

Unité  
d'Endocrinologie  
Diabétologie, du  
Métabolisme et de  
la Nutrition  
UEDMN

**Hôpital  
du Jura**

*Nous pour vous !*

## Formulaires d'inscription

- Sur le site Internet **www.h-ju.ch**  
sous « Disciplines médicales »  
« Diabétologie et endocrinologie »
- Au secrétariat de l'UEDMN
- Chez votre médecin traitant

## Renseignements

Hôpital du Jura  
Secrétariat UEDMN  
Fbg des Capucins 30  
2800 Delémont  
Tél. 032 421 24 87  
Fax. 032 421 28 19  
Christelle.Mauron@h-ju.ch

**Formulaire d'inscription à faire remplir  
par votre médecin  
et à envoyer au secrétariat de  
l'Unité de diabétologie.**

**N'hésitez pas à nous appeler !**



**Mieux vivre  
avec  
le diabète**

**Cours en groupe  
2014**



## **Intervenants**

- Médecin endocrinologue-diabétologue
- Diététicienne
- Infirmière spécialisée
- Psychologue de la santé
- Spécialiste de l'activité physique adaptée



## **Site de Porrentruy**

5 mercredis de 16h30 à 19h30 :  
23, 30 avril;  
7, 14 et 21 mai 2014.

Table ronde 16h30 à 17h30 :  
4 juin 2014.

# **« Mieux vivre avec le diabète »**

## **Le diabète**

- Qu'est-ce que c'est ?
- Que se passe-t-il dans mon corps ?
- Pourquoi et comment le traiter ?
- Insuline et médicaments

## **Aspects psychologiques**

- Vécu et acceptation
- Comment changer mes habitudes ?
- Motivation

## **Activités physiques**

- Quel intérêt pour moi ?
- Petite marche en groupe

## **Alimentation**

- Comment associer plaisir et équilibre ?
- Les sucres et les graisses
- Restaurant et invitation, conseils pratiques

## **Site de Delémont**

5 mercredis de 16h30 à 19h30 :  
3, 10, 17, 24 septembre;  
1er octobre 2014.

Table ronde 16h30 à 17h30 :  
22 octobre 2014.