



Les **Rencontres**
Santé

DiabèteAction



Mardi 25 septembre
de 14h à 17h30

à la Mutualité Française Creuse
1 rue Charles Chareille
23000 GUERET

**GRATUIT ET
OUVERT A TOUS**

Dès 14h, venez participer à nos ateliers :
Tests de condition physique, informations sur le
programme DiabèteAction, alimentation et documentation

Conférence de 15h30 à 16h :
« Diabète, alimentation et activité physique »
Intervention du Dr. Fourcade, Médecin diabétologue

Renseignements : 05 19 99 25 18





Ateliers :

*Tests de condition physique, DiabèteAction,
alimentation et documentation*

- Quelles sont mes capacités physiques ?
- Qu'est-ce-que le programme DiabèteAction ?
- Quels documents consulter sur la maladie ?
- Quelles recettes au quotidien ?
- Où trouver des conseils ?

Conférence de 15h30 à 16h :

« Diabète, alimentation et activité physique »
intervention du Dr. Fourcade, Médecin diabétologue

Un professionnel répond à toutes vos interrogations :

- Qu'est-ce-que le diabète ?
- Comment devient-on diabétique ?
- Peut-on guérir de cette maladie ?
- Quels sports pratiquer ?
- Quelle alimentation adopter au quotidien ?

Pour donner suite à cette rencontre, un atelier DiabèteAction se déroulera du 2 octobre au 18 décembre 2012

**Les mardis de 15h à 16h30 et
les vendredis de 10h à 11h30**

à la Mutualité Française Creuse
1 rue Charles Chareille
23000 GUERET

Il s'agit d'un programme mêlant séances d'activité physique et d'alimentation. Si vous êtes diabétique, si vous présentez des antécédents familiaux... ce programme vous est destiné.

Renseignement et inscription au :
05 19 99 25 18