

DES ATELIERS GRATUITS L'hôpital innove pour les diabétiques

SANTÉ Le programme Dwell aide les diabétiques de type 2 avec des ateliers pour apprendre et échanger entre patients. Le concept cartonne.

Son petit nom, c'est Dwell. En anglais, cela veut dire diabète et bien-être. Et l'hôpital de Douai est le seul en France à le proposer ! Il s'agit d'un programme européen à destination des diabétiques de type 2. Les diabétiques représentent 5% de la population française, et ils sont 12 500 rien que dans le Douaisis. Le but : faire un suivi et un accompagnement pour la gestion de cette maladie. En clair, c'est un programme sur 12 semaines avec des entretiens individuels et collectifs sur quatre thèmes : comment vivre avec le diabète, l'alimentation, le bien-être et l'activité physique adaptée. Chaque groupe construit son parcours selon ses centres d'intérêts : ils utilisent des montres connectées pour évaluer leur niveau d'activité physique, démontent les idées reçues sur ce qu'on n'a pas le droit de manger (comme les gâteaux ou les frites), font des ateliers cuisine, apprennent à lire les étiquettes au supermarché, dédramatisent le traitement à l'insuline pour mieux le comprendre... Rien ne se passe à l'hôpital : toutes les séances ont lieu près de chez vous, dans les centres sociaux de Douai et d'Aniche par exemple. Une fois que le petit groupe a terminé la formation, les plus impliqués deviennent patients ambassadeurs et sont formés pour en accompagner



Le but du programme Dwell, c'est de faire rimer diabète avec bien-être grâce à des diététiciens, des professeurs d'activité sportive, des psychologues et diabétologues.

d'autres. Car le but, c'est bien sûr qu'une fois le programme terminé, que les bonnes habitudes soient conservées, tout comme les liens créés entre patients. D'ailleurs un groupe Facebook a été créé pour échanger. Il est très actif : les patients s'invitent à des marches, des ateliers cuisine, s'envoient leurs photos de randonnée en vacances... Et leurs proches sont parfois ravis de constater que la personne, qui avait pu se replier

sur elle-même à cause de la maladie, retrouve sa joie de vivre.

Claire Equine

Pratique :

Renseignements et inscriptions sur www.dwell-diabete.com ou dwell@ch-douai.fr ou 0613 94 66 28. Un programme démarre tous les trois mois, le prochain est prévu en janvier.