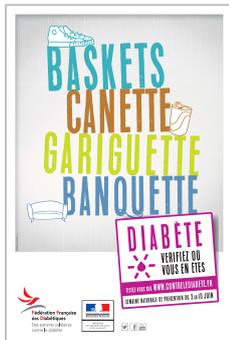


----- DU 3 AU 10 JUIN 2016 -----
5^e Semaine nationale de prévention du diabète

CONTRE LE DIABETE, LA PREVENTION C'EST LA VEDETTE



La Fédération Française des Diabétiques organise la **5^e Semaine nationale de prévention du diabète**, du vendredi 3 au vendredi 10 juin prochains, avec le soutien du Ministère des Affaires sociales et de la santé. Plus de 90 associations locales seront mobilisées dans toute la France, à travers des animations de proximité, pour informer le public et l'inviter à tester son risque de développer un diabète.

Cette mobilisation annuelle nationale est majeure pour renforcer la lutte contre la progression¹ du diabète et de ses complications². Première maladie chronique en France³, le diabète touche plus de **4 millions de Français**, parmi lesquels 700 000 s'ignorent.

BASKETS, CANETTE, GARIGUETTE, BANQUETTE.. SEMAINE DE PREVENTION DU DIABETE : PARTOUT EN FRANCE, LA RIME EST A LA FETE

Pour sensibiliser tous les publics et susciter leur engagement, la Fédération Française des Diabétiques a choisi une campagne ludique, colorée et joyeuse avec les mots du quotidien en rapport avec l'alimentation et l'activité physique : dinette, baskets, canette, crevette, banquette ... des rimes avec « diabète ». Au rythme cadencé de la ritournelle « barbichette », dans la rue ou en relais sur les ondes et sur Internet, des animations interactives et des annonces martèleront le **message**, invitant notamment le public à faire le test de risque et à relayer la campagne via les réseaux sociaux sur le thème **#barbichette #contrelediabete**.

Des médecins et des patients témoigneront et donneront des conseils de prévention à travers 5 chroniques "Place à la Santé" diffusées sur 17 télé et 250 radios locales du 6 au 10 juin.



DIABÈTE, ÉVALUEZ VOS RISQUES

— CALCULEZ VOTRE RISQUE EN 8 QUESTIONS ET 30 SECONDES.
Ce test est fait pour vous, il vous renseignera sur vos prédispositions au diabète de type 2.

Le test appelé FINDER (Finders) a été développé par la Fédération Française des Diabétiques en partenariat avec le Centre National de Référence pour le Diagnostic du Diabète, sous la supervision de la Fédération Française des Diabétiques et de la Fédération Française des Diabétiques de France. Ce test est destiné à être utilisé par les professionnels de santé (médecins, infirmiers, pharmaciens) et les personnes atteintes de diabète de type 2. Ce test n'est pas destiné à être utilisé par les personnes atteintes de diabète de type 1 ou de diabète gestationnel. Ce test n'est pas destiné à être utilisé par les personnes atteintes de diabète de type 2 qui ne sont pas sous traitement médicamenteux.

1. Quel âge avez-vous ?
 moins de 30 ans (2 points) entre 30 et 40 ans (3 points) entre 40 et 50 ans (4 points) plus de 50 ans (5 points)
2. Un membre de votre famille est-il atteint de diabète ?
 non (0 point) oui, un membre de la famille proche, un conjoint, un frère ou un frère jumeau (2 points) oui, un membre de la famille proche, un conjoint, un frère ou un frère jumeau, un oncle, un cousin (3 points) oui, un membre de la famille proche, un conjoint, un frère ou un frère jumeau, un oncle, un cousin, un grand-père (4 points)
3. Quel est votre tour de taille au niveau du nombril ?

