

Votre engagement

Sans votre aide, nous ne pouvons pas prévenir les complications

Adhérer au programme c'est adhérer à une charte « professionnels de santé - patients » qui ouvre pour chacun des droits et des devoirs :

Des droits :

- ✓ Vous bénéficiez d'un programme d'actions personnalisées.
- ✓ Vous constituez votre dossier d'actions (fiches d'information et de suivi individuel remises lors des séances et fournies avec une mallette de rangement)
- ✓ Vous restez libre de quitter le réseau

Un seul devoir :

Votre signature et votre présence régulière symbolisent votre engagement.



Un site d'information ouvert au public

www.auvergne-diabete.com

*Une association
de professionnels de santé
pour la promotion
d'un réseau cantal diabète*

RÉSEAU CANTAL DIABÈTE

Centre Hospitalier Henri Mondor
BP 229
15002 AURILLAC Cedex

☎ : **04 71 46 46 19** (Réseau Cantal Diabète)

Appel gratuit : 0 800 800 470 (Réseau Vichy Diabète)

mails : cantal@auvergne-diabete.com

ou arcd15@ch-aurillac.fr

Nos partenaires :

- **Association des Diabétiques d'Aurillac** : 8 place de la Paix - 15000 AURILLAC - ☎ : 04.71.63.63.32.
- **Association Diabète Recherche Cantal** : Senilhes - 15130 ARPAJON SUR CERE - ☎ : 04.71.62.63.97.
- **Association Sanfloraine des Diabétiques** : 11 chemin Bon Air - 15100 SAINT FLOUR - ☎ : 04.71.60.39.75

Vous êtes diabétique ?

Près de chez vous le

RESEAU CANTAL DIABETE



Vous choisissez des professionnels pour vous accompagner afin d'améliorer votre quotidien

Le Diabète : C'est quoi



LE DIABETE : c'est à vie !

Le diabète est une maladie chronique qui nécessite des attentions et des soins quotidiens.

Elle se caractérise par une phase silencieuse (d'environ 10 ans) durant laquelle elle agit sur tous les organes.

10 ans

Parce qu'elle agit sur vous, c'est à vous de réagir en adhérant au Réseau Cantal Diabète.

LE PROGRAMME : bien-être et qualité de vie !

Ce programme vous propose d'acquérir progressivement *un savoir, un savoir-faire et un savoir-être* pour mieux vivre avec le diabète.

Cette démarche se décline en :

- ☞ **un programme commun** : le cycle 1 et le cycle 2
- ☞ **un programme personnalisé** : des ateliers de groupe facultatifs :
diététique - activité physique - groupe de paroles - podologie - observance thérapeutique - contrôle de la glycémie et techniques d'injection

En participant à des séances régulières organisées avec l'aide de votre médecin traitant, vous favorisez une meilleure gestion du diabète et la prévention de complications.

Quelques heures d'investissement dès le cycle 1 et votre vie s'enrichit.

Bien-être

La diététicienne

Elle vous apporte des conseils pour équilibrer votre alimentation, et notamment :

- ✓ Les sucres
- ✓ Les graisses

et un menu adapté à vos besoins

3h00

Le médecin généraliste

Avec lui, vous apprenez des notions fondamentales telles que :

- ✓ L'hypoglycémie
- ✓ L'hyperglycémie
- ✓ L'hémoglobine glyquée
- ✓ Les examens de surveillance
- ✓ Le traitement

2h00

Mieux vivre

L'infirmière libérale

Elle vous accompagne dans vos démarches :

- ✓ Choisir et utiliser un lecteur de glycémie
- ✓ Pratiquer correctement des injections d'insuline

À la fin du programme d'éducation, elle vérifie si tous les soins que vous serez amenés à faire seul sont bien compris et assimilés.

1h00

Le pédicure-podologue

Il vous explique en quoi il est essentiel de surveiller et soigner vos pieds.

1h00

Le médecin spécialiste ou le pharmacien

Il vous informe sur les risques cardiovasculaires notamment aggravés par :

- ✓ Le tabac
- ✓ Le cholestérol
- ✓ L'hypertension artérielle
- ✓ L'inactivité physique

1h00