Comment bien profiter des vacances ?

Si vous avez la chance de partir, pensez à bien préparer votre départ :

- Faire une check-list des indispensables à mettre dans sa valise, pour vous y aider consultez notre dossier spécial : Voyages : transport d'insuline et gestion du diabète
- Des questions sur le voyage en avion ? Téléchargez gratuitement notre guide Diabète à l'aéroport
- Vous partez en voiture et vous vous posez des questions sur le permis de conduire ? Consultez notre dossier spécial : Diabète et permis de conduire

Si vous ne partez pas, l'été est une période privilégiée pour faire des activités que vous n'avez pas le temps de faire le reste de l'année :

- Ressortir les livres que vous n'avez jamais eu le temps de finir et vous installer dans un transat ou pratiquer une activité pour garder la forme. Si vous optez pour ce dernier choix, retrouvez tous nos conseils dans le guide Activité physique
- Se faire de bons petits plats légers et gourmands en trouvant des idées et astuces dans nos rubriques menus et recettes.

Nous vous souhaitons un bel été et nous vous remercions de votre fidélité.

Nous espérons vous retrouver encore plus nombreux à la rentrée !