Visioconférence diabète et santé mentale : un grand merci !

Cette année, la Fédération a mis en lumière les enjeux de la santé mentale pour les personnes atteintes d'un diabète. Vous avez été nombreux à répondre à ce rendez-vous en participant à notre visioconférence. La Fédération vous adresse ses plus sincères remerciements.

A l'occasion de la Journée Mondiale du Diabète la Fédération a organisé une visioconférence le 13 novembre dernier sur la thématique : Diabète et santé mentale - Mieux comprendre, mieux accompagner.

Ce temps d'échange privilégié a été l'occasion :
• D'expliquer les liens entre diabète, anxiété, dépression et troubles du comportement alimentaire grâce à l'intervention passionnante du **Dr Clément Vansteene**, psychiatre ;

« Dans certains cas, la détresse liée au diabète pourrait s'assimiler à un burnout du diabète »

• De découvrir en exclusivité les premiers résultats de l'étude DiaMind sur le bien-être mental des personnes atteintes d'un diabète présentée par **Arnaud Bubeck**, responsable du Diabète LAB de la Fédération ;

• De partager des expériences et des conseils pour mieux vivre avec un diabète grâce aux précieux témoignages d'Elsa Pardo Gracia et d'Anabelle Schachmess.

« Après l'annonce, il faut apprendre à faire le deuil d'un soi en bonne santé et ça peut prendre plusieurs années. Puis il faut apprendre à vivre avec la maladie, à gérer les doses d'insuline ainsi que la nutrition et le sport … il y a un vrai avant-après ! »

• De partager collectivement des ressources pour être accompagné et trouver du soutien

« Il faut être indulgent avec vous-même, n'ayez pas peur de demander de l'aide ce n'est pas un échec ! »

Un grand merci à tous d'avoir répondu présent à cet évènement !

Pour découvrir ou revoir en intégralité la visioconférence, rendez-vous ici :
https://youtube.com/live/0W40Si-eoao

Vous souhaitez partager votre vécu sur l'impact de la santé mentale sur votre diabète ou donner votre avis de manière anonyme, rendez-vous ici : Je m'exprime !

Pour en savoir plus sur le diabète et la santé mentale, consultez nos ressources inédites :
- Détresse liée au diabète : comment la reconnaître et agir | Fédération Française des Diabétiques
- Websérie diabète et santé mentale
- Diabète et troubles des conduites alimentaire, quels sont les liens ?

Des ressources pour vous accompagner au quotidien

La Fédération met à votre disposition plusieurs ressources pour vous aider à prendre soin de vous et de votre bien-être. Pour retrouver gratuitement l'ensemble de ces dispositifs, rendez-vous sur la rubrique Je recherche du soutien : ligne Écoute Solidaire, programmes de soutien en ligne selon son type de diabète, service Diabète et Droits, coordonnées de nos Associations Fédérées, etc.