Pour plus d’information sur le **programme gratuit** « Mieux vivre avec mon diabète »

**Sur inscription** - Merci de contacter notre secrétariatTéléphonique au **04 11 93 74 70**

**Lieu : MAISON INTERCOMMUNALE SPORT SANTE**

**ALES AGGLOMERATION**

**40, avenue Vincent d’Indy**

**30100 ALES**

**Nos rendez-vous :**

**Elan Solidaire**  - AFD30 :

Lundi 17 mars 2025

Lundi 07 avril 2025

**Horaires : 14h30 à 16h00**

**L’activité physique adaptée - Education pour la santé :**

Les Mardis 08,15, 22, 29 avril 2025

Les Mardis 06, 13, 20, 27 mai 2025

Les Mardis 03, 10, 17, 24 juin 2025

**Horaires : 15h45 à 17h15**

(Un rendez-vous personnel est pris pour un bilan par l’enseignant APA)

**La Diététique** :**PREMIERE SESSION**

Mercredi 19 mars 2025 thématique : Petit déjeuner et goûter

Mercredi 09 avril 2025 thématique : Repas principaux

Mercredi 07 mai 2025 thématique : Recettes pour diabétiques - Questions Réponses, Bilan.

**Horaires : 14h00 à 15h30**

**La Diététique** :**DEUXIEME SESSION**

Mercredi 14 mai 2025 thématique : Petit déjeuner et goûter

Mercredi 21 mai 2025 thématique : Repas principaux

Mercredi 04 juin 2025 thématique : Recettes pour diabétiques - Questions Réponses, Bilan.

**Horaires : 14h00 à 15h30**