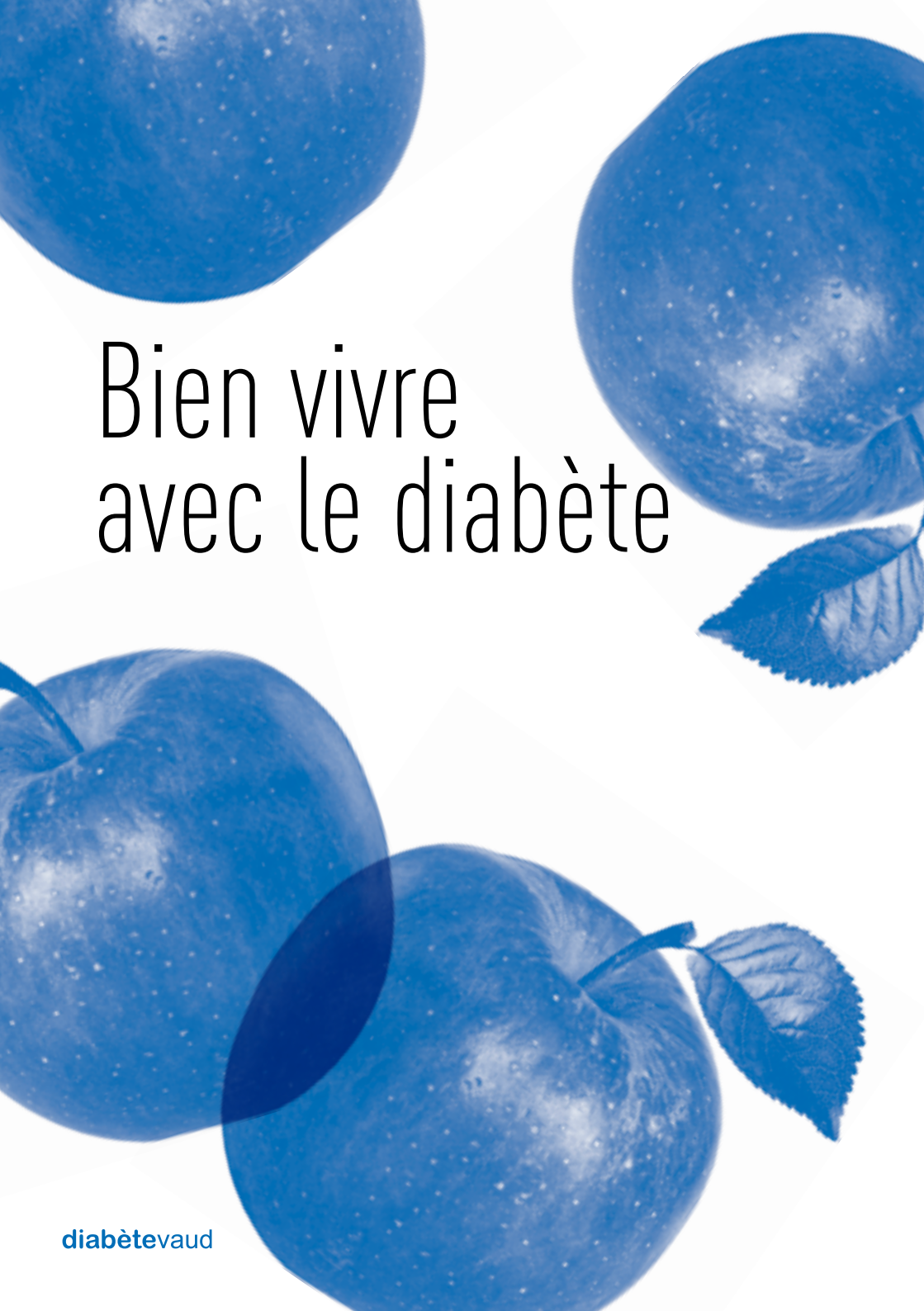




Bien vivre avec le diabète

Le diabète, on en parle.

