

## PROGRAMME DES ATELIERS DIABETE S2- 2025

La CPTS du Val d'Orge et vos professionnels de santé ont le plaisir de vous convier à participer à des ateliers collectifs autour du diabète.



Les ateliers se dérouleront : **5 Square de la Villemonderie 91390 Morsang-sur-Orge**  
**Petite salle du canal : 5 avenue du Canal, 91700 Ste Geneviève des Bois**

Présentez-vous : 5 à 10 minutes avant l'atelier. Un message SMS sera envoyé un à deux jours avant pour que vous puissiez confirmer votre participation aux ateliers collectifs. Le parcours ETP APA 8 séances nécessite un certificat médical.

SEPTEMBRE – OCTOBRE	DATE	HEURE
Réunissons-nous pour mieux comprendre l'accompagnement diabète 2025	vendredi 26 septembre	10h30-12h00
Activité physique : je trouve ce qui me convient APA1	vendredi 3 octobre 2025	10h30-12h30
Les clés pour être bien dans son assiette	jeudi 9 octobre 2025 <b>Petite salle du canal</b>	14h00-15h30
Qu'est-ce que le diabète ?	vendredi 10 octobre 2025	10h00-12h00
Manger équilibré...en pratique comment je fais ? (Les menus)	jeudi 16 octobre 2025	10h00-11h30
Mes traitements et leurs effets	vendredi 17 octobre 2025	10h00-12h00
Les glucides : comment les répartir dans mes repas ?	jeudi 23 octobre 2025	10h00-12h00
APA2	Vendredi 24 octobre 2025	10h30-12h00
Et les graisses dans le diabète ?	jeudi 30 octobre 2025	14h00-16h00
		10h00-12h00
Je surveille mon diabète, pourquoi, quand et comment.	Vendredi 31 octobre 2025	

# PROGRAMME DES ATELIERS DIABETE S2- 2025



NOVEMBRE	DATE	HEURE
Objectif : comprendre enfin les étiquettes !	jeudi 6 novembre 2025	14h00-16h00
APA3	Vendredi 7 novembre 2025	10h30-12h00
Je prends soins de mes pieds : pourquoi, quand et comment.	Vendredi 14 novembre	10h00-12h00
Manger Bien ...moins cher	jeudi 20 novembre 2025	10h00-12h00
APA4	vendredi 21 novembre 2025	10h30-12h00
Trouver chaussures à ses pieds	vendredi 28 novembre 2025	10h00-12h00

DECEMBRE	DATE	HEURE
Cuisine	jeudi 4 décembre 2025	10h00-13h00
APA 5	vendredi 5 décembre 2025	10h30-12h00
APA 6 (à voir pour 7-8)	vendredi 12 décembre 2025	10h30-12h00



Pour obtenir des informations complémentaires ou vous inscrire aux ateliers :



Numéro : 06 62 59 97 23