
PROGRAMME D'ATELIERS DIABÈTE

Le réseau Revesdiab en partenariat avec la municipalité de Melun a le plaisir de vous proposer des ateliers à la Maison des Associations Jean XXIII, 27 rue Edmond Michelet (salle Truffaut, 1^{er} étage).

Vous trouverez ci-dessous la liste des ateliers pour 2017 :

- ✓ **Gymnastique douce/marche : mercredi 10h00**
- ✓ **Les glucides (sucres) : samedi 25 février 2017 à 10h00**
- ✓ **Les lipides (graisses) : samedi 11 mars 2017 à 10h00**
- ✓ **Mieux comprendre mon diabète : jeudi 16 mars 2017 à 14h00**
- ✓ **Mieux manger et composer ses menus : samedi 25 mars 2017 à 10h00**
- ✓ **Mieux gérer mon traitement : jeudi 30 mars 2017 à 14h00**
- ✓ **Les clés pour être bien dans son assiette : samedi 22 avril 2017 à 10h00**
- ✓ **Parcours de soins et surveillance : jeudi 27 avril 2017 à 14h00**
- ✓ **Prendre soin de ses pieds : samedi 13 mai 2017 à 10h00**
- ✓ **Autosurveillance glycémique : jeudi 18 mai 2017 à 14h00**
- ✓ **Décryptons les étiquettes : samedi 10 juin 2017 à 10h00**

Ces séances durent environ 1h30 et regroupent 5 à 10 personnes.

Pour des raisons d'organisation, l'inscription est obligatoire en contactant

le réseau au 09 71 53 64 81.