Le programme Slow Diabète démarre dans 7 jours !

Depuis plus d'un an et demi déjà, la Fédération Française des Diabétiques propose aux personnes atteintes de diabète ainsi qu'à leurs proches de les aider à trouver leur propre façon de vivre avec le diabète comme compagnon. **Ce mouvement, rassemble aujourd'hui une communauté de près de 12 500 personnes alors n'hésitez plus et rejoignez-vous aussi l'aventure !**

Dans 7 jours, le sixième programme va être lancé et c'est un grand moment. Ce programme est pensé par l'équipe Slow Diabète pour s'ancrer au plus proche de votre quotidien, de vos questionnements et de vos préoccupations. Cette année, grâce à divers échanges menés par l'équipe de la Fédération, des dizaines de participants ont eu l'occasion de faire part de leurs envies, des contraintes auxquelles ils faisaient face et ce qui pouvait réellement les aider au quotidien. **Et c'est justement sur la base de vos retours que le nouveau programme Slow Diabète, qui se déroulera du 18 avril au 08 mai 2022 a été imaginé.**

Quels sont vos besoins ?

En psychologie de la santé, on parle souvent de besoins psychologiques de base. On évoque ainsi trois besoins, qui sont universels et que le mouvement Slow Diabète vise à combler. S'ils sont satisfaits, alors vous vous sentirez mieux dans vos baskets.

Le premier est le besoin de compétence que vous pourrez combler aux cotés de divers experts : psychologue, juriste, diabétologue, nutritionniste, sexologue…Au fil du programme, ces derniers pourront vous apporter énormément de connaissances, d'outils ou même de petites astuces à utiliser au quotidien.
Le deuxième besoin est celui de l'autonomie qui correspond à toutes les stratégies mises en place dans votre vie quotidienne pour pouvoir vous adapter aux changements liés à la maladie. Le programme Slow Diabète vous encourage à être acteur de votre vie quotidienne en vous orientant vers des actions pour gagner en autonomie.

Suivre un programme Slow Diabète au plus proche de votre quotidien, c'est donc apprendre à mieux connaître sa maladie, son impact sur différentes sphères et peut-être diminuer une anxiété liée à la chronicité du diabète.

Si vous aussi vous voulez faire partie de la famille Slow, la Fédération Française des Diabétiques vous convie chaleureusement à prendre part à l'aventure du Slow Diabète - Mon quotidien. **Pour participer, inscrivez-vous gratuitement au programme qui se déroulera du 18 avril au 08 mai 2022 en remplissant le formulaire d'inscription.**

L'équipe du Slow Diabète a hâte de vous rencontrer !

A bientôt !