

Patients diabétiques de type 1 et 2

Mieux comprendre et mieux vivre son diabète au quotidien

Objectifs du programme

- > Approfondir et actualiser vos connaissances sur le diabète
- > Se familiariser avec les gestes de la vie quotidienne pour prévenir ou retarder les complications du diabète
- > Vous permettre de manger mieux sans perdre le plaisir
- > Vous aider à mieux vivre la maladie au quotidien
- > Vous rendre plus autonome dans le traitement de votre maladie au quotidien

Descriptif

Quelles sont les conditions de participation ?

Ce programme s'adresse aux personnes **adultes** femmes et hommes présentant un **diabète de type 1 ou 2 et/ou à leur entourage ou aidant**. Pour cela vous devez être vu en consultation par l'un des médecins du service ou bien être adressé par un endocrinologue de ville ou votre médecin traitant après validation par l'un des médecins du service.

Comment se déroule le programme ?

Ce programme se déroule sur **5 jours** dans le cadre d'une **hospitalisation de semaine du lundi au vendredi**. Si vous êtes un **membre de l'entourage ou un aidant** souhaitant intégrer le programme, votre participation se fera bien entendu **en externe sans hospitalisation**.

Avant votre entrée, un questionnaire vous sera adressé pour préciser vos besoins et vos attentes. Dès votre entrée un programme personnalisé vous sera proposé.

L'entretien de diagnostic éducatif :

Avant votre entrée, un **questionnaire** vous sera adressé pour préciser vos besoins et vos attentes. Dès votre entrée un **bilan éducatif individuel** sera réalisé par l'ensemble des intervenants en tenant compte de vos attentes et un programme personnalisé fait de séances collectives et/ou individuelles vous sera proposé.

Les séances (ateliers, modules), d'éducation thérapeutique:

1. Mardi

- Séance n°1 (socle) : Le diabète en questions
Atelier collectif de 45 mins réalisé par l'un des médecins du service
- Séance n°2 (socle) : Une hypoglycémie : c'est quoi ? Je fais quoi ?
Atelier collectif de 45 mins réalisé par une infirmière du service
- Séance n°3 (socle) : Comment manger sainement en se faisant plaisir quand on est diabétique ?
Atelier collectif de 1h30 réalisé au self éducatif par la diététicienne avec menu et cuisine élaborés par les participants

2. Mercredi

- Séance n°4 (socle) : Je mange en écoutant mon corps pas ma tête
Atelier collectif de 1h réalisé par la diététicienne
- Séance n°5 (socle) : Comment vivre avec mon diabète ?
Atelier collectif de 1h réalisé par la psychologue

3. Jeudi

- Séance n°6 (socle) : Comment suivre mon diabète pour prévenir ou retarder les complications du diabète ?
Atelier collectif de 1h réalisé par l'un des médecins du service
- Séance n°7 (socle) : Pourquoi et comment je dois prendre soin de mes pieds ?
Atelier collectif de 30 mins réalisé par une aide-soignante.
- Séance n°8 (socle) : Session collective avec l'association départementale des diabétiques

Si l'indication à une ou plusieurs séances collectives n'est pas retenue, la séance vous sera alors proposée en individuel.

L'entretien de synthèse ou de fin de programme

En fin de semaine, le vendredi, une réunion de synthèse avec tous les intervenants sera réalisée et un projet de suivi vous sera proposé.

Quelle est l'organisation des sessions sur chaque site ?

8 séances collectives de 6 à 8 personnes réparties sur la semaine d'hospitalisation.

Lieux d'intervention

Service d'Endocrinologie

Centre Hospitalier Perpignan
20 avenue du Languedoc BP 49954
66046 Perpignan Cedex