# Mon été Slow Diabète 2024 : merci à tous les participants !

Alors que le dernier programme Slow Diabète vient de se terminer, nous souhaitons remercier les 19 934 personnes inscrites pour leur fidélité, ainsi que tous les experts du diabète et bénévoles pour leur participation à cette initiative !

*« Le Slow Diabète est une mine d'informations et de conseils pour mieux comprendre et gérer son diabète »*, exprime une participante du dernier programme Mon été Slow Diabète - édition 2024.

Ce dernier programme concocté par **la Fédération Française des Diabétiques a accompagné en ligne et tout l'été les plus de 19 900 personnes inscrites.** Le programme, qui s'est déroulé du 22 juillet au 26 août 2024, fait partie des actions développées par la Fédération pour **soutenir les personnes atteintes d'un diabète et leurs proches.**
**Pendant 5 semaines, les participants ont eu accès par email à plusieurs interventions inédites de professionnels de santé et de patients**, articulées autour de différentes problématiques relatives à la période estivale. Parmi elles :

- Comment aller à la plage ou à la piscine avec une pompe ?
- Que faire si j'oublie mon traitement en vacances ?
- Comment éviter le décollement de capteur quand je transpire ?

Parce que la santé mentale est également au cœur de la prise en charge du diabète, **plusieurs approches élaborées avec notre psychologue de la santé**, ont également été abordées en exclusivité :

- Comment cultiver un rapport au corps apaisé pendant l'été ?
- Sentiment de culpabilité : comment l'éviter ?
- Troubles des conduites alimentaires : mieux les comprendre et les identifier.

## C'est vous qui parlez le mieux du dernier programme Slow Diabète :

*« Très intéressant, ludique. Le programme permet de gérer au mieux les désagréments quotidiens en comprenant les interactions du climat, le stress, les décalages horaires, les changements de rythme de vie, d'alimentation ... »*

*« J'ai énormément apprécié ces vidéos régulières. Très instructives, faites par de vrais spécialistes qui savent rendre leur savoir accessible. J'ai appris une foule de choses, et en un mot, cela m'a aidé dans les questionnements que j'avais par rapport au diabète et à la chaleur. Bravo !!! »*

*« Un très bon rappel concret et pédagogique servi par des intervenants de qualité. J'ai bien apprécié l'intervention des diabétologues et de la personne bénévole qui traduit bien notre vécu pour le connaître au quotidien. »*

*« Le fait que le programme soit très varié avec plusieurs types d'intervenants est très intéressant. Je suis inscrite au Slow Diabète depuis juin 2021 et je trouve les sujets de plus en plus concrets et donc proches de mes préoccupations réelles. Les interventions des diabétologues et du Bénévole Patient Expert ont ma*

*préférence, car sont plus "utiles" pour moi, mais j'apprécie les interventions des autres partenaires qui complètent très bien ce programme. »*

*« Continuez ! C'est très rassurant de savoir que l'on n'est pas seul à vivre tous les problèmes liés au diabète. »*

## Et vous ? Envie de rejoindre le Mouvement ?

La Fédération Française des Diabétiques met plusieurs fois par an des programmes Slow Diabète exclusifs à votre disposition. Le programme Slow Diabète - Mon quotidien, est également disponible gratuitement toute l'année sur simple inscription gratuite et permet aux personnes qui le souhaitent de découvrir le Mouvement à tout moment. N'attendez plus et rejoignez, l'aventure Slow Diabète, en remplissant le formulaire d'inscription !

Découvrez également sans plus attendre nos programmes d'accueil spécial DT1,spécial DT2 et spécial diabète gestationnel ici : https://www.federationdesdiabetiques.org/je-m-inscris-a-la-newsletter .