

LES ATELIERS "ETP DIABÈTE" PROGRAMME

Vendredi 24 janvier à 9h45

"Qu'est-ce que le diabète ?"

Définition, complications et surveillance



Jeudi 6 février à 9h45

"Bien dans son assiette"

Reconnaitre les groupes alimentaires
et apprendre à équilibrer son alimentation

Vendredi 21 février à 9h45

"Mes glucides et moi"

Reconnaitre les différentes familles de glucides
et leur impact sur le diabète



Cholestérol / Cholesterol	
Sodium / Sodium	40 mg
Carbohydate / Glucides	
Fibre / Fibres	0 g
Sugars / Sucres	10 g
Protein / Protéines	5 g

Energy	Fat	Saturated	Sugars	Salt
1584kJ	12.5g	4.7g	6.5g	2.04g
377kcal	18%	24%	7%	33%



Vendredi 28 février à 9h45

"Lire les étiquettes"

Analyser l'affichage des produits industriels

**À VOS AGENDAS !
CAROLE ET CORALIE**