*Pour tout renseignement concernant ce programme dans votre département, vous pouvez contacter :*

### SITE DE SEINE-SAINT-DENIS

Marlène ROUCHES

**Association Française des Diabétiques**
88 rue de la Roquette
75544 Paris
Tél. : 01 40 09 68 58
Mail : m.rouches@afd.asso.fr
Permanence : lundi au vendredi
10h - 13h / 14h - 18h

### SITE DU LOIRET

Fabienne WILINSKI

**Association des Diabétiques du Loiret**
2 Cloître Saint Pierre Le Puellier
45000 Orléans
Tél. : 02 38 62 23 93
Mail : afdl45@aliceadsl.fr
Permanence : mardi après-midi

### SITE DU PUY DE DÔME

Maurice VIRLOGEUX
Marie-Françoise LÉONCE

**Association Diabet63**
Centre Jean Richepin
17 rue Jean Richepin
63000 Clermont-Ferrand
Tél : 04 73 91 85 01
Mail : diab63@wanadoo.fr
Permanence :
2e et 4e jeudis du mois

### SITE MIDI-PYRÉNÉES

Ariège, Haute-Garonne, Hautes-Pyrénées, Gers, Tarn

Isabelle AMILHAT
**Association Française des Diabétiques**
Délégation Midi-Pyrénées
105 allée Charles de Fitte
31300 TOULOUSE
Tél : 05 34 51 26 97
afdmidipyrenees@wanadoo.fr
Permanence : lundi au vendredi
9h - 12h / 14h - 18h

**www.afd.asso.fr**

**Association Française des Diabétiques**
88, rue de la Roquette, 75544 Paris Cedex 11

© Photos : Sylvain Ageorges, DR pour l'AFD

Association Française des Diabétiques

# dynamisation qualité de vie diabète

## Dispositif d'entraide de patient à patient

# UN ACCOMPAGNEMENT DE PATIENT A PATIENT

## Qu'est-ce que le dispositif d'entraide de patient à patient proposé par l'AFD ?

dynamisation qualité de vie diabète

### Des actions de proximité

En complémentarité du service d'accompagnement « **sophia** » mené par l'assurance maladie, l'AFD propose, près de chez vous :

- **Des entretiens personnalisés**
- **Des réunions en petits groupes**

### Des bénévoles patients experts formés à l'écoute et à l'animation de groupes de parole.

C'est-à-dire des personnes atteintes du diabète, ayant fait un travail sur elles-mêmes, une démarche d'approfondissement de leur connaissance sur la maladie, et qui ont choisi de faire profiter les autres de leur expérience.

*"Comment bien vivre avec les changements qu'entraîne le diabète dans ma vie de tous les jours ?"*

*"Je ne sais pas faire à manger. Où vais-je trouver des repas équilibrés ?"*

*"Je ne comprends pas toujours ce que dit mon médecin, qui peut m'aider à comprendre ?"*

*"Je ne suis pas sportive. Quelle activité physique pratiquer ? Où ? Comment ?"*

## A qui s'adresse ce dispositif d'entraide de patient à patient ?

« *Ma vie au quotidien avec la maladie ?* ». Vous vous posez une foule de questions. Des patients, qui sont passés par le même chemin que vous, peuvent vous aider à trouver des réponses.

**Vous êtes patient diabétique, vous souhaitez être aidé et orienté par d'autres patients pour améliorer votre qualité de vie.**

**Ce dispositif s'adresse à vous, renseignez-vous auprès de l'association locale de l'AFD près de chez vous (voir page suivante).**

*"J'ai toujours peur de faire une hypoglycémie."*

*"Je me sens isolée avec ma maladie. Je ne sais pas où rencontrer des gens pour en parler."*

Association Française des Diabétiques