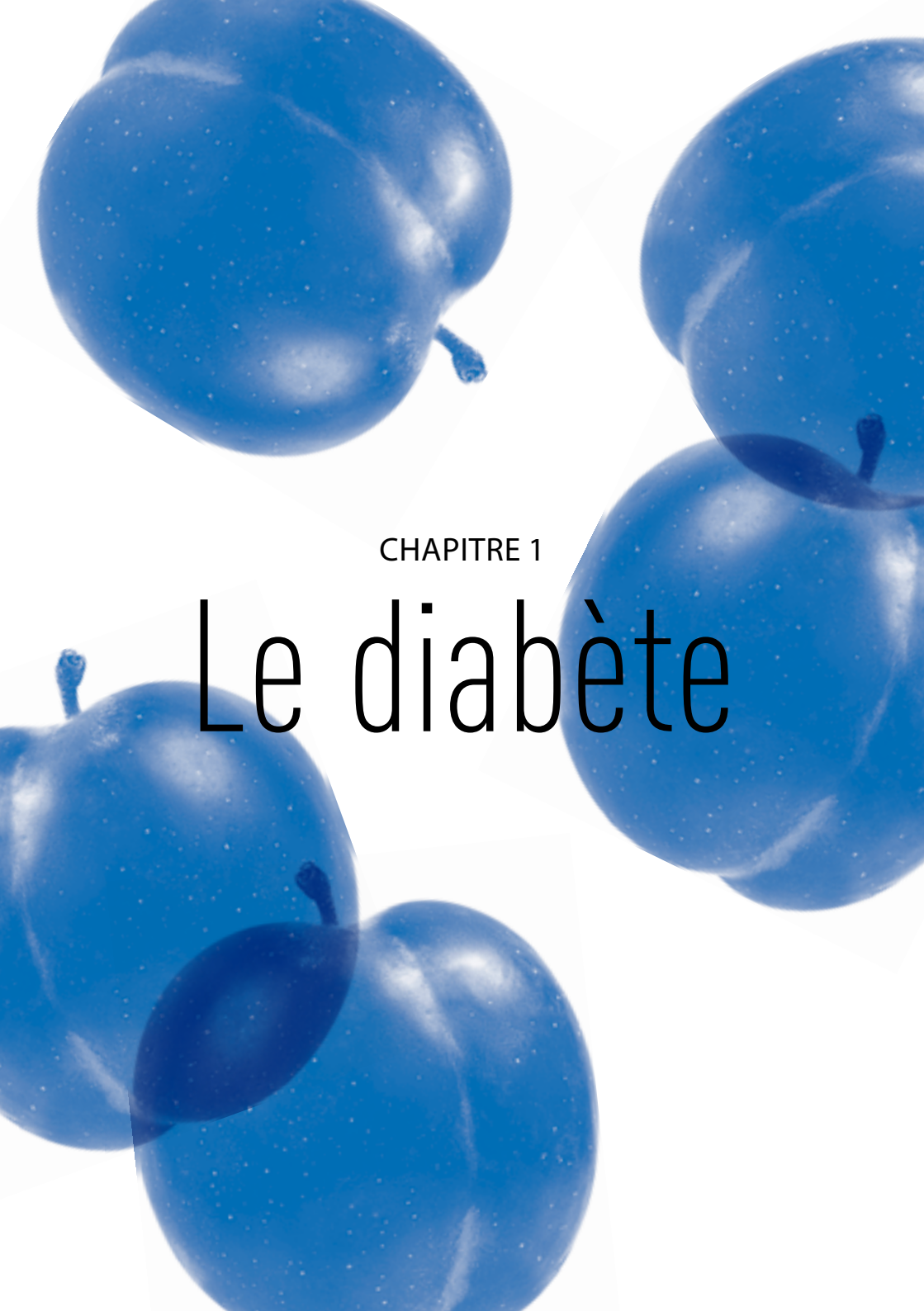
Mais au fond, c'est quoi ?

Que puis-je faire si je suis concerné · e ?

Où trouver de l'aide ?

Ce petit guide fournit des
informations sur le diabète pour toute
personne concernée ou intéressée.

1	Les principaux types de diabète	05
	Les symptômes	06
Le diabète	Le diabète dans le canton de Vaud	06
	C'est pratique ! Le diabète sur le web	07
2	Est-ce que je peux guérir ?	09
	Pourrai-je vivre longtemps avec le	09
Questions	diabète ?	09
fréquentes	Qu'est-ce que je peux manger ?	10
	Comment bien vivre avec le diabète ?	10
	Devrai-je faire des injections d'insuline ?	11
	C'est pratique ! Le petit glossaire du	
	diabète	
3	Prendre mon diabète en main	13
	Devenez patient·e partenaire	14
Prise	Prendre de nouvelles responsabilités	14
en charge	Équilibre glycémique : prévenir	15
	les complications	
4	Les prestations dont je dois bénéficier	17
	Remboursement des prestations	18
Aides	Obtenez les aides auxquelles vous avez	18
et prestations	droit	19
	Passeport diabète et DEP	
5	Prestations diabètevaud	21
	Contact	22
L'association	Pourquoi devenir membre ?	23
diabètevaud		

The background of the entire page is a high-quality photograph of several ripe blue plums. The plums are arranged in a way that they appear to be floating or scattered across the frame. They have a deep blue color with some lighter blue highlights, suggesting a glossy texture. The stems are short and dark. The lighting is soft, creating gentle shadows and highlights on the fruit's surface.

CHAPITRE 1

Le diabète

Le diabète

Se caractérise par un excès de sucre dans le sang : on parle d'hyperglycémie. L'insuline, une hormone produite par le pancréas qui permet de transformer le sucre en énergie pour le corps, n'est plus produite en quantité suffisante ou n'est plus assez efficace. Le sucre consommé n'est alors plus absorbé par le corps et se retrouve en trop grande quantité dans le sang.

Le pré-diabète

Parfois nommé « intolérance au glucose », le pré-diabète est la phase où la glycémie est plus élevée que la norme, sans nécessité de traitement médicamenteux.

Dans ce cas, il est primordial d'ores et déjà d'améliorer son hygiène de vie (alimentation, activité physique), afin de prévenir ou repousser l'apparition du diabète.

En effet, les complications du diabète sont aussi liées au nombre d'années vécu avec le diabète, d'où l'importance de le repousser le plus possible.

Les principaux types de diabète

Le diabète de type 1

Il se caractérise par un déficit majeur de la sécrétion d'insuline, d'origine immunologique. Le plus souvent, il apparaît dès l'enfance ou chez les jeunes adultes et concerne environ une personne vivant avec le diabète sur dix. Il est en augmentation chez les jeunes.

