



# Programme COMET

## Mieux vivre avec son diabète



Centre Hospitalier du QUESNOY  
Secrétariat de médecine polyvalente



90 rue du 8 mai 1945  
59530 LE QUESNOY



03.27.14.91.97



Secr.medpol@ch-lequesnoy.fr



<https://www.ch-lequesnoy.fr/>  
<https://www.docvadis.fr/syndrome-metabolique>

Vous êtes diabétique ?

Vous souhaitez reprendre  
votre santé en main ?

Faites un premier pas

vers un meilleur équilibre entre  
vos habitudes de vie, le diabète,  
l'hypertension et les problèmes  
de poids.



Programme d'Education Thérapeutique  
agrée par



Une équipe pluridisciplinaire composée d'infirmières, médecins, diététicienne, professeur d'activités physiques et psychologue est à votre service pour vous accompagner.



## Comment y participer ?

Sur simple demande écrite de votre médecin traitant (prise en charge à 100 % dans le cadre d'une ALD)

## Quel est le programme ?

Un stage de 5 jours en hospitalisation comportant :

- Des ateliers santé de discussion en petit groupe,
- Des séances de remise à l'activité physique : balnéo, marche, gym douce...



- Des ateliers de cuisine diététique, buffet thérapeutique...
- Des examens de bilan et consultations en fonction de votre état de santé.

## Témoignages des participants

« Je me sentais seul pour faire face à tous ces problèmes de santé, ... »

« J'ai l'impression d'avoir gagné dix ans ! »

« Je ne savais pas par quel bout commencer : le diabète, le poids, la tension, ... »

« J'ai pu discuter de mes problèmes quotidiens »

« J'ai découvert que je pouvais encore faire de la marche, du vélo ... »