M (cm)	P (kg)									
	45	50	55	60	65	70	75	80	85	90
150	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
155	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
160	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
165	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
170	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
175	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
180	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
185	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
190	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
195	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
200	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
4. Pratiquez-vous au moins 30 minutes d'activité physique par semaine ?
 non (0 point) oui (3 points)
5. Combien de fois mangez-vous des légumes et des fruits ?
 moins de 5 fois (2 points) plus de 5 fois (3 points)
6. Vous n'avez-vous jamais prescrit de médicaments contre l'hypertension ?
 non (0 point) oui (5 points)
7. Vous n'avez-vous jamais découvert un taux de sucre sanguin élevé ?
 non (0 point) oui (5 points)
8. Quel est votre indice de masse corporelle (IMC) ?
 moins de 18,5 (1 point) entre 18,5 et 24,9 (2 points) entre 25 et 29,9 (3 points) plus de 30 (4 points)

— CONTRÔLEZ, GRÂCE À VOS RÉSULTATS, VOTRE RISQUE DE DEVENIR DIABÉTIQUE AU COURS DES PROCHAINES ANNÉES

En dessous de 7 points : 1 %*
Il n'y a pas de risque de développer un diabète de type 2 (T2DM). Cependant, votre état de santé peut évoluer. Pour prévenir ce risque, il est important de maintenir un mode de vie sain et d'être attentif à une éventuelle variation de votre activité physique.

Entre 7 et 11 points : 4-6 %*
Le risque de développer un diabète de type 2 est faible. Il est important de maintenir un mode de vie sain et d'être attentif à une éventuelle variation de votre activité physique. Si vous êtes sous traitement médicamenteux, vérifiez régulièrement votre glycémie.

De 12 à 14 points : 17 %*
Le risque de développer un diabète de type 2 est modéré. Il est important de maintenir un mode de vie sain et d'être attentif à une éventuelle variation de votre activité physique. Si vous êtes sous traitement médicamenteux, vérifiez régulièrement votre glycémie.

De 15 à 20 points : 33 %*
Le risque de développer un diabète de type 2 est élevé. Il est important de maintenir un mode de vie sain et d'être attentif à une éventuelle variation de votre activité physique. Si vous êtes sous traitement médicamenteux, vérifiez régulièrement votre glycémie.

Plus de 20 points : 50 %*
Le risque de développer un diabète de type 2 est très élevé. Il est important de maintenir un mode de vie sain et d'être attentif à une éventuelle variation de votre activité physique. Si vous êtes sous traitement médicamenteux, vérifiez régulièrement votre glycémie.

— ADDITIONNEZ LES POINTS CORRESPONDANT À VOS RÉPONSES ET NOTEZ LE CUMULÉ DANS CETTE CASE.

CONTRE LE DIABETE, VERIFIEZ OU VOUS EN ETES

Maladie silencieuse et évolutive, le diabète se dépiste difficilement. Or seule une prise en charge précoce permet de minimiser les nombreux et sévères risques de complications.

Validé par les instances internationales, un test permet de dépister les personnes à risque de diabète. Accessible en ligne sur le site **contrelediabete.fr**, il sera également diffusé massivement, partout en France, à l'occasion de la Semaine nationale de prévention du diabète.

La Fédération Française des Diabétiques poursuit ainsi le développement et la mise en œuvre d'actions concrètes, en faveur de la prévention du diabète, en résonance avec les recommandations et les souhaits émis le 7 avril dernier par l'Organisation Mondiale de la Santé, à l'occasion de la Journée mondiale de la santé⁴.

¹ OMS – Journée mondiale de la santé - avril 2016 <http://www.who.int/mediacentre/commentaries/diabetes/fr/>
² BEH 2015 Journée mondiale du diabète - novembre 2015 - http://www.invs.sante.fr/beh/2015/34-35/2015_34-35_0.html
³ BEH 2010 et 2015 - <http://www.afd.asso.fr/diabete/chiffres-france>
⁴ Journée mondiale de la santé 7 avril 2016 - « Soyez plus fort que le diabète » - <http://www.who.int/mediacentre/commentaries/diabetes/fr/>

Patient diabétique et Président de la Fédération Française des Diabétiques, Gérard Raymond insiste sur la « *nécessité de mener des actions ciblées et répétées* » car il estime que « *plus le public sera sensibilisé, plus l'attention portée à la prévention et aux comportements sera importante* ».