Le diabète de type 2

C'est le diabète le plus fréquent (environ 90% des cas). Il se caractérise par un déficit relatif et/ou une moindre efficacité de l'insuline. Il apparaît plus tard, généralement après 40 ans. Il est fortement lié au mode de vie, en particulier au surpoids et à la sédentarité, mais comporte également une composante héréditaire.

Le diabète gestationnel

Il apparaît au cours d'une grossesse (chez 10 à 15% des femmes enceintes) et disparaît après l'accouchement. Toutefois, les femmes concernées ont un risque accru de développer plus tard un diabète de type 2. Il est dès lors nécessaire d'améliorer son hygiène de vie (alimentation, activité physique).

Autres types de diabète

Il y a d'autres types de diabète moins fréquents.

Les symptômes et les traitements restent les mêmes.

★ Bon à savoir

Les symptômes peuvent rester silencieux pendant de nombreuses années, d'où l'importance de tester son risque et, au besoin, de se faire dépister : www.diabetevald.ch/testez-votre-risque

Les valeurs de référence se trouvent sous www.recodiab.ch

Les symptômes

Lorsque le diabète n'est pas suffisamment traité, ou lorsqu'il n'est pas encore diagnostiqué et donc pas soigné, le corps émet certains signaux :



envie fréquente
d'uriner



perte
de poids



soif
excessive



manque
d'énergie

● Témoignage

« Après le choc du diagnostic, j'ai commencé à aimer mon diabète. Cela peut sembler contre-intuitif, mais je lui suis reconnaissante de m'avoir fait réaliser à quel point notre corps est précis, sensible et perspicace pour nous maintenir en bonne santé. »

*Flavia, 30 ans
Vivant avec le diabète de type 1*

Ces symptômes sont caractéristiques de l'hyperglycémie, c'est-à-dire d'une trop grande quantité de sucre dans le sang. Si vous les constatez, parlez-en à votre médecin.

Le diabète dans le canton de Vaud

Chaque année, environ 5'000 personnes sont diagnostiquées diabétiques dans le canton de Vaud. Vous n'êtes donc pas seul-e !

Les personnes vivant avec le diabète représentent environ 6.6% de la population vaudoise de plus de 15 ans, soit 55'855 personnes. Ce chiffre est en augmentation régulière, en raison de l'évolution des modes de vie (sédentarité, alimentation déséquilibrée) et du vieillissement démographique. 30% des personnes vivant avec le diabète ne savent pas qu'elles ont cette maladie.

C'EST PRATIQUE !

Le diabète sur le web

Aujourd'hui, 90 % des ménages suisses ont accès à internet et vous êtes certainement nombreuses et nombreux à y chercher des informations sur votre maladie.

Site internet

diabetevaud.ch contient des informations fiables et à jour, vérifiées par des médecins et des professionnel·les de la santé. Il contient aussi de nombreux liens utiles pour comprendre le diabète et trouver les prestations dont vous aurez besoin dans le canton de Vaud.

diabetevaud.ch

Réseaux sociaux

Suivez les pages de diabetevaud sur les réseaux sociaux pour être informé·e des dernières nouveautés (traitements, événements, etc.) et échanger avec une communauté de personnes concernées par le diabète.



facebook.com/diabete.vaud



instagram.com/diabete_vaud



linkedin.com/company/diabetevaud



youtube.com/@diabetevaud3222

The background of the page features several blue eggplants arranged in a circular pattern around the central text. The eggplants are shown from different angles, highlighting their smooth, glossy skin and the characteristic lobed shape of their calyxes at the stems. The lighting creates soft highlights and shadows, emphasizing their three-dimensional form.

CHAPITRE 2

Questions fréquentes

Est-ce que je peux guérir ?

Pour le diabète de type 2, en changeant votre mode de vie, vous pourrez dans la plupart des cas, réduire la nécessité de prendre des médicaments. Si vous augmentez votre activité physique, mangez équilibré, limitez les produits très sucrés, évitez de fumer et limitez le stress, vous pourrez réduire le risque de complications. Certaines personnes avec un diabète de type 2 parviennent même à se passer complètement de leur traitement en modifiant leurs habitudes sur le long terme.

Plusieurs recherches scientifiques sont en cours pour que le diabète, y compris de type 1, devienne réversible. On ne peut toutefois pas s'attendre à en guérir pour l'instant.

★ Bon à savoir

Si vous avez un pré-diabète (appelé aussi « intolérance au glucose »), vous pouvez prévenir et retarder son évolution vers un diabète en changeant votre mode de vie (p.5).

Pourrai-je vivre longtemps avec le diabète ?

Oui, il est heureusement possible de vivre très longtemps avec le diabète. Cependant, il fragilise votre état de santé. Pour vivre – bien et longtemps – avec le diabète, il est important d'éviter les complications. Cela passe notamment par un bon contrôle du diabète et de ses complications, d'un suivi médico-soignant régulier et, comme pour tout le monde, de l'adoption d'un mode de vie qui favorise votre santé.

Qu'est-ce que je peux manger ?

