

NOUVEAU
EXCLUSIF
2018

PROGRAMME ETP « J'ÉQUILIBRE MON DIABÈTE DE TYPE 2 »

EN COMPLÉMENT D'UNE CURE THERMALE CONVENTIONNÉE

De nombreux curistes de Brides-les-Bains présentent un diabète de type 2. Passé le choc émotionnel du verdict, les patients sont souvent désarmés sur les plans de l'alimentation et de l'activité physique. Pour les aider à gérer cette pathologie chronique, les Thermes de Brides-les-Bains lancent un Programme d'Éducation Thérapeutique « J'équilibre mon diabète de type 2 » en avril 2018. Validé par l'ARS Auvergne Rhône-Alpes (Agence Régionale de Santé) en octobre 2017, ce nouveau programme implique une équipe pluridisciplinaire : diététiciens, éducateurs sportifs, infirmier, médecin thermal. C'est le premier et le seul programme d'éducation thérapeutique dédié au diabète de type 2 à ce jour dans une station thermale. Il s'ajoute à une cure thermale conventionnée, AD ou RH.

LES + DU PROGRAMME ETP DIABÈTE

- ◆ un bilan éducatif partagé pour comprendre l'origine de sa pathologie et les complications associées et aussi faire le point sur les connaissances et bons réflexes à acquérir pour vivre avec son diabète de type 2 sans stress
- ◆ des ateliers et des apprentissages en nutrition et activités

physiques pendant trois semaines pour mieux connaître sa pathologie, la maîtriser et réduire les risques

- ◆ 12 curistes/session maximum pour maintenir une émulation de groupe
- ◆ un suivi postcure à 1, 3 et 6 mois avec une diététicienne

TARIF 2018

- ◆ 255€ le Programme ETP diabète de type 2

LE PROGRAMME D'ÉDUCATION THÉRAPEUTIQUE « J'ÉQUILIBRE MON DIABÈTE DE TYPE 2 »

Nutrition et diabète - approche individuelle

avec une diététicienne formée à l'ETP

- ◆ 1 bilan éducatif partagé en début de séjour (45 min) : retracer l'histoire du diabète, comprendre les problématiques et établir les priorités
- ◆ 1 bilan des compétences acquises en fin de séjour (45 min) : définir les objectifs et plans d'actions pour équilibrer son diabète chez soi

Nutrition et diabète - ateliers d'apprentissage collectifs

Animé par une équipe pluridisciplinaire : éducateurs sportifs, infirmière, diététiciennes, médecin thermal

- ◆ Ma vision du diabète et de son impact sur la santé
- ◆ L'activité physique, même pas peur !
- ◆ L'équilibre de mon diabète en cuisinant
- ◆ Les points clés du suivi de mon diabète
- ◆ Mes repas au quotidien
- ◆ Et si on parlait du diabète ?

Activités physiques et diabète

- ◆ 1^{ère} semaine : cours animé par un binôme éducateur sportif / diététicienne : marche outdoor ou sur tapis. Echanges sur le contrôle de la glycémie pendant l'activité... (1h30)
- ◆ 2^{ème} semaine : cours de cardio-training sur appareils et étirements-relaxation (1h)
- ◆ 3^{ème} semaine : cours de renforcement musculaire et étirements-relaxation (1h)

Suivi postcure

Par email ou téléphone avec une diététicienne : 1 mois, 3 mois et 6 mois après la cure

Une équipe pluridisciplinaire pour délivrer les bons messages

Diététiciens, éducateurs sportifs, infirmier, médecin thermal.

Le saviez-vous ?

17% des curistes reçus en consultation au Centre Nutritionnel des Thermes de Brides-les-Bains souffrent d'un diabète de type 2. C'est en constatant leur détresse face à la maladie et aux risques associés que l'équipe des Thermes a eu l'idée de monter ce programme d'éducation thérapeutique spécifique au diabète de type 2.

SESSIONS ETP DIABÈTE 2018

- ◆ 2 avril
- ◆ 7 mai
- ◆ 4 juin
- ◆ 2 juillet
- ◆ 6 août
- ◆ 3 septembre
- ◆ 1^{er} octobre