LA SEMAINE NATIONALE DE PREVENTION DU DIABETE EN PRATIQUE

Des actions sur toute la France :

- ☀️ **Animations de proximité** organisées par les associations locales : rencontres et échanges avec les bénévoles - **programme sur le site internet dédié**
- ☀️ **Campagne d'affichage et de relais** dans de nombreuses villes partenaires, chez les professionnels de santé (hôpitaux, cliniques, cabinets médicaux, pharmacies) et les commerces de proximité avec une diffusion des messages dans les médias.
- ☀️ **Jeu viral #barbichette #contrelediabete** pour renforcer le mouvement et relayer l'importance de faire le test. Chacun est invité à se prendre en photo, seul ou à deux, avec une barbichette et à la publier sur les réseaux sociaux pour encourager amis et famille à en faire de même.
- ☀️ **Questionnaire pour évaluer le risque de diabète**, au format papier et sur le site contrelediabete.fr

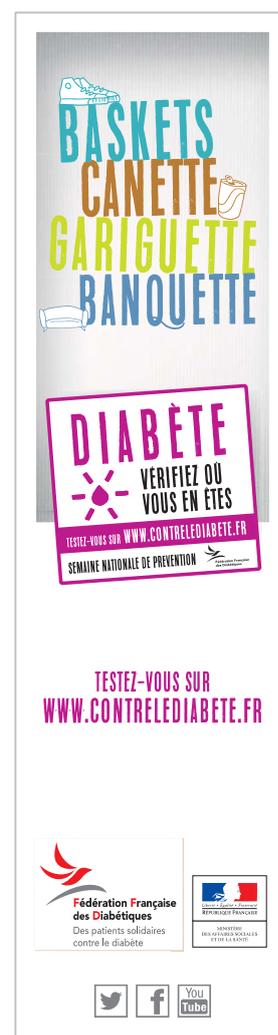
Une mobilisation sur les réseaux sociaux :

#contrelediabete #barbichette #SemaineDiabete



Plusieurs sources d'information :

- ☀️ Sur la semaine nationale de prévention : contrelediabete.fr
- ☀️ Sur le diabète en général (conseils, dossiers thématiques, témoignages, etc.) : afd.asso.fr
- ☀️ Guides d'information et de prévention thématiques à télécharger [ici](#)



LA FEDERATION FRANÇAISE DES DIABETIQUES

La Fédération Française des Diabétiques est une association de patients, au service des patients et dirigée par des patients. Avec son réseau de plus de 90 associations locales, réparties sur l'ensemble du territoire et son siège national, elle représente les 4 millions de patients diabétiques. Fondée en 1938 et reconnue d'utilité publique en 1976, elle est totalement indépendante de toute institution publique, de tout organisme ou entreprise privée, de toute corporation professionnelle. Forte de cette indépendance, la Fédération bénéficie d'une légitimité reconnue auprès des pouvoirs publics, des professionnels de santé et des laboratoires pharmaceutiques. La Fédération est pleinement engagée dans la gouvernance de la santé. En outre elle œuvre à la guérison du diabète en soutenant la recherche et développe des actions de solidarité ciblées envers les différents publics concernés.

CONTACTS MEDIAS

Delphine Eriau • Tél : 06 63 85 74 43 • delphine@publiK-s.com • [@delscope](https://twitter.com/delscope)
Alice Léger • Tél : 06 66 67 65 68 • alice.leger1@gmail.com • [@AliceLeger24](https://twitter.com/AliceLeger24)
(E-RP) Julie Dosne • Tél : 06 16 85 79 87 • julie@juliedosne.com • [@juliedsn](https://twitter.com/juliedsn)