



DAC 13 Sud
Dispositif d'appui
à la coordination
Marseille - Aubagne - La Ciotat



Programme

Diabète Gestationnel

Qu'est-ce que c'est ?

Un programme d'éducation thérapeutique **personnalisé** et **gratuit** pour les femmes enceintes qui souhaitent mieux gérer leur diabète gestationnel au quotidien.

Pour qui ?

Pour toute femme enceinte atteinte de diabète gestationnel, adressée par leurs médecins généralistes, sages-femmes, gynécologues, PMI ou endocrinologues, ou bien en contact direct.

CONTACTEZ-NOUS



04 65 40 50 00

etp@dac13sud.fr

Le programme du parcours ETP - Diabète gestationnel

Bilan Educatif Personnalisé (BEP) initial

Séances individuelles

- **Une séance avec un.e infirmier.e sur l'auto-contrôle glycémique** (interpréter ses résultats, adapter son traitement, conduite à tenir en cas d'hypoglycémie) en fonction des besoins ;
- **Deux séances avec un.e diététicien.ne :**
 - Adapter son alimentation : Manger équilibré pour mon bébé, pour moi, pour ma famille
 - Comment me protéger et protéger mon enfant de l'obésité et du diabète ?

Séance collective de 2h30 avec 2 ateliers :

- **Atelier sophrologie** (prendre soin de soi, gérer son stress, exprimer ses besoins)
- **Atelier de sensibilisation à l'activité physique et grossesse**

Bilan final entre le 2e et 3e mois en post-partum

- Possibilité d'orientation vers d'autres programmes et rappel de la consultation avec endocrinologue du 3e mois

Contactez-nous

 04 65 40 50 00

etp@dac13sud.fr