

Alimentation et diabète

Objectifs :

Distinguer les différences entre les diabètes de type 1 et de type 2

Améliorer la qualité de vie et l'équilibre glycémique via l'insulinothérapie fonctionnelle, l'éducation nutritionnelle et l'activité physique

Public concerné :

Prérequis : Pas de prérequis

Intervenant(s) :

Diététicienne nutritionniste

Moyens pédagogiques et techniques :

Exposé théorique

Grand écran / Tableau

Exercices de mise en pratique

Remise d'un support papier

Durée de la formation : 6 heures.

Nombre de participants maximum : 12 stagiaires.

Programme :

Faire connaissance : tour de table, quiz et échanges

Diabète de type 1 :

Caractéristiques

Principes de l'insulinothérapie fonctionnelle

Comptage des glucides

Traduction des repas en doses d'insuline

Diabète de type 2 :

Caractéristiques

Éléments influents alimentaires et non alimentaires.

Éducation nutritionnelle :

- Etude des nutriments : classification, index, charges glycémiques, fibres alimentaires...
- Des nutriments aux aliments : repères de consommation du Plan National Nutrition Santé (PNNS 4)
- Les questions classiques : édulcorants, produits allégés et lecture des étiquettes
- Des aliments aux menus : établir des menus selon les besoins énergétiques

Modalités d'évaluation des acquis :

Rédaction de ses objectifs personnels suite à la formation
Questionnaire d'évaluation et de satisfaction de la formation
Tour de table / Bilan oral de la journée

Sanction visée : Attestation de fin de formation

Matériel nécessaire pour suivre la formation :

Bloc note - Stylo (Mise à disposition en salle)

Modalités et délai d'accès

Inscription possible 48h avant le début de la formation

Accessibilité aux personnes à mobilité réduite et/ou en situation de handicap :

Etablissements conformes à la réglementation accessibilité de 5ème catégorie type W + L (Article R.111-19-33 du code de la construction et de l'habitation).

Site MARSEILLE : 4ème étage avec ascenseur / Site SIX-FOURS : rez-de-chaussée

Entretien individuel et confidentiel avec le Référent Handicap ARAPL Provence et Var

Adaptations organisationnelles, matérielles et pédagogiques possibles

Taux de satisfaction de la formation : en attente des premiers retours suite aux prochaines sessions

Conditions tarifaires : nous consulter