



# LETTRE D'INFORMATION

n° 32  
Janvier- février  
2025

## LE MOT DE LA PRÉSIDENTE

Chers amis, adhérents et sympathisants,

Nous vous adressons pour 2025 nos vœux personnels et associatifs les plus chaleureux de santé et de bonheur pour vous et tous les vôtres. Que cette année nouvelle soit porteuse de projets motivants représentant autant d'avancées majeures dans notre lutte contre la maladie.

Pour continuer à répondre aux besoins de 4 millions de visages, **nous devons nous attacher à renforcer au niveau local** nos engagements au travers du projet stratégique fédéral «**Horizon Diabète 2028**». Nous avons besoin, pour faire face à l'ampleur de la tâche, d'augmenter le nombre de nos adhérents et de recruter davantage de bénévoles.

En raison de l'importance des enjeux de santé publique de notre action, **il nous faut également accroître notre visibilité au niveau régional**. C'est ainsi que le 4 février dernier a eu lieu le premier rassemblement du Comité des Régions fédéral nouvellement élu pour la période 2025-2028. Un nouveau mandat de Représentante régionale m'a été confié en binôme avec Dominique SHEWAN de l'AFD 06-83.

En nous appuyant sur les valeurs qui nous unissent, nous continuerons à relever les défis qui se présenteront à nous pour que tous ensemble nous puissions agir en solidarité avec les plus vulnérables, en affirmant avec détermination notre identité commune.

Marie Laure LUMEDILUNA



**Bientôt.....**

**A ne pas manquer !!! Inscrivez-vous sans tarder...**



**Découvrez le nouveau programme Slow Diabète ouvert à tous: "Manger mieux, vivre mieux".**

La Fédération nous propose de le suivre du **24 février au 17 mars 2025**

**Pour s'inscrire:**

<https://www.federationdesdiabetiques.org/federation/actualites/manger-mieux-vivre-mieux-le-nouveau-programme-slow-diabete>

## LETTRE D'INFORMATION N° 32 Janvier-février 2025

L'AFD, c'est Vous, c'est Nous ! Nous agissons ensemble contre le diabète.

### AGENDA



#### PROCHAINES REUNIONS STATUTAIRES

- ◆ **Bureau** : une fois par mois les 1ers vendredis du mois 17h30-19h en visioconférence.
- ◆ **Prochains Conseils d'Administration** :
  - ⇒ Vendredi 21 mars 2025, 17h30 -19h en visioconférence.
  - ⇒ Vendredi 4 avril 2025, 17h30 -19h en visioconférence préparatoire à l'Assemblée Générale.
- ◆ **Assemblée Générale 2025** :
  - ⇒ Samedi 12 avril 2025, en présentiel de 10h à 15h– Accueil 9h30 au Siège social 14 Chemin de Saint Donat (Aix-en-Pce).
- ◆ **Assises de la Fédération** :
  - ⇒ Vendredi 20 et samedi 21 juin 2025.



#### NOS ACTIONS d'ACCOMPAGNEMENT

- ◆ **NOS RENCONTRES SOLIDAIRES** autour du vécu du Diabète, de septembre à juillet 2025  
Sur inscription.
  - **Aix-en-Provence et environs** : les samedis 11/01/2025 -2h d intervention des étudiants EDNH sur les galettes- 25/01- 22/02- 15/03- 12/04- 10/05- 15/06 et 05/07/2025 (...).
  - **Salon-de-Provence et environs** : 2 groupes.
    - 25/01, 01/03, 22/03, 26/04, 24/05 et 14/06/2025 (...).
    - 28/01, 18/03, 15/04, 13/05, 10/06, 08/07 (...)
  - **Gardanne et environs**: les mercredis de 14h à 16h , 8 cours Forbin, Gardanne, 1 fois par mois.
  - **La Roque d'Anthéron** : les mardis 14/03, 8/04, 20/05 et 17/06/2025
- Var Ouest:**
  - **Besse Sur Issole** : une fois par mois, 9h-11h le mercredi.
  - **Mar Vivo** : rencontre solidaire – Date prévisionnelle de début à confirmer: 28/03/2025.
- ◆ **NOS ATELIERS BIEN-ETRE - Activer tout son potentiel.**  
**Sur inscription** : « Allo AFD : 06 47 59 59 11 » ou [afd.aix@gmail.com](mailto:afd.aix@gmail.com)
  - Séance de Sophrologie une fois par semaine le mardi de 18h30 à 19h30 en visioconférence
  - Séance de soutien assurée une fois par semaine pendant 2 heures par une thérapeute coach mental.
  - Séance « Vivre Doulheureux » une fois par mois le vendredi à 19h.  
Calendrier: 17/01, 14/02 , 14/03, 18/04, 16/05, 4/07 (...)