Vous pouvez manger de tout, mais en quantité raisonnable. Pour manger équilibré, consommez au moins cinq portions de fruits et légumes par jour (une portion correspond à un poing fermé), limitez les produits sucrés (boissons sucrées comme les sodas, boissons énergétiques, jus de fruits, bonbons, biscuits, chocolats et autres sucreries), le sel et les graisses d'origine animale. Sur les étiquettes, les termes « glucides » ou « hydrates de carbone » désignent notre principale source d'énergie et sont à prendre en compte en cas de diabète pour équilibrer sa glycémie. Pour limiter les produits sucrés, c'est la ligne « dont

sucres » qu'il faut surveiller. Les diététicien-ne-s vous aident à adapter vos habitudes et vous guident de manière personnalisée, alors n'hésitez pas à consulter un-e professionnel-le en cas de question ou besoin.

Comment bien vivre avec le diabète ?

Si votre diabète est pris en charge de manière adéquate dès le début, vous pouvez dans la plupart des cas très bien vivre avec cette maladie et éviter toute complication. Le traitement est en grande partie entre vos mains. Cela nécessite une bonne connaissance de la maladie, de vos réactions individuelles, des moyens de contrôle et d'adaptation au quotidien. Les médecins généralistes et spécialisé-es en diabétologie, les infirmier-ères conseil en diabétologie, les diététicien-ne-s, les podologues, les pharmaciens-ne-s, les psychologues, les physiothérapeutes, spécialistes en activité physique adaptée se tiennent à votre disposition pour vous enseigner tous ces aspects et vous accompagner dans ces changements.

● Témoignage

«Si j'avais su, dès le diagnostic, que c'est normal de ressentir une charge psychique et des émotions difficiles quand on vit avec le diabète, ça m'aurait évité beaucoup de souffrance.»

*Camille, 58 ans
Vivant avec le diabète de type 1*

Devrai-je faire des injections d'insuline ?

Pour le diabète de type 1, le seul traitement médicamenteux existant consiste en des injections d'insuline ou par pompe à insuline. Pour le diabète de type 2, celles-ci ne sont pas toujours nécessaires, cela dépend des cas. L'insuline est le traitement le plus naturel du diabète, puisque cette hormone est normalement produite par le pancréas. Elle doit être administrée sous forme d'injection, car si elle était prise par voie orale, elle serait détruite par les acides de l'estomac lors de la digestion. Le matériel actuel permet une injection simple et presque indolore.

Le petit glossaire du diabète

Glycémie

La glycémie est le taux de sucre présent dans le sang au moment où elle est mesurée. La glycémie capillaire est celle que vous mesurez en vous piquant le bout du doigt. Elle se mesure en millimoles de sucre par litre de sang (mmol/l). Il existe d'autres systèmes de mesure.

Hémoglobine glyquée

L'hémoglobine glyquée (HbA1c) est le pourcentage de glucose fixé sur l'hémoglobine dans le sang. (L'hémoglobine est une protéine qui donne sa couleur rouge au sang.) La HbA1c se mesure par une prise de sang analysée en laboratoire. Elle donne une indication de l'équilibre de votre diabète durant les trois derniers mois.

Insuline

L'insuline est une hormone sécrétée par le pancréas. Elle permet au glucose (sucre) de passer du sang vers les cellules de notre corps, qui s'en servent comme source d'énergie. L'insuline créée en laboratoire remplace celle qui n'est plus (ou plus suffisamment) produite par les personnes atteintes du diabète.



CHAPITRE 3

Prise en charge

Le diabète ne se traite pas comme une grippe. Sa gestion, de longue haleine, fait désormais partie de votre vie. Même si, au quotidien, vous êtes l'acteur·trice principal·e de votre prise en charge, rassurez-vous, vous n'êtes pas seul·e face à votre diabète. Des ressources existent pour vous soutenir !

Prendre mon diabète en main

Une glycémie (taux de sucre dans le sang) trop élevée empêche le bon fonctionnement du corps. Avec le temps, cela peut endommager les artères et les nerfs et causer de graves lésions au cœur, aux yeux, aux nerfs, aux reins, aux pieds. Des troubles sexuels chez l'homme et la femme peuvent aussi survenir, etc. Mais ces complications ne sont pas une fatalité ! En prenant votre santé en main dès maintenant, vous pouvez les prévenir et n'hésitez pas à en parler avec votre professionnel·le de santé.

● Témoignage

« En prenant mon diabète en main, c'est moi qui décide de ma vie et pas lui. »

*Ali, 17 ans
Vivant avec le diabète
de type 1*

Un bon équilibre de votre glycémie :

- Améliore votre quotidien avec la maladie : les symptômes du début diminuent (fatigue, soif, besoin fréquent d'uriner, infections répétées ou tenaces), la vision brouillée se corrige.
- Diminue de manière importante le risque de complications liées au diabète : risque d'avoir un infarctus, une attaque cérébrale, de perdre la vue, de subir une amputation, d'endommager les reins.

Devenez patient·e partenaire

- Consultez votre médecin régulièrement et parlez ouvertement avec lui.
- Préparez la consultation en listant vos questions.
- Osez questionner votre médecin sur toutes vos préoccupations (problèmes avec votre traitement, besoin d'appui par d'autres professionnel-le-s, problèmes financiers, etc.).

