

J'ÉQUILIBRE MON DIABÈTE DE TYPE 2

Programme d'Éducation Thérapeutique du Patient

Validé par l'ARS (Agence Régionale de la Santé),
ce programme d'ETP implique une équipe pluridisciplinaire :
diététicien, éducateur sportif, infirmière, médecin thermal

LES ATOUTS DU PROGRAMME



Une approche individuelle avec un diététicien formé à l'éducation thérapeutique

Des ateliers d'apprentissage collectifs

Une conférence pour tout savoir sur les sucres

Des séances d'activités physiques pratiques

Un suivi post-cure par un diététicien à 1 mois, 3 mois et 6 mois



TARIF : 300 € (à la charge du curiste)
En complément d'une cure thermale de 18 jours
12 personnes maximum par session

Dates de début de session pour une arrivée du samedi au mardi :
15/05 - 07/08 - 04/09 - 02/10

LE PROGRAMME COMPLET

NUTRITION ET DIABÈTE

APPROCHE INDIVIDUELLE AVEC UN DIÉTÉTICIEN FORMÉ À L'ÉDUCATION THÉRAPEUTIQUE

- 1 bilan éducatif partagé en début de séjour pour retracer l'histoire du diabète, comprendre les problématiques et établir les priorités
- 1 bilan des compétences acquises en fin de séjour pour définir les objectifs et le plan d'actions chez soi

SÉANCES COLLECTIVES SPÉCIFIQUES

ANIMÉES PAR UNE ÉQUIPE PLURIDISCIPLINAIRE : Éducateur sportif, infirmière, diététicien, médecin thermal.

ATELIERS D'APPRENTISSAGE COLLECTIFS

PROGRESSION DANS LES ATELIERS

1. Ma vision du diabète et de son impact sur la santé
2. L'activité physique, même pas peur !
3. Équilibrer son diabète en cuisinant
4. Les points clés du suivi de mon diabète
5. Mes repas au quotidien
6. Et si on parlait du diabète ?

CONFÉRENCE

ANIMÉE PAR UN DIÉTÉTICIEN

Thème : "Tout ce que vous avez toujours voulu savoir sur les sucres"

6 SÉANCES D'ACTIVITÉS PHYSIQUES PRATIQUES

- 1 séance pratique d'activité physique spécifique encadrée, en début de cure (en binôme : diététicien et éducateur sportif)
- 5 accès à l'Espace Activités Physiques pour tester des activités reproductibles à la maison

SUIVI POST-CURE

PAR UN DIÉTÉTICIEN DU CENTRE NUTRITIONNEL

- 3 échanges programmés par mail : 1 mois, 3 mois et 6 mois après la cure
- La possibilité de contacter l'équipe quand vous le souhaitez au cours des 6 mois



SAISON THERMALE
du 20 mars au 28 octobre 2023

Thermes de Brides-les-Bains
2 rue des Thermes
73570 Brides-les-Bains
T. +33 (0)4 79 55 23 44
thermes@thermes-brideslesbains.fr
www.thermes-brideslesbains.fr

SUIVEZ-NOUS SUR
NOTRE PAGE FACEBOOK

