

PROTOCOLE

Les repas de fêtes

OBJECTIF : Associer plaisir et bonne gestion du diabète

- **Comprendre les spécificités des repas de fêtes**
- **Connaître les aliments pour constituer des repas équilibrés**
- **Identifier les spécificités de l'alimentation du patient atteint de diabète**

PREPREQUIS :

- **Lieu** : salle de réunion de taille adaptée
- **Population cible** : patients diabétiques de type II et entourage
8 à 12 personnes
- **Durée** : 1h à 1h30
- **Animateurs** : Diététicienne/IDE ou Diététicienne/Médecin
- **Matériel** : tableau blanc ou à feuille, marqueurs de couleur, jeu du trivial

CONTENU :

1^{er} objectif opérationnel : Comprendre les spécificités des repas de fêtes

- **Mots-clefs** : alcool, quantités, plaisir, traitement
- **Techniques d'animation possibles** : Méta-plan, ...
- **Matériel** : post-it

2^{ème} objectif opérationnel : Faire face à la consommation d'alcool

- **Mots-clefs** : hypoglycémie, sucres, hyperglycémie
- **Technique(s) d'animation possible(s)** : Abaque de Rénier
- **Matériel** : Smiley's

3^{ème} objectif opérationnel : S'adapter pour limiter les effets sur la glycémie d'un repas de fait

- **Mots-clefs** : quantités, choix, traitement, activité physique, ...
- **Technique(s) d'animation possible(s)** : Brainstorming