



L'INFO DIABÉTIQUES DE LANAUDIÈRE



Mot du Président

Bonjour chers membres,

Cela me fait plaisir et je me sens privilégié de pouvoir vous parler par le biais de notre journal.

Je ne sais pas si je suis normal mais il me semble que cela va trop vite. L'hiver est derrière nous, le printemps s'achève et la période estivale s'en vient à grands pas.

Quelques-unes de nos activités vont prendre fin.

Il ne faut pas oublier de se réinscrire pour cet automne.

Je veux remercier toute l'équipe du C.A et notre adjointe administrative pour leur implication.

Vous êtes une équipe des plus dynamique et sur qui l'on peut compter.

Sur ce, merci de m'avoir lu.

Passez un bel été et surtout prenez le temps d'en profiter.

Au plaisir de se revoir à la prochaine activité.

Jean-Pierre Dupuis,
Président.

CONSEIL D'ADMINISTRATION

Président

M. Jean-Pierre Dupuis

Vice-présidente

Mme Élise Landreville

Secrétaire-Trésorier

M. Richard Malo

ADMINISTRATEURS

Mme Sylvie Henri

M. Ghislain Fortin

M. Albert Piette

Denis Lamontagne

Adjointe administrative

Édith Charette

Horaire de bureau

Mardi : 9 h à 12 h et 13 h à 17 h.

Mercredi : 9 h à 12 h et 13 h à 17 h.

Jeudi : 9 h à 12 h et 13 h à 17 h

Vous pouvez nous joindre le
Tél.: 450 752-5233

950 Boul. Sainte-Anne, bureau 112,
Saint-Charles-Borromée,
(Québec) J6E 5B5

diabetlanau@citenet.net
www.diabetiquesdelanaudiere.org



Suivez-nous sur notre page Facebook
de Diabétiques de Lanaudière

**N'oubliez pas l'importance de téléphoner au bureau
avant de vous présenter pour vous assurer que quelqu'un
sera présent pour vous recevoir!**

**Pour la période estivale, nos bureaux seront fermés du
18 juillet au 4 août inclusivement.**

À venir...

**Marche avec
Diabétiques de Lanaudière**
le **6 septembre** à 11h
au centre Alain Pagé

Déjeuner-causerie
le **26 juin** à 9h
au restaurant Eggsquis

**Conférence
Camp Carowanis**
le **15 septembre** à 19h
à la Jolodium.

Compte-rendu

Conférence des Laboratoires Abbott

Le 10 mars dernier a eu lieu une conférence donnée par les Laboratoires Abbott. Lors de cette soirée, une infirmière a présenté de l'information générale sur le diabète et plus spécifiquement sur le dispositif Free style libre 2. Les personnes présentes pouvaient faire l'essai de ce dispositif qui leur était offert gracieusement.



NOUVELLE CHRONIQUE

Pour ceux et celles qui désirent nous faire part du décès d'un proche, membre de Diabétiques de Lanaudière, nous mettrons dans les prochaines parutions une chronique sur les personnes qui nous ont quittées. Pour ce faire vous n'avez qu'à communiquer avec notre adjointe administrative pour lui donner les informations à ce propos

Conférence sur la prévention des plaies et l'amputation par le Dr Hains.

C'est le 7 avril qu'a eu lieu la conférence du Dr Sébastien Hains. L'objectif visé par cette conférence, tel qu'il l'a mentionné avec une dose d'humour, était de rassurer les personnes trop inquiètes et d'alerter les personnes trop insouciantes. Dr Hains a brossé un tableau assez complet des problèmes qui peuvent survenir chez les personnes diabétiques, allant de la perte de sensibilité à l'amputation, en passant par les déformations et les ulcères. Le tout appuyé par de nombreuses photos. Comme solution, il a insisté sur l'importance de la prévention. Ainsi il faut porter une attention particulière à nos pieds en faisant ou en faisant faire des inspections régulières et y apporter les correctifs nécessaires rapidement. Les propos du Dr Hains, bien que sérieux et complexes, ont été livrés de manière accessible. Nous avons remarqué une hausse du nombre de présences à cette conférence puisqu'il y a eu une cinquantaine de personnes. De plus l'évaluation faite à la fin de la conférence par les participants a démontré un haut taux de satisfaction. Nous tenons à remercier chaleureusement le Dr Hains.

