



Maison de Santé Caux Estuaire



Education Thérapeutique pour les patients Diabétiques de type 2

Bouger au Quotidien

Test :

- Début de séance
- Fin de séance

Nom :

Prénom :

	VRAI	FAUX
L'activité physique peut faire diminuer la glycémie	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Avant l'effort, je n'ai pas besoin d'adapter mon alimentation	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Je fais attention à mes pieds quand je bouge	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Jardiner, bricoler, me promener avec mes amis n'est pas considéré comme une activité physique	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Je peux pratiquer une activité physique sans m'en rendre compte	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Il vaut mieux marcher :		
<input type="checkbox"/> 2 h le dimanche	<input type="checkbox"/> 30 minutes	<input type="checkbox"/> 4 fois la semaine