



Pôle Santé Chambéry

# DIABETE

## PROGRAMME D' EDUCATION THERAPEUTIQUE



**PROGRAMME D'AIDE AUX PATIENTS  
DIABÉTIQUES POUR MIEUX VIVRE AU  
QUOTIDIEN AVEC LA MALADIE**

**Mieux comprendre pour mieux agir**

Pôle Santé Chambéry - 57 place du Forum - 73000 Chambéry  
04 79 71 69 19 - [contact@polesantechambéry.fr](mailto:contact@polesantechambéry.fr)

# Programme



Ce programme a pour objectif de vous proposer un accompagnement adapté à vos besoins et vos attentes. Il est composé de temps individuels personnalisés et de temps collectifs, en ateliers pour vous permettre de partager votre expérience, vos connaissances, votre vécu.

## **1ERE SEANCE**

### **JE COMPRENDS MA MALADIE**

Qu'est ce que le diabète, les symptômes, les complications ?  
Parler de ses inquiétudes, échanger avec d'autres personnes diabétiques...



## **2EME SEANCE**

### **DIABETE ET ALIMENTATION**

L'impact de l'alimentation sur le diabète : comment manger lorsqu'on est diabétique ? Faut-il vraiment arrêter le sucre ?  
Et le gras ?

## **3EME SEANCE**

### **MON ORDONNANCE ET MES TRAITEMENTS**

Pourquoi ai-je ce traitement et quels sont les effets secondaires ? Comment prendre mon traitement ?  
Aborder les hypoglycémies et les hyperglycémies...



## **4EME SEANCE**

### **DIABETE ET ACTIVITE PHYSIQUE**

Améliorer sa glycémie avec l'activité physique :  
pourquoi, comment ?

Ces ateliers sont proposés par les professionnels de santé du  
Pôle Santé Chambéry