Un grand merci à l'équipe de CFNJ, pour l'entrevue post conférence.



Un retour sur le quille-o-thon

Merci à tous les bénévoles,
entre autre :

- Madame Suzanne Gariépy
- Madame Élise Landreville
- Madame Gisèle Clément
- Monsieur Bruno Dupuis
- Monsieur Jean-Pierre Barrette

Sans oublier l'énorme travail accompli par Madame Lucie Marion et également tous les membres du C.A. qui m'ont suivi et appuyé dans cette aventure.

Je ne peux passer sous silence le travail fait par Madame Edith Charette au bureau.

Un grand merci à tous nos commanditaires et donateurs qui ont été nombreux et généreux, ainsi que les employés de la salle de quilles Baby pour leur collaboration avec nous.

Finalement, merci à tous les participants pour nous avoir permis de se faire connaître un peu plus et de nous avoir aidé à faire de ce quille-o-thon une grande réussite.

À tous, mille fois merci!

Quilles-O-Thon



Jean-Pierre Dupuis, Président.

DIABÈTE



Déjeuner-causerie

Madame Sylvie Henri, membre du Conseil d'administration, vous propose de venir déjeuner et échanger avec nous le 26 juin au restaurant Eggsquis à compter de 9h. Pas besoin de réserver, vous avez juste à vous y présenter. Chaque personne doit payer son déjeuner. Parmi les personnes présentes, on pigera l'addition d'une personne et son déjeuner lui sera offert.



INFORMATION POUR LA MARCHÉ

Suite au succès obtenu lors de la première édition de la marche Diabétiques de Lanaudière Inc., nous ramenons cette activité le 6 septembre 2025, au centre André Hénault à compter de 11h. Nous vous invitons à vous inscrire, seul ou en équipe pour cette activité, au coût de 10\$ par personne, avant le 15 août 2025. Vous trouverez le coupon à la dernière page du journal.



DATE ET DÉTAIL POUR LES INSCRIPTIONS POUR LE PROGRAMME DE MISE EN FORME

Il est déjà temps de vous inscrire aux cours de mise en forme pour la session d'automne qui débutera le 15 septembre. Si vous êtes intéressés à participer à cette activité, vous pouvez compléter le formulaire d'inscription qui se trouve à la page 5 de ce journal et nous le faire parvenir avant le 18 août.

NOUVELLES POUR L'AQUA FORME POUR L'AUTOMNE

Malgré le climat d'incertitude qui règne concernant l'avenir de la piscine pour les cours d'aqua forme, qui débuteraient dans la semaine du 8 septembre, nous procéderons quand même aux inscriptions pour la session d'automne. Pour ce faire vous n'avez qu'à compléter le formulaire qui se trouve à la dernière page du journal et nous le faire parvenir avant le 18 août.

PRÉSENTATION DE RESSOURCES

Vous avez besoin d'une ressource, mais vous ne savez pas où chercher ?

Pas de panique ! Astrolab est là pour vous guider vers les organismes qui peuvent vraiment vous aider.

N'hésitez pas à les contacter, ils seront ravis de vous orienter. C'est simple et efficace !

ASTROLAB
SERVICE DE RÉFÉRENCE



On vous aide à trouver la bonne ressource dans la MRC de Joliette

Référence directe et personnalisée

SERVICE TÉLÉPHONIQUE
du lundi au vendredi
8 h 30 à midi | 13 h à 16 h 30



1 866 755-0145

infos@astrolabreference.com

Avec la participation financière de :

Québec

Table des préfets
Lanaudière



RECETTE DE GLACE AUX FRUITS

Pour vous sucrer le bec et vous rafraîchir sans culpabilité, essayez cette recette :

- 2 tasses de fruits congelés
- ½ tasse de lait d'amande non sucré
- ½ tasse de yogourt grec sans gras
- ½ c. à thé de vanille
- 1 c. à thé de miel ou substitut de sucre (facultatif)



Mettre les ingrédients dans un mélangeur et mélanger jusqu'à consistance crémeuse. Dégustez immédiatement pour une substance plus molle ou congeler pour une substance plus ferme.