**NOS ACTIONS d'ACCOMPAGNEMENT(suite)**

**NOS ATELIERS-PARTAGE (CAFES DIABETE) de janvier à juillet 2025**

-22/02/2025, 10h : PNNS (Plan National de Nutrition Santé) en présentiel.

14, chemin de Saint Donat. Aix-en-Provence. Intervenant: Gérard HOUDAER.

**Autres thèmes et dates:** consultez notre site ou appelez le 06 47 59 59 11.



**NOS ACTIONS DE SENSIBILISATION ET DE PREVENTION DE LA MALADIE**

♦ Du 01/06 au 08/06/2025 - SEMAINE NATIONALE DE PRÉVENTION. Thème : l'hérédité.

**Les objectifs de la Semaine Nationale de Prévention du Diabète :**

- ⇒ Augmenter la connaissance du diabète partout en France ;
- ⇒ Sensibiliser les personnes à risque de diabète avec un test simple, rapide, et reconnu
- ⇒ « Findrisc » ;
- ⇒ Encourager les comportements préventifs de chacun ;
- ⇒ Mobiliser tous les acteurs de la santé concernés;
- ⇒ Positionner la Fédération Française des Diabétiques comme l'acteur incontournable de cette semaine de prévention.



**AUTRES ACTIONS LOCALES TOUT PUBLIC DE SENSIBILISATION ET DE PREVENTION DE LA MALADIE mars 2025**

- **Le samedi 8 mars 2025 (journée)**, participation de notre AFD au Festival des femmes dans le cadre de l'événement **UN TEMPS POUR ELLES** à l'espace Trénet. Les dons iront directement après l'événement à l'hôpital du Pays salonais pour participer à l'achat d'un mammographe.
- **Le vendredi 14 mars 2025 (journée)**, participation de notre AFD au Salon de la Nutrition à l'EDNH –Ecole de Diététique et de Nutrition Humaine d'Aix. Nous y tiendrons **un stand de prévention et réaliserons une animation sur le sucre.**
- **Le lundi 31 mars 2025 (journée)**, à Aix-en-Provence, mobilisation de notre AFD à un événement sur **l'engagement des Femmes** organisé par la Mutualité Française Sud.
  - ⇒ **Notre équipe du Var participe par ailleurs très régulièrement aux actions de prévention et de promotion de la santé organisées par la Mutualité Française du Var.**



**EDUCATION THERAPEUTIQUE DU PATIENT**

♦ Nos Patients Experts participent à l'animation des séances **d'éducation thérapeutique** organisées très régulièrement en partenariat avec les établissements de santé de nos zones d'intervention.

Vous pourrez échanger avec eux, pendant et après les séances, sur toutes les facettes de la vie avec la maladie.

**Inscrivez-vous au programme le plus proche de chez vous : [MON-ETP.FR](http://MON-ETP.FR)**

**AFD d'Aix-Pays de Provence - 06 47 59 59 11 - [afd.aix@gmail.com](mailto:afd.aix@gmail.com)**



## **Vous n'êtes pas seul (e) face au diabète**

### **Vous souhaitez échanger avec d'autres personnes qui vivent avec le diabète?**

#### **♦ Venez nous rendre visite**

**A notre Siège social : 14 Chemin de Saint Donat**

**13100– Aix-en-Provence,**

Le vendredi après-midi de 14h à 15h30 ou un autre jour sur rendez-vous.

#### **♦ Contactez-nous :**

Téléphonez au **06 47 59 59 11** ou adressez-nous un mail: [afd.aix@gmail.com](mailto:afd.aix@gmail.com)).

#### **♦ D'autres permanences sont tenues par nos Bénévoles Patients Experts et Bénévoles Actifs:**

⇒ Dans les Centres Hospitaliers d'Aix-en-Provence et de Salon-de-Provence (Maisons des Usagers), de La Garde, et dans les locaux de la Maison de la Vie Associative de Salon-de-Provence.

⇒ Consultez notre site

(<https://afd13aix.federationdesdiabetiques.org/> et **en particulier la page des informations pratiques** : <https://afd13-aix.federationdesdiabetiques.org/infos-pratiques#anchor>

Consultez notre facebook : <https://www.facebook.com/afd13.diabetiques>

#### **♦ Vous pourrez :**

⇒ Nous rencontrer lors de nos permanences ou sur rendez-vous.

⇒ Rejoindre nos groupes de rencontre autour du vécu du diabète.

⇒ Participer à nos ateliers-partage (Cafés Diabète).

⇒ Participer à nos manifestations et à nos actions de prévention de la maladie et de ses complications.

**Renouvelez votre adhésion pour 2025 ou adhérez à notre Association. Le soutien de toutes et de tous est essentiel à la poursuite de notre engagement.**

**<https://afd13-aix.federationdesdiabetiques.org/j-adhere>**