→ Cours EVIVO : Je profite mieux de la vie. J'agis sur mes problèmes chroniques

Prendre de nouvelles responsabilités

- Apprenez à connaître votre maladie : ce que vous devez contrôler (glycémie, pieds, etc.), à quel moment, les signes envoyés par votre corps, comment réagir, etc.
- Privilégiez une alimentation équilibrée : même si cela demande une adaptation au début, manger équilibré et limiter les produits sucrés ainsi que les graisses ne signifie pas pour autant se priver. Au contraire, vous pouvez manger de tout en quantité raisonnable et garder le plaisir d'être à table. Pour y arriver : prenez le temps de manger et écoutez vos sensations.
- Exercez une activité physique régulière : les possibilités sont nombreuses pour bouger davantage et régulièrement. Par exemple, vous pouvez changer vos habitudes (prendre les escaliers plutôt que l'ascenseur, marcher davantage, descendre à l'arrêt de bus précédent, etc.) ou exercer une activité plus intense (seul·e ou en groupe, participer à des cours adaptés, etc.). Bouger est nécessaire au bon fonctionnement de votre corps.
- Suivez les traitements médicamenteux tels qu'ils vous sont prescrits.
- Accordez de l'importance à votre sommeil : un bon repos contribue à votre bien-être et à une meilleure gestion du diabète.
- Prenez quelques minutes chaque jour pour vous faire du bien (respiration, marche, relaxation) et n'hésitez pas à demander du soutien si le stress devient difficile à gérer.

Équilibre glycémique : prévenir les complications

Avoir un diabète équilibré permet d'éviter les complications. En principe, un diabète est équilibré lorsque l'hémoglobine glyquée (HbA1c) est égale ou légèrement inférieure à 7 % (dans certains cas, comme chez les personnes âgées ou fragiles, cette valeur se situe plutôt vers 8 %). Si cette valeur est plus élevée, surtout de façon répétée, cela peut être un signe que votre gestion du diabète ou le traitement est à ajuster.

Témoignage

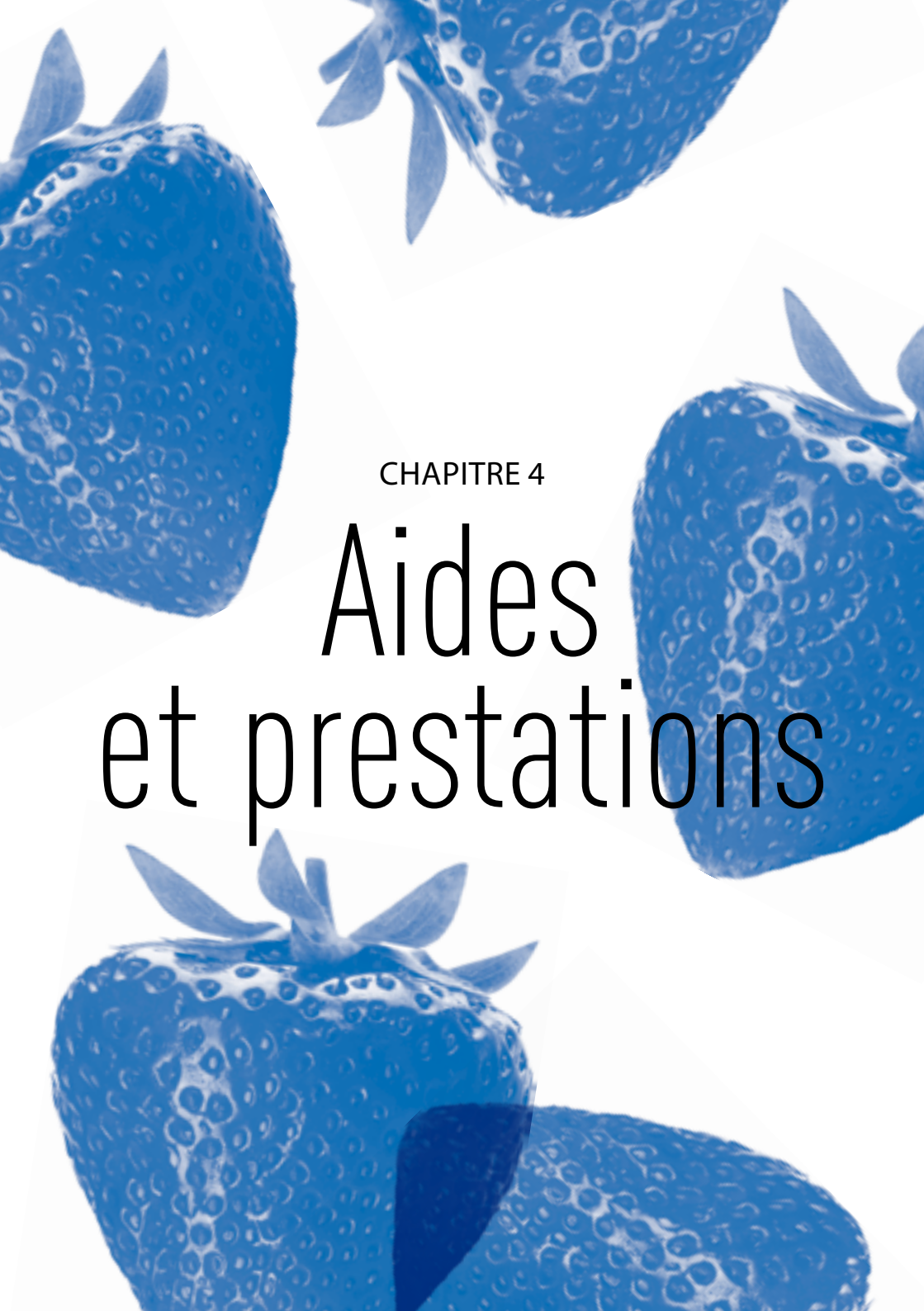
« Le diagnostic a titillé mon instinct de survie et m'a donné envie de prendre soin de moi. Ma santé est désormais ma priorité et pour cette raison précise, je considère mon diabète comme un allié plutôt que comme un ennemi. Aussi, j'ai découvert que manger sainement est compatible avec la notion de plaisir. »