Quoi faire cet été sans se ruiner :

L'été pointera bientôt le bout de son nez et la plupart des activités de Diabétiques de Lanaudière prendront une pause bien méritée. Vous vous demandez ce que vous ferez en attendant notre retour à l'automne? Sachez que plusieurs municipalités vous offrent pendant l'été une programmation sportive ou culturelle très diversifiée. Plusieurs de ces activités sont gratuites ou à bas prix. Pour vous informer de l'offre, vous pouvez aller directement aux bureaux des municipalités concernées ou consulter leurs sites internet respectifs.



Centre intégré universitaire de santé et de services sociaux de la Mauricie et du Centre-du-Québec
Université du Québec à Trois-Rivières
Fonds de recherche en santé Québec
VITAM
Québec

PARTICIPEZ À LA CONCEPTION D'UN OUTIL CLINIQUE

Avec ce nouvel outil, nous souhaitons améliorer la prise en charge des personnes vivant avec le diabète à risque d'ulcère aux pieds.

Qui peut participer ?

- ✓ Avoir un diagnostic de diabète de type 1 ou 2 ;
- ✓ Avoir 18 ans et plus ;
- ✓ Ne pas avoir de complications aux pieds (ex. ulcère, amputation) ;
- ✓ Avoir accès et pouvoir utiliser un ordinateur ou une tablette électronique ;

Comment protéger mes pieds des complications du diabète ?

Votre point de vue est précieux pour changer les pratiques cliniques.
CONTACTEZ-NOUS !
Linda Mili, étudiante à maîtrise à l'UQTR
Linda.Mili@uqtr.ca

Projet sous la supervision de Prof. Virginie Blanchette, podiatre, PhD
Certificat d'éthique : CIUSSS MCQ CER-2025-857/UQTR CER-25-320-10.02

Version 2025-03-24

Centre intégré universitaire de santé et de services sociaux de la Mauricie et du Centre-du-Québec
Université du Québec à Trois-Rivières
Fonds de recherche en santé Québec
VITAM
Québec

PARTICIPEZ À UN GROUPE DE DISCUSSION

Nous recherchons des personnes pour échanger sur un nouvel outil d'aide à la décision dans le domaine de la santé.

Qui peut participer ?

- ✓ Avoir un diagnostic de diabète de type 1 ou 2 ;
- ✓ Avoir 18 ans et plus ;
- ✓ S'auto-identifier comme une personne en situation de vulnérabilité socio-économique ;
- ✓ Avoir accès et pouvoir utiliser un ordinateur ou une tablette électronique ;

Votre point de vue est précieux pour améliorer un nouvel outil clinique
CONTACTEZ-NOUS !
Linda Mili, étudiante à maîtrise à l'UQTR
Linda.Mili@uqtr.ca

Projet sous la supervision de Prof. Virginie Blanchette, podiatre, PhD
Certificat d'éthique : CIUSSS MCQ CER-2025-857/UQTR CER-25-320-10.02

Version 2025-03-24

Dans le cadre d'un projet de recherche portant sur la **prévention primaire de l'ulcère des pieds diabétiques**, nous développons un outil d'aide à la décision partagée. Cet outil a pour objectif d'aider les personnes vivant avec le diabète à choisir des chaussures et/ou orthèses adaptées, afin de prévenir la survenue d'ulcère des pieds.

Pour évaluer cet outil, nous organiserons un **premier groupe de discussion** avec des personnes vivant avec le diabète (affiche de recrutement 1). Ensuite, pour mieux comprendre les barrières et les facilitateurs d'accès à cet outil, **un deuxième groupe de discussion** sera mené avec des personnes vivants avec le diabète et en contexte de vulnérabilité socio-économique (affiche de recrutement 2). Les groupes de discussions auront lieu **en ligne sur Zoom**, dureront environ **deux heures** chacun, et ont pour objectif d'être à la fois informatifs et éducatifs pour la personne. Ils visent à fournir des outils concrets pour mieux comprendre les critères d'une chaussure et/ou d'une orthèse adaptées à la prévention des complications aux pieds. En guise de remerciement pour la participation, une carte-cadeau d'une valeur de 100 \$ sera tirée au sort parmi les 7 participant-e-s de la rencontre.



