

# PROGRAMMES COMPLÉMENTAIRES D'ACCOMPAGNEMENT DE CURE DE 18 JOURS

Nos programmes sont conçus pour compléter votre cure, améliorer son efficacité et vous aider à mieux gérer vos pathologies chroniques afin de retrouver une meilleure qualité de vie.

## PROGRAMME DIABÈTE (type 2 et non insulino-dépendant) :

**Une prise en charge complémentaire de la maladie pour des effets bénéfiques à long terme.**

**La cure thermale pour les personnes atteintes de diabète type 2.**

Les personnes atteintes de diabète de type 2 peuvent bénéficier d'une cure thermale prescrite pour l'orientation thérapeutique AD (affections digestives).

La cure de boisson associée aux soins thermaux et à des activités complémentaires génère des effets bénéfiques sur la pathologie.

Les soins ont pour but d'apporter des **bénéfices sur le plan musculaire, vasculaire et anti-inflammatoire.**

Pendant la cure, les soins thermaux sont associés à un accompagnement diététique et un programme d'activités physiques adaptées. Il a pour objectifs **d'aider le curiste diabétique à mieux appréhender sa pathologie** et à mieux gérer son diabète au quotidien.

### Programme

Diabète - 18 jours : ..... **249€**

#### Ce programme comprend :

- Diagnostic : bilan corporel par impédancemétrie réalisé par la Diététicienne, diagnostic et présentation des activités durant les 3 semaines.....1h
- Bilan : retour d'expérience sur les activités suivies et nouvelle mesure de composition corporelle (impédancemétrie).....30 mn
- 1 atelier théorique d'activité physique.... 1h30
- 6 séances d'activités physiques adaptées.... 1h
- 2 ateliers thématiques sur la nutrition.....1h
- 1 atelier culinaire pratique.....1h30
- 1 Pass Dômes offert (voir page 21)

\* inscription préalable à réaliser le premier jour (en fonction des disponibilités)

#### RÉSERVATION OBLIGATOIRE

(Nombre de places limitées : groupe de 10 personnes)

#### DATES DES SESSIONS :

03/06

26/08

07/10

#### Savoir reconnaître les symptômes.

Le diabète de type 2 touche généralement les adultes d'âge mur et peut être lié à des facteurs génétiques, héréditaires ou à l'hygiène de vie (déséquilibre alimentaire, surpoids, obésité, sédentarité, ...). La maladie passe très souvent inaperçue et se manifeste brutalement par une soudaine irritabilité, une sensation de fatigue, de faiblesse, des nausées, des vomissements, une envie de boire excessive et une déshydratation.

#### Les traitements

La réussite de tout traitement du diabète est le suivi strict de la glycémie. Pour le diabète de type 2, l'hygiène de vie revêt une importance déterminante tel que le rééquilibrage de l'alimentation, la pratique d'une activité physique régulière et adaptée et la perte de poids.