Alexandre, 50 ans
Vivant avec le diabète de type 2

Tableau : L'équilibre glycémique

SOURCE : DIABETENUTRITION.CH

	HbA1c	Glycémie moyenne	
	%	mmol/l	mg/dl
	4.4	4.4	80
	4.7	4.9	88
	5.0	5.4	97
	5.3	5.8	105
	5.6	6.3	114
	5.9	6.8	123
	6.0	7.0	126
	6.2	7.3	131
	6.5	7.8	140
	7.0	8.6	154
	7.2	8.9	160
	7.5	9.4	169
	7.7	9.7	174
	8.0	10.2	183
	8.3	10.6	192
	8.6	11.1	200
	9.0	11.8	212
	9.2	12.1	217
	9.8	13.0	235
	10.0	13.4	240
	10.4	14.0	252
	11.0	14.9	269
	12.0	16.5	298

The background of the page is a collage of several strawberries, all rendered in a monochromatic blue color. The strawberries are positioned around the central text, with some appearing in the foreground and others slightly behind, creating a sense of depth. The texture of the strawberries' surfaces is clearly visible.

CHAPITRE 4

Aides et prestations

Les prestations dont je dois bénéficier

Chez mon médecin

Deux à quatre fois par année (ou plus si nécessaire), consultez votre médecin pour faire le point sur votre santé, parlez de la gestion de la maladie et adaptez votre traitement si nécessaire. Ces visites permettent aussi de prévoir les contrôles utiles :

- 2-4×/an : la glycémie moyenne par un dosage de l'hémoglobine glyquée (HbA1C).
- 1×/an au moins : évaluation complète de vos pieds, vos yeux, vos reins, votre tension artérielle, votre taux de cholestérol. Il peut être nécessaire de faire des contrôles plus fréquents selon la sévérité de votre diabète et si d'autres facteurs de risque ou d'affections vasculaires sont présents.

Chez les autres professionnel-le-s de la santé

Pour vous aider à prendre votre vie en main avec le diabète, demandez à votre médecin de vous prescrire des soins spécialisés remboursés :

- Infirmier-ère-s conseil en diabétologie : comprendre et apprendre à connaître votre diabète et mieux le gérer (consultations individuelles ou cours en groupe).
- Podologue-s : soins remboursés si atteinte de neuropathie, artériopathie.
- Autres professionnel-le-s (ex. ophtalmologue, cardiologue, néphrologue, psychologue, psychiatre, etc.).
- Diététicien-ne-s : pour bien gérer votre alimentation.
- Physiothérapeutes et spécialistes en activité physique adaptée.

Cours et activités

- Cours d'activité physique : en cas de diabète de type 2, vous pouvez demander à suivre le cours DIAfit. Vous pouvez aussi trouver une activité physique adaptée à vos besoins sur Je me bouge pour ma santé.
→ www.diafit.ch
→ www.pas-a-pas.ch
→ www.jemebouge.ch
- Cours équilibrer son alimentation DIAFood.
→ www.diafood.ch
- Cours EVIVO : Je profite mieux de la vie, j'agis sur mes
→ www.evivovaud.ch

- problèmes chroniques.
- Vivre avec le diabète représente une charge mentale permanente. Lorsque celle-ci devient trop lourde, vous pouvez vous adresser à des psychiatres, des psychologues/psychothérapeutes, des kinésologues ou recourir aux médecines alternatives, toujours en complément du suivi médico-soignant régulier.
 - Diabètevaud propose des conférences, des ateliers et des rencontres (groupes de discussion et d'échanges, patient·e·s expert·e·s). → voir chapitre 5

Remboursement des prestations

En Suisse, la prise en charge médicale du diabète est de très bonne qualité. La grande majorité des prestations sont incluses dans l'assurance maladie de base et vous seront remboursées, soit :

- Les consultations chez les médecins généralistes ou spécialistes, les infirmier·ère·s conseil en diabétologie, les diététicien·ne·s, les podologues (remboursement d'un nombre limité de soins par année pour les personnes diabétiques ayant un risque de complication des pieds).
- Les médicaments ainsi que l'ensemble du matériel de contrôle et d'injection.

★ Bon à savoir

Une partie des frais médicaux pris en charge par l'assurance maladie de base est à votre charge : la franchise et la quote-part de 10 % (jusqu'à Fr. 700.– par année pour cette dernière).

Obtenez les aides auxquelles vous avez droit

Ce qui coûte le plus, tant du point de vue humain que pour le porte-monnaie, ce sont les complications. Bien gérer son diabète est donc un bon investissement, mais cela coûte de l'argent. Il n'est donc pas rare que l'arrivée d'un diabète s'accompagne de difficultés financières.

Vous pouvez obtenir des aides financières, même si vous avez un travail rémunéré et que vos revenus ne suffisent pas à couvrir vos dépenses.

