



AFD
Association des Diabétiques
d'Île-de-France

Parlons diabète

Journal des diabétiques d'Île-de-France

Sommaire

- Page 1 : Éditorial
Un nouveau livret, diabète et maladies du foie
Initiatives publiques réalisées
- Page 2 : Planning des initiatives.
Les dossiers de l'AFD Île de France
- Page 3 : Parole de bénévole, Alexia
8 questions sur l'alimentation aujourd'hui
- Page 4 : Nous partons en Campagne électorale



Editorial

Numéro 2022-02 Mars et avril

Chers-es amis-es,
Ces deux mois ont été fertiles en initiatives publiques. Fait nouveau, nous nous sommes adaptés aux demandes de municipalités qui souhaitent organiser de l'information et de la prévention sur le diabète et ses complications. Nous avons mis en chantier un module « nutrition » qui pourra être dupliqué dans les communes ou dans les établissements de santé. Nous avons développé des partenariats avec d'autres associations sur le thème de la santé. Plus que jamais le rôle des bénévoles est au cœur de notre démarche. Merci à celles et ceux qui se mobilisent, à notre côté, contre le diabète.



La journée des bénévoles La Roquette

Forum diabète à Gagny 93 Salon des seniors Le Mée 77

Journée nutrition Avicenne



Lycée Blaise Pascal à Villemomble, projection/débat Sugar Land pour 2 classes de 1ère



Maladies du foie

Complications

Si l'on connaît bien les risques qu'un diabète déséquilibré fait courir au niveau du cœur, des artères et des reins, on sait moins que le foie est menacé par l'hyperglycémie chronique.

Les maladies du foie, non liées à l'alcool (appelées stéatoses métaboliques) représentent un véritable enjeu de santé publique. En constante progression, elles sont également étroitement associées à nos habitudes de vie, responsables de surpoids, d'obésité et à des maladies associées telles que le diabète de type 2. En effet, les personnes atteintes de diabète de type 2 sont particulièrement exposées aux maladies du foie, non liées à l'alcool, stéatoses métaboliques (NAFLD et NASH), ces complications sont fréquentes, silencieuses et très souvent méconnues. De nature évolutive, elles peuvent être prévenues par un suivi médical régulier et un changement de ses habitudes de vie. Sans une prise en charge adéquate, elles peuvent conduire à de graves complications : cirrhose, insuffisance hépatique, cancer du foie. Ce livret vous aide à comprendre l'intérêt de prendre en charge votre diabète pour préserver également la santé de votre foie, un organe essentiel.

Télécharger le livret

" Diabète et maladies du foie : connaître et prévenir les complications "

www.federationdesdiabetiques.org

Planning des initiatives programmées



Les jeudis de de la prévention. Hôpital Avicenne 125 Avenue de Stalingrad 93000 Bobigny. Espace de soins et de vie Martine Midy de 10h00 à 13h00.

- Le jeudi 12 mai thème « **Vivre avec le diabète** »
- Le jeudi 16 juin 2022 journée diabète avec les ressources du GHU Dépistages, conférences à thème, nutrition, Venez poser vos questions sur le diabète et sur ses complications. De 10h00 à 16h30.



Cafés diabète. Le mardi soir par **vidéo Zoom de 18h30 à 20h00** **Inscription nécessaire**

- Mardi 17 mai thème abordé « **Activités physiques** »
- Mardi 14 juin thème abordé « **Voyage** »



Le Blanc-Mesnil

Samedi 07 mai 2022 Blanc Mesnil: Initiative dépistage au centre Leclerc initiative Lyons France rencontre avec la population et les CMS 10h00 à 16h00

- Le Lions Club, dont un médecin ;
- Les Centres Municipaux de Santé (CMS), avec une infirmière, Madame Sedjai, de 9h à 17h ;
- L'Association Française des Diabétiques d'Île-de-France (AFD), disponible de 10h à 15h.