INSCRIPTIONS À NOS PROGRAMMES - Session automne 2025

Nom : _____ Prénom : _____ No de membre : _____

Adresse : _____ Code postal : _____

Tél. Résidence : _____ Travail : _____

Nom de l'accompagnateur (si intéressé à s'inscrire) : _____

Type de diabète : type 1 type 2 Autre Diagnostiqué depuis : ____

MISE EN FORME

Je désire participer à la session,

- Le lundi (9h30 à 10h30) :
(90\$ pour la session)
- Le vendredi (9h30 à 10h30)
(90\$ pour la session)

Tarifs pour l'accompagnateur 234\$

Les membres peuvent
s'inscrire aux deux cours

AQUAFORME

Je désire participer à la session:

- lundi (14 h à 15 h) (60\$ pour la session)
- jeudi (15 h à 16 h) (60\$ pour la session)
- vendredi (14 h à 15 h) (60\$ pour la session)

Tarifs pour l'accompagnateur 140\$

Les membres peuvent s'inscrire à un maximum de deux cours par session.

Les règlements concernant les absences aux cours vous seront remis
lors de l'inscription.

Signature : _____ Date d'inscription : _____

Chèque libellé au nom de *Diabétiques de Lanaudière Inc.* ci-joint Montant : _____

INSCRIPTION MARCHÉ 2025

Nom : _____ Prénom : _____

Adresse : _____ Code postal : _____

Tél. Résidence : _____ Travail : _____

Adresse courriel : _____ Coût : **10.00\$/ personne**

Nombre de personnes : _____

Signature: _____ Date d'inscription : _____

Chèque libellé au nom de *Diabétiques de Lanaudière Inc.* ci-joint. Montant : _____



BIJOUTERIE FUNÉRAIRE



Nancy Gaudreault
Pharmacienne propriétaire

Galeries Joliette
1075, boul. Firestone - suite 1840
Joliette, QC J6E 6X6

**Seul(s) responsable(s)
d'exercer la pharmacie**

Tél. : 450-759-6114
Télé. : 450-759-0481
fphx017@pharmaprix.ca
www.pharmaprix.ca



MÉLISSA CHAMPOUX, CHRISTIAN GAGNON, JEAN-PHILIPPE BRISSETTE & YANNICK OUELLET
PHARMACIENS INC.

AFFILIÉS À : familiprix

SERVICES PROFESSIONNELS OFFERTS :

- :: Gamme de produits pour patients stomisés
- :: Location de béquilles, cannes, fauteuils roulants et marchettes
- :: Clinique santé/voyage
- :: Soins infirmiers
- :: Renouvellement de vos ordonnances en ligne
- :: Consultation de votre dossier pharmaceutique en ligne
- :: Demande de relevé pour les déclarations d'impôts

TÉLÉCHARGEZ L'APPLICATION
MOBILE GRATUITE
«FAMILIPRIX - MA PHARMACIE»!



110, rue Saint-Gabriel, Saint-Gabriel-de-Brandon

Tél. : 450 835-4774 • Téléc. : 450835-9880 • Courriel : phciechampoux@yahoo.ca



**Josiane Coutu
et Maude Genereux**
PHARMACIENNES-PROPRIÉTAIRES

765, rue Principale,
Saint-Alphonse-Rodriguez, QC J0K 1W0

T 450 883-8113

F 450 883-0151

coutugenereuxphm@hotmail.com

affiliées à Proxim



Josée Marion et Maxime Martineau
Pharmaciens propriétaires

Affiliée à :

familiprix

320, boul. Antonio-Barrette
Notre-Dame-des-Prairies
(Québec) J6E 1G2

T: 450 752-0905

F: 450 752-0914



Diabétiques de Lanaudière

Tél.: 450 752-5233

950 Boul. Sainte-Anne,
bureau 112,
Saint-Charles-Borromée,
(Québec) J6E 5B5