- N'hésitez pas à en parler à votre médecin ou à son assistant·e, qui vous orienteront vers les services adéquats de

● Témoignage

« En discutant avec d'autres personnes atteintes du diabète, j'ai réalisé l'importance de choisir une franchise la plus basse possible. »

*Colette, 65 ans
Vivant avec le diabète
de type 2*

- votre région.
- Vous pouvez aussi obtenir des informations et de l'aide auprès de votre Centre social régional (CSR) et la centrale des solidarités.
 - Vous trouverez également des informations sur les prestations auxquelles vous avez droit dans notre guide pratique disponible en ligne.
 - Diabètevaud répond volontiers à vos questions relatives aux contrats d'assurance et peut vous orienter pour toute question dans ce domaine.

→ [vd.ch > Aides financières et soutien social > Trouver un CSR](#)

→ [vd.ch > aides-financieres-et-soutien-social/informations-et-accompagnement-personnel > centrale-des-solidarites-la-hotline-pour-vous-informer-et-accompagner-vers-les-aides-existantes-0800-30-30-38](#)

→ [diabetevaud.ch > Vivre avec le diabète > Prestation des assurances sociales](#)

Passeport diabète et DEP

Le passeport diabète est un carnet dans lequel vos données médicales sont notées. Il aide à mieux coordonner les traitements médicaux et les soins dont vous avez besoin ainsi qu'à suivre l'évolution de votre état de santé.

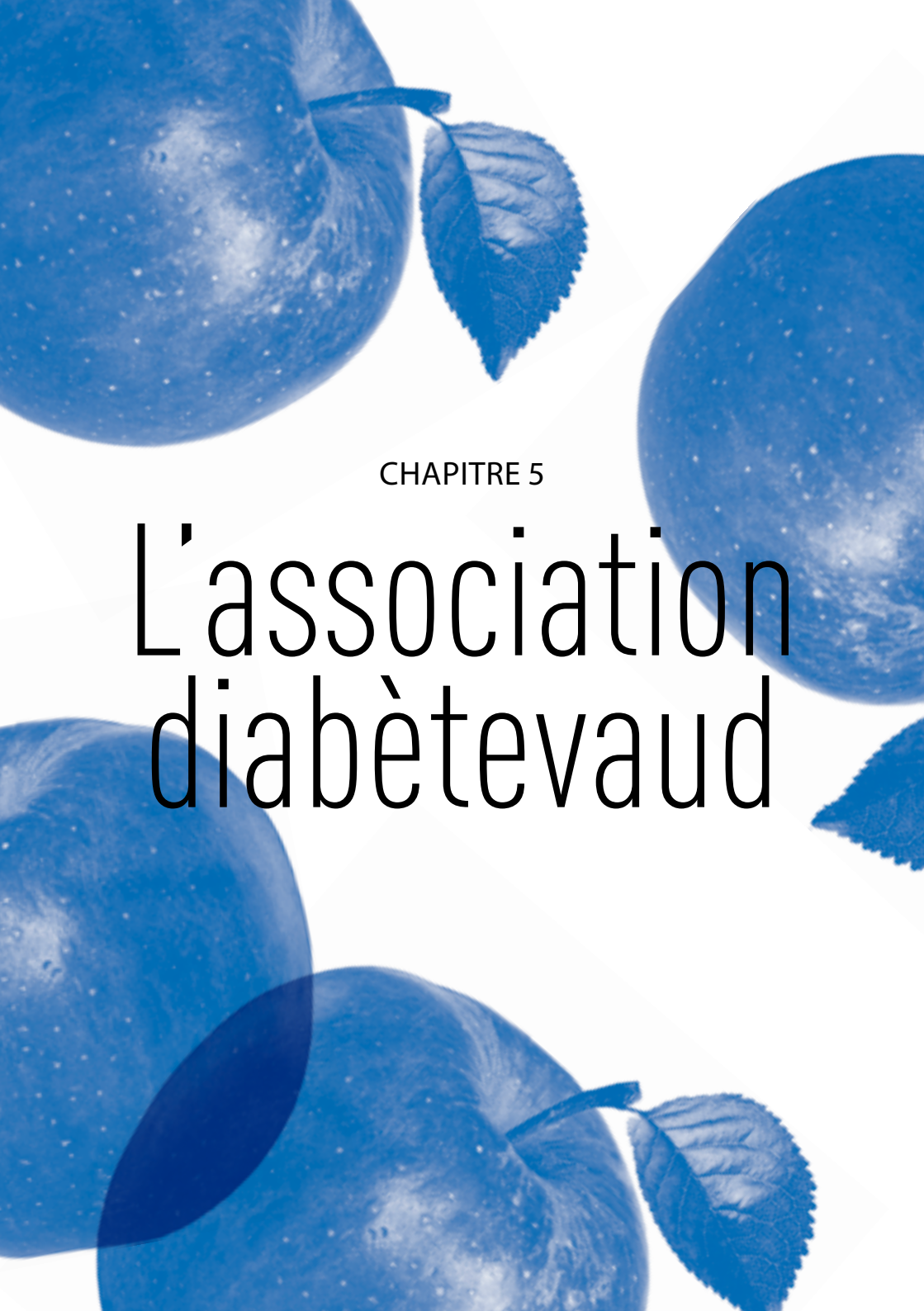
Grâce à celui-ci, vous avez sur vous toutes les informations nécessaires pour vos visites chez votre médecin traitant, mais aussi pour le cas éventuel d'un traitement urgent, par exemple si vous vous trouvez à l'étranger.

