



THERMES  
DE BRIDES-LES-BAINS  
ALPES - 3 VALLÉES


## VIVRE AVEC LE DIABÈTE

Programme d'Éducation Thérapeutique du Patient

Validé par l'ARS (Agence Régionale de la Santé),  
ce programme implique une équipe pluridisciplinaire :  
diététicien, éducateur sportif, médecin thermal

RÉCOMPENSÉ PAR LA RÉGION AUVERGNE-RHÔNE-ALPES

### LES ATOUTS DU PROGRAMME



Une approche individuelle avec un diététicien formé à l'éducation thérapeutique

Des ateliers d'apprentissage collectifs

Une conférence pour tout savoir sur les sucres

Des séances d'activités physiques pratiques

Un suivi postcure pendant 6 mois



**TARIF : 285 €**

(à la charge du curiste • sans prescription médicale)

**En accompagnement ou hors cure thermale de 18 jours**

Dates de début de session 2025 (12 pers. maximum par session)  
**19/05 - 11/08 - 01/09 - 06/10**



**THERMES  
DE BRIDES-LES-BAINS**  
ALPES - 3 VALLÉES

## LE PROGRAMME COMPLET

### NUTRITION ET DIABÈTE

#### APPROCHE INDIVIDUELLE AVEC UN DIÉTÉTICIEN

- 1 bilan éducatif partagé avec un diététicien en début de séjour pour retracer l'histoire du diabète, comprendre les problématiques et établir les priorités
- 1 bilan des compétences acquises en fin de séjour pour définir les objectifs et le plan d'actions chez soi

### SÉANCES COLLECTIVES SPÉCIFIQUES

ANIMÉES PAR UNE ÉQUIPE PLURIDISCIPLINAIRE :  
Éducateur sportif, diététicien, médecin thermal

#### PROGRESSION DANS LES ATELIERS

1. Ma vision du diabète et de son impact sur la santé
2. L'équilibre de mon diabète en cuisinant
3. Les points clés du suivi de mon diabète
4. Mes repas au quotidien
5. Et si on parlait du diabète ?

### CONFÉRENCE

#### ANIMÉE PAR UN DIÉTÉTICIEN

Thème : "Tout ce que vous avez toujours voulu savoir sur les sucres"

### ACTIVITÉS PHYSIQUES PRATIQUES

- 1 séance d'activité physique spécifique encadrée en début de cure, alliant théorie et pratique
- 5 accès à l'Espace Activités Physiques pour tester des activités reproductibles à la maison

### SUIVI POSTCURE

- Pendant 6 mois



**SAISON THERMALE  
du 24 mars au 01 novembre 2025**

**Thermes de Brides-les-Bains**  
2 rue des Thermes  
73570 Brides-les-Bains  
T. 04 79 55 23 44  
thermes@thermes-brideslesbains.fr  
www.thermes-brideslesbains.fr

### SUIVEZ-NOUS



thermesbrideslesbains



thermesbrideslesbains\_officiel