

FORMATIONS EN LIGNE

Depuis le début du printemps, nous offrons **gratuitement** à nos membres la possibilité de suivre des formations en ligne sur le diabète. Il suffit de nous contacter et nous vous expliquerons la marche à suivre afin de suivre la formation que vous souhaitez. Voici les formations disponibles, ainsi que la date et l'heure auxquelles elles ont lieu.

COMMENT FAIRE DE BONS CHOIX À L'ÉPICERIE	
DATE	HEURE
2 septembre	13 h 30 à 15 h 30

DIABÈTE 101	
DATES	HEURE
8, 23 et 28 septembre	13 h 30 à 15 h

HYPOGLYCÉMIE	
DATE	HEURE
10 septembre	13 h à 14 h 30

ALIMENTATION DE LA PERSONNE DIABÉTIQUE	
DATES	HEURE
14 et 24 septembre	13 h 30 à 15 h
28 septembre	14 h 30 à 16 h

COMMENT FAIRE DE BONS CHOIX AU RESTAURANT	
DATE	HEURE
15 septembre	13 h 30 à 15 h 00

COMBO: DIABÈTE 101 ET ALIMENTATION	
DATE	HEURE
28 septembre	13 h à 16 h

PROGRAMMES DE REMBOURSEMENT

- ⇒ 20 \$ de remboursement sur chaque soin des pieds effectué chez un podiatre sur présentation de la facture.
- ⇒ 50 % du coût de l'abonnement à une activité de remise en forme jusqu'à un maximum de 50 \$ par année sur présentation de la facture.
- ⇒ 20 \$ de remboursement à l'achat d'un tensiomètre sur présentation de la facture (Applicable une seule fois).

Les chèques sont faits vers la fin des mois suivants : mars, juin, septembre et décembre

**Être membre depuis au moins un an. N'oubliez pas d'autoriser Diabète Québec à partager vos informations personnelles avec nous.*

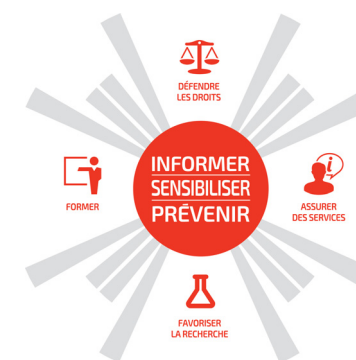
RÉSUMÉ DES DATES

SEPTEMBRE	
10	Assemblée générale annuelle
22	Zoom
23	Café-rencontre pour les parents d'un enfant diabétique

OCTOBRE	
6	Zoom
17	Journée-conférences
20	Zoom

NOVEMBRE	
4	Café-rencontre pour personnes diabétiques
14	Journée mondiale du diabète

Programmation Automne 2020



Heures d'ouverture :

**Lundi au jeudi
de 8 h 00 à 16 h 00**

418-376-5559

257, rue Saint-Armand,

Chicoutimi, G7G 1S4

diabetesaguenay@gmail.com

ASSEMBLÉE GÉNÉRALE ANNUELLE ET LANCEMENT DES ACTIVITÉS

Étant donné le contexte de pandémie, Diabète Saguenay a dû reporter son assemblée générale annuelle pour l'année 2019-2020 qui devait avoir lieu le 9 juin dernier. Nous vous invitons donc à vous joindre à nous pour le bilan de cette 39^e année qui s'est terminée le 31 mars. Nous profiterons de cette même occasion pour vous présenter les activités au calendrier pour l'automne 2020.

Date	Jeudi 10 septembre 2020 (s'inscrire avant le 3 septembre)
Heure	18 h00
Lieu	Hôtel Delta Saguenay, 2675 Boul. du Royaume, Jonquière
Coût	Gratuit

CAFÉ-RENCONTRE POUR LES PARENTS D'UN ENFANT DIABÉTIQUE

Voici l'occasion pour vous qui avez un enfant diabétique de venir échanger, partager et discuter avec d'autres parents vivant une situation semblable.

Date	Mercredi, 23 septembre. (s'inscrire avant le 16 septembre)
Heure	19 h
Lieu	Coq Rôti, Chicoutimi, 805 Boulevard Talbot, Chicoutimi
Coût	Gratuit

ZOOM À L'INTÉRIEUR DE SOI

*Le monde intérieur, qu'est ce que c'est?
Le programme à la découverte de soi...
(Par: Mmes Louise et Danielle Savard)*

Description:

Les ateliers permettront de comprendre la dynamique des composantes de la personne. Finalement, la notion d'estime de soi.

Dates	Mardis : 22 sept., 6 oct., 20 oct., 3 nov.
Heure	13 h à 15 h 30
Lieu	Pulperie de Chicoutimi
Coût	Gratuit

CAFÉ-RENCONTRE POUR PERSONNES DIABÉTIQUES

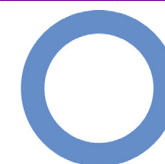
Voici l'occasion de venir discuter et échanger sur votre réalité avec d'autres personnes qui doivent vivre avec le diabète.

Date	Mercredi, 4 novembre (s'inscrire avant le 29 octobre)
Heure	19 h
Lieu	Coq Rôti, Chicoutimi, 805 Boulevard Talbot, Chicoutimi
Coût	Gratuit

DEMI-JOURNÉE CONFÉRENCE AVEC M. JEAN PARÉ

Voici l'occasion pour vous d'assister à une demi-journée conférence des plus intéressantes avec M. Jean Paré, psychologue. M. Paré donnera deux conférences d'environ une heure chacune soit: «S'adapter au diabète... un choix logique et naturel pour retrouver bonheur et liberté.» et «Vivre avec une personne diabétique.»

Date	Samedi, le 17 octobre (S'inscrire avant le 7 octobre)
Heure	8 h 30 à 12 h
Lieu	Hôtel Delta Saguenay, 2675 Boul. du Royaume, Jonquière
Coût	Membres: 15 \$ / Non-membre: 20 \$



journee mondiale du diabète

14 Novembre

Clinique de dépistage du diabète à la Pharmacie Martel, Gauthier, Gravel & Vachon, située dans le Walmart de Chicoutimi.
Heure : 10 h à 16 h