »

Enseignement en groupe pour personnes diabétiques : quatre demi-journées, sur prescription médicale.

L'objectif du cours est d'aider, soutenir et remotiver les personnes diabétiques par des apports théoriques, des ateliers pratiques ainsi que des échanges afin de leur donner l'occasion d'améliorer leurs connaissances du diabète, d'expérimenter et de mettre en pratique les changements adaptés à leur santé.

Prochaine session :

- **Diabètefribourg** : mars 2020

Ces enseignements sont pris en charge par l'assurance-maladie de base. Information et inscription auprès de notre secrétariat.

### Toute l'année...

#### Groupe d'échange pour personnes diabétiques francophones

Coordination : Mme Stéphanie Gremaud ☎ 026 426 02 80

#### Groupe d'échange pour parents d'un enfant diabétique

Coordination : Mme Nezy Geraci ☎ 079 563 96 92

#### Défense des droits et intérêts des diabétiques, problèmes au niveau des assurances sociales, mesures de discrimination :

Communiquez-nous vos remarques, posez-nous vos questions par téléphone ou par courriel : [info@diabete-fribourg.ch](mailto:info@diabete-fribourg.ch). Nous vous répondrons personnellement, dans un délai de 15 à 20 jours.

#### Aide à l'arrêt du tabagisme

Conseils, coaching individuels ou en groupe :

[www.ciprefribourg.ch/0264255410](http://www.ciprefribourg.ch/0264255410)

#### Vous trouvez à diabètefribourg

Le DEXCOM G6 et la pompe à insuline Omnipod INSULET font désormais partie de notre assortiment de matériel vendu par l'association diabètefribourg ! Nous vous rappelons que le système tiers-payant est aussi valable pour ce matériel.

Plus d'informations auprès de notre secrétariat au 026 426 02 80

Le  **d-journal** est édité

avec le soutien de la



[www.entraide.ch](http://www.entraide.ch)

## Journée Mondiale du Diabète

En cette journée mondiale du diabète, diabètefribourg vient à la rencontre de la population fribourgeoise pour lui permettre des tests de glycémie et pour les sensibiliser sur les petits déjeuners sains. Deux actions ont eu lieu dans le canton à la Coop de Matran et dans nos locaux à Morat.

À Matran, les Fribourgeois ont été motivés par les dépistages de glycémies et par les différents types de petit déjeuner exposés. Un dessin d'ampoule pouvait leur permettre de constater si un petit déjeuner était à effet rapide avec beaucoup de glucides et l'autre plus « économique », avec un effet plus long sur la matinée. Ce fut un réel plaisir pour l'équipe infirmière et diététicienne de pouvoir prendre le temps d'échanger avec les « volontaires » sur le diabète, leurs craintes et les mesures parfois à prendre.