

Pour participer au programme d'Éducation Thérapeutique du Patient RunDIABETE, je demande conseil à mon professionnel de santé ou je me renseigne moi-même au :

0800 444 974

Pour plus d'informations :
ucep.re

Je participe à un programme d'Éducation Thérapeutique !

**Pour mieux
vivre avec mon
diabète.**

- > Gratuit
- > Sans obligation
- > Personnalisé
- > Un moment de convivialité



Qu'est ce que l'Éducation Thérapeutique ?

C'est une **méthode de sensibilisation, d'information et d'apprentissage** qui m'est proposée afin de mieux comprendre mon diabète, d'agir et de résoudre mes difficultés au quotidien.

Pourquoi ? Quels bénéfices ?

- > **Mieux comprendre mon diabète.**
- > **Adopter un mode de vie adapté.**
- > **Réduire mes problèmes de santé.**
- > **Améliorer ma qualité de vie.**

A qui s'adresse le programme ?

Le programme RunDIABETE s'adresse à toutes les personnes **diabétiques de type 2** ainsi qu'à leurs proches.

Où ? Par qui ?

Des séances conviviales favorisant les échanges sont organisées **au plus proche de chez moi**. Elles sont animées par des professionnels soignants **formés à l'éducation thérapeutique**.

Comment cela se passe ?

- 1.** Je contacte l'équipe RunDIABETE.
- 2.** Je rencontre un soignant lors d'un entretien individuel pour mieux connaître mes besoins et mes attentes.
- 3.** Je participe aux séances que j'ai choisies parmi les thèmes proposés.
- 4.** A la fin des séances, je fais le bilan sur ce qu'elles m'ont apporté.

Les séances proposées :

- > **Comprendre la maladie et les complications.**
- > **Suivi et la surveillance du diabète.**
- > **Alimentation.**
- > **Activité physique.**