Vous pouvez également ouvrir votre Dossier Électronique du Patient (DEP), qui vous permettra de partager les informations concernant votre santé et le suivi de votre diabète avec les médecins, professionnel-le-s de la santé et organisations de soins (hôpitaux, soins à domicile, EMS, etc.) de votre choix.

Diabètevaud vous renseigne volontiers et vous oriente vers les solutions disponibles.

★ Bon à savoir

Vous pouvez commander votre passeport diabète auprès de diabètevaud: 021 657 19 20 ou info@diabetevaud.ch

The background of the entire page is a monochromatic blue-tinted photograph of several apples and leaves. The apples are in various positions, some in the foreground and some in the background, creating a sense of depth. The leaves are attached to the apples, with some showing detailed vein patterns. The overall aesthetic is clean and modern, with a focus on natural elements.

CHAPITRE 5

L'association diabète vaud

Prestations diabètevaud

- Informer et sensibiliser la communauté vaudoise sur le diabète.
- Contribuer à la formation des professionnel·les.
- Consultations d'éducation thérapeutique données par des infirmières expertes conseils en diabétologie, EPS.
- Défense des intérêts des patient·e·s.
- Prestations podologiques par des infirmières et des podologues.
- Vente de matériel au prix remboursé par l'assurance maladie (prix LIMA) (ex. bandelettes, lancettes, aiguilles, capteurs de mesure de glucose en continu, carnet d'auto-contrôle, trousses FRIO, etc.).
- Groupe de patient·e·s (CAPPA, patient·e·s expert·e·s et partenaires, ambassadeur·ice·s, groupes d'échanges, groupes WhatsApp (pré-diabète, diabète type 1, type 2).
- Conférences / Cours / Forums / EVIVO « Je profite mieux de la vie, j'agis sur mes problèmes chroniques ».
- Mise en contact entre l'infirmière scolaire et un·e accompagnant·e pour les camps des enfants diabétiques.
- Projets de promotion de la santé / prévention « MAYbe Less Sugar », etc.
- Activité physique : « Je me bouge pour ma santé ».
- Dépistage en institutions / entreprises ou population générale.
- Matériel éducatif (ex. mallette Kamishibai, livres, brochures).
- Activités récréatives (ex. 8 km de marche, 20 km etc.).

Contact

Nous trouver et nous contacter

Avenue de Provence 4

1007 Lausanne

T 021 657 19 20

info@diabetevaud.ch

www.diabetevaud.ch

Places de parc n° 5, 6, 7 et 8 en face de nos bureaux

Métro M1, arrêt Montelly ou Provence

Devenir membre de diabètevaud est un excellent moyen pour contribuer à défendre les droits des atteintes du diabète, de se tenir informé-e, de bénéficier de prestations utiles et d'échanger avec d'autres personnes qui partagent le même vécu. C'est aussi le moyen de faire entendre la voix des patient-e-s et de les faire reconnaître comme un-e acteur·trice central-e du système de santé.

Pourquoi devenir membre ?

- Consultation d'éducation thérapeutique annuelle offerte par une infirmière conseil en diabétologie (hors soins des pieds).
- Achat des capteurs de mesure de glucose en continu au prix remboursé par l'assurance maladie (prix LiMA).
- Boîtes à aiguilles et échanges de glucomètre gratuit.
- Participation offerte pour les cours et conférences.
- Envoi postal gratuit du matériel dès CHF 150.- d'achat (hors capteurs).
- Groupes de discussion et d'échanges, patient-e-s expert-e-s et partenaires.
- Partage d'activités avec d'autres personnes vivant avec le diabète.
- Défense et représentation des intérêts des personnes vivant avec le diabète.
- Abonnement au D-journal, la revue suisse romande du diabète (4x/an).
- Conseil juridique lié au diabète offert (1x/an).
- Carnet d'auto-contrôle glycémique.
- Soutenir diabètevaud, c'est appuyer le travail effectué par toute une équipe et son comité, au service de la population vaudoise concernée.

★ Bon à savoir

Découvrez les témoignages sur notre site internet: diabetevaud.ch/temoignages



DEVENIR
MEMBRE

Diabètevaud favorise une approche globale de la personne: comme le disent si bien nos ambassadrices et ambassadeurs, avant d'être une personne touchée par le diabète, nous sommes des individus!

Nous soutenir



Paielements par E-Banking
IBAN CH88 0900 0000 1002 0353 9



Paielements par Twint

Diabètevaud est une association reconnue d'utilité publique. Nous rendons des comptes publiquement sur la provenance de nos fonds et leur utilisation.

Nous suivre sur les réseaux sociaux

-  facebook.com/diabete.vaud
-  instagram.com/diabete_vaud
-  [linkedin.com/company/diabètevaud](https://linkedin.com/company/diabetevaud)
-  youtube.com/@diabetevaud3222

IMPRESSUM

Brochure élaborée en collaboration avec Médecins de famille Vaud et le Groupement des médecins endocrinologues-diabétologues vaudois

Rédaction diabètevaud

Graphisme et relecture Plates-Bandes communication

Impression Imprimerie Graphus Sàrl, Lausanne

Tirage 1000 exemplaires

Imprimé sur papier recyclé

© diabètevaud 2026, tous droits réservés



