Une éclosion toute en douceur avec notre programme Slow Diabète du printemps

Pour accompagner le renouveau du printemps, la Fédération Française des Diabétiques vous invite à participer à son programme « Slow Diabète du printemps »… Ça commence le lundi 5 Avril et vous pouvez d'ores et déjà vous inscrire.

C'est bientôt le printemps : les premiers bourgeons se mettront à éclore, les couleurs se raviveront et se déclineront en mille et une nuances, et des effluves douces et naturelles viendront chatouiller nos narines. Un véritable renouveau de la nature qui exhorte à se recentrer sur soi-même et à prendre le temps, et tout particulièrement en cette période difficile de stress et de tension due à la crise sanitaire.

C'est justement pour vous permettre de retrouver votre rythme qu'aura lieu le Slow Diabète du printemps, à la suite des éditions d'été et d'hiver qui avaient déjà rassemblé plus de 5 000 participants en 2020.

Le programme « Slow Diabète du printemps » : une éclosion toute en douceur

Envie d'aborder cette période de l'année en mode slow ?
Que vous soyez un habitué du Slow Diabète ou que vous veniez de le découvrir, la Fédération vous invite, du 5 au 25 avril, à ralentir et à vous recentrer au travers de diverses activités. Au programme : automassage, yoga, recettes de cuisine simples et équilibrées, et même… jardinage ! Comme pour les éditions précédentes, la relation au diabète sera notre fil rouge tout au long de ces 21 jours.
Le Slow Diabète, c'est aussi et surtout de nombreuses rencontres, avec les experts tels que des sophrologues, psychologues, ou diabétologues, mais aussi avec vous, notamment avec la possibilité de rejoindre le groupe Facebook fermé spécialement dédié au programme.
En somme, des astuces, des activités, beaucoup d'échanges et pleins d'autres surprises vous attendent pour débuter tout en sérénité et bienveillance cette prochaine saison printanière !

Comment ça fonctionne ?

Chaque jour, du 5 au 25 Avril, vous recevez un email vous indiquant le programme et l'intention de la journée. C'est gratuit et sans engagement.
Pour participer aux échanges, vous pouvez rejoindre le groupe Facebook fermé (vous recevrez le lien sur cette page dans l'email de confirmation de votre inscription). C'est un espace sécurisé de conversation et d'échange où vous pourrez participer aux activités quotidiennes, discuter entre abonnés, et aussi donner votre avis pour nous aider à améliorer les contenus et coller au mieux à vos attentes.

Vous voulez en savoir plus ?

Ecoutez Carole qui vous présente en détails ce programme, et il se pourrait bien qu'elle vous annonce une belle surprise !

Présentation du Slow Diabète du printemps

Inscrivez-vous au programme « Slow Diabète du printemps » en 1 clic :

Je m'inscris

Rejoignez-nous dans cette nouvelle expérience dès le lundi 5 Avril !