Nouveau programme « Slow Diabète Jeunes Adultes DT1 »

La Fédération Française des Diabétiques annonce le lancement de son tout nouveau programme : Slow Diabète jeunes adultes DT1 le 7 octobre prochain. Ce programme innovant, coconstruit avec le Cercle Jeunes Adultes DT1, un groupe de travail et de réflexion composé exclusivement de personnes vivant avec le diabète de type 1, a été spécialement conçu pour répondre aux besoins des jeunes adultes vivant avec un diabète de type 1 de 18 à 40 ans.

Un accompagnement sur trois semaines

Du 7 au 28 octobre 2024, les participants recevront chaque jour un email contenant des interventions variées (vidéos, audios, PDF…), riches en conseils pratiques et en contenus enrichissants pour équilibrer au mieux la gestion du diabète et la poursuite de leurs projets personnels et professionnels.
Bien que les jeunes adultes vivant avec un diabète de type 1 soient déjà familiarisés avec la gestion de leur maladie, leur quotidien est souvent rythmé par un mode de vie dynamique et de nombreux projets, tels que les études, les premières expériences professionnelles, les voyages, l'obtention du permis de conduire ou encore l'achat immobilier. Ainsi les thématiques abordées au cours du programme sont :

- Bien-être mental : Astuces pour maintenir une bonne santé mentale et mieux gérer les défis du quotidien.
- Législation : Informations essentielles sur les droits et obligations légales des personnes DT1, notamment en matière de travail, de permis de conduire et d'assurances.
- Hygiène et diététique : Conseils sur l'activité physique pour une gestion optimale du diabète.
- Questions taboues : Réponses concrètes aux sujets souvent évités ou difficiles à aborder, tels que la sexualité.
- Vie sociale : Comment concilier diabète et vie sociale, que ce soit lors de sorties, de voyages, ou dans les relations personnelles.

Ce programme, réalisé avec le soutien d'Auchan, vise à offrir aux jeunes adultes vivant avec un diabète de type 1 les outils nécessaires pour gérer leur diabète tout en menant la vie active qu'ils souhaitent. La Fédération entend rappeler que, qu'il soit récent ou non, le diabète ne doit en aucun cas freiner la réalisation de ces ambitions.

Pour s'inscrire au programme :

https://www.federationdesdiabetiques.org/diabete/abonnement-programme-slow-diabete-dta

Un mouvement qui a conquis près de 19 700 personnes :

Créés depuis 4 ans, les différents programmes Slow Diabète accompagnent les personnes atteintes d'un diabète afin de leur permettre de vivre leur diabète autrement. Ils s'adressent également aux proches, parents, conjoints ou amis de personnes atteintes d'un diabète. Depuis 2020, plus de 10 programmes ont été proposés à raison de 2 à 3 par an. Aujourd'hui, ce sont déjà plus de 19 700 personnes qui ont rejoint le mouvement.