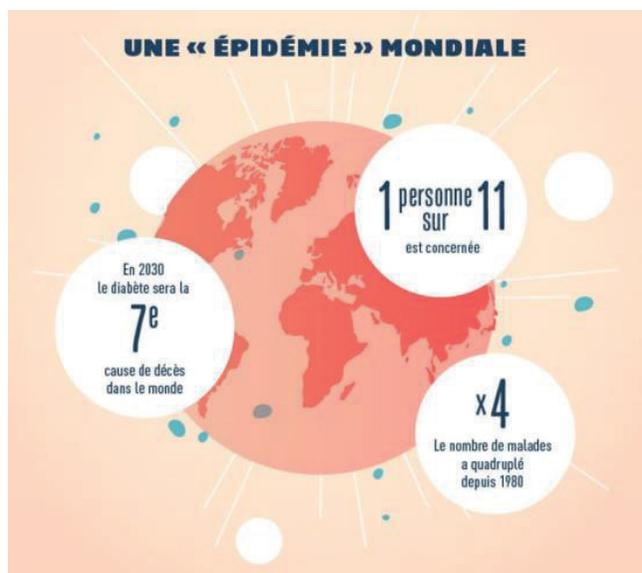


## Le diabète, c'est...



*Le programme en HDJ permet de vous accompagner dans la prise en charge de ce diabète*

Notre programme se déroule en **groupe maximum de 2 personnes** diabétiques de type 2 **ou individuel**

*Un proche peut vous accompagner tout au long du programme*

## Equipe HDJ

**Médecin**  
**Diététicienne**  
**Infirmières**  
**Aides-Soignantes**  
**Educateur Sportif**  
(Licence STAPS APA)



## Où nous trouver ?



CHI Caux Vallée de Seine  
19 avenue du Président René Coty  
76170 LILLEBONNE  
**Salle d'ateliers au 1<sup>er</sup> étage**



## Nous contacter ?

**02.35.39.36.36**

**Demander le poste 12578**  
(les mardis et vendredis de 9h à 16h)  
ou par mail :



**[equipe-hdj-dt2@chi-cvs.fr](mailto:equipe-hdj-dt2@chi-cvs.fr)**

QUA-DOC-0023-2021



**Centre hospitalier**  
Intercommunal Caux Vallée de Seine

## EDUCATION Hopital De Jour\* Vivre avec mon DIABETE DE TYPE 2

Comment bien manger, bien bouger ?

\* HDJ

**Prise en charge  
pluridisciplinaire**

Médecins, Infirmières,  
Aides-Soignantes, Diététicienne,  
Educateur sportif (Licence STAPS APA)



## LE DIABETE DE TYPE 2

*C'est un excès de sucre dans le sang.*

### Comment le prendre en charge ?

Une bonne hygiène de vie permet de bien vivre avec son diabète.

Pour vous accompagner, nous vous proposons d'accéder à notre programme d'éducation thérapeutique **gratuitement**.

## L'HOPITAL DE JOUR

### Pourquoi l'HDJ ?

- ✓ s'adapte à vos habitudes
- ✓ personnalisé
- ✓ acquisition ou maintien de votre autonomie dans la gestion de votre diabète
- ✓ amélioration de votre qualité de vie
- ✓ acquisition de bonnes habitudes de vie

### Comment accéder à notre programme ?

- ▶ sur simple volontariat en nous contactant directement
- ▶ via votre médecin traitant ou spécialiste
- ▶ via une hospitalisation au sein du CHICVS

## DEROULEMENT DE NOTRE PROGRAMME HDJ

### ATELIERS MARDI 9H / 12H30

Qu'est ce que le diabète, ses traitements et ses complications ?

Reconnaitre les hypoglycémies et hyperglycémies

Equilibre alimentaire

**Nous proposons une session d'ateliers dédiée à l'utilisation du capteur FREESTYLE LIBRE**

### ATELIERS VENDREDI 9H / 12H30

Pratiquer une activité physique de renforcement

Prévention et soins des pieds

Réaliser son injection et connaître le glucagon

Atelier gestion des risques

\* l'inscription aux ateliers se fait pour **un mardi et un vendredi de la même semaine** (sauf contraintes particulières), **une seule fois** au début du programme

## SUIVI APRES ATELIERS

### RDV à 1 mois (suivi des résultats)

+ Comment lire une étiquette alimentaire

### RDV à 3 mois (suivi des résultats)

+ Distribution d'un livret de menus

### RDV à 6 mois (suivi des résultats)

*Des consultations supplémentaires sont possibles tout au long du programme*