En lien avec la complémentarité des intervenants, plusieurs actions pourraient être envisagées pendant cette opération :

- Sensibilisation du diabète (tous)
- Dépistage avec la glycémie capillaire (Lions Club et CMS)
- Dépistage avec le Findrisk et échange sur le vécu (AFD)
- Information et orientation vers le programme ETP des CMS (AFD et CMS)

Rencontres sur les marchés de Blanc Mesnil

| | | | |
|------------------------------|---------------------|---------------|--|
| Mercredi 11 mai 2022. | Marché Casanova | 09h00 à 12h30 | « Équilibre alimentaire, favoriser les circuits courts » |
| Vendredi 13 mai 2022 | Marché des Tilleuls | 09h30 à 12h30 | « Équilibre alimentaire, favoriser les circuits courts » |
| Mercredi 15 juin 2022 | Marché Casanova | 09h30 à 12h30 | « Fruits et légumes de saison » |
| Jeudi 23 juin 2022 | Marché du centre | 09h30 à 12h30 | « Fruits et légumes de saison » |



Samedi 21 mai 2022 mairie du 19^e, organisation d'une action de dépistage diabète grand public sur le parvis de la mairie . À cet effet, nous vous sollicitons pour la participation à cet événement. Stand d'information sur le diabète. Accès libre. Horaires 10h00 à 17h00



Ciné débat à Bondy projection débat du film Sugar Land. Lundi 23 mai 2022. Cinéma André Malraux de Bondy. 25, cours de la République, 93140 Bondy. Projection à destination d'un public de collégiens De 14h00 à 16h30. En association avec le CMS de Bondy.



La boucle du diabète samedi 04 juin 2022 parc de Sceaux.

Très prochainement, plus d'infos concernant les inscriptions.

Courses proposées :

- 5 km sur route
- 10 km sur route
- Course à la durée
- Randonnée 5 km
- Course(s) enfants (0.6 & 1.2 km)



Village prévention en santé à Bondy mercredi 08 juin 2022 esplanade de la mairie . Grande journée de prévention de la santé avec les acteurs locaux. Programme en cours de constitution. 09h30 à 17h00.



Les dossiers de l'AFD Île de France
Programmation 2022 de 20h00 à 21h30 par vidéo Zoom

« **Regard sur le handicap en France** »

Dossier présenté par Madame Aysegul Turna
Cheffe de projet EPoP Croix-rouge française
Jeudi 12 mai 2022



Témoignage - vivre avec le diabète pendant le confinement par Alexia

J'ai eu la chance de ne pas être seule pendant les confinements.

Au moment des annonces, j'ai décidé de quitter mon appartement sur Poitiers et de rentrer chez mon père où le cadre de vie était plus vert, plus agréable. J'avais des craintes liées au Covid-19, mais en ayant un diabète équilibré et pas de complications liées à celui-ci, je me suis raisonnée et j'appliquais les règles en vigueur. Pour ma part, le premier confinement est arrivé alors que j'étais en train de rédiger mon mémoire de M1 sociologie, qui portait sur le diabète de type 2 et sa prise en charge à la Villa Santé, une structure adossée au CHU de Poitiers.

Je suis diabétique de type 1 depuis le 24 janvier 2004, sous pompe à insuline, sous Free Style Libre. J'avais 7 ans lors de la découverte, j'en ai 25 aujourd'hui. Avec 18 ans de diabète au compteur, j'ai su gérer ce changement de rythme lié au confinement. De nature très active, me retrouver chez mon père n'a pas été simple, mais une nouvelle routine s'est installée au fil des jours. J'ai dû modifier mes débits de base, en les augmentant légèrement car je marchais moins mais je me suis instaurée une routine sportive presque tous les jours après les cours afin de me décontracter, de mobiliser mon corps et de lâcher prise. *A fortiori*, je faisais moins de Bolus au moment du dîner. Bien que la cuisine ne soit pas mon fort, j'ai tout de même trouvé du plaisir à partager mes repas avec mon père, et à lui cuisiner quelques desserts quand il rentrait du travail et à faire quelques apéro-visio avec mes amis !

Tout juste arrivée sur Rennes pour mon Master 2, je suis rentrée une fois de plus chez mon père pour les second et troisième confinements et j'ai suivi tous les cours en visio. Cette période a été très frustrante, car je n'ai pas pu profiter de la Bretagne, mais mon diabète n'en a pas été déstabilisé pour autant.

In fine, mon diabète n'a pas été plus contraignant que ce qu'il est d'habitude. Comme tous les jours, il faut vivre avec les contraintes et s'adapter au mieux pour ne pas perdre de qualité de vie. Avec une bonne connaissance de soi, de son corps, une bonne écoute, je pense que l'on peut traverser de nombreux événements, même si, on le sait bien, il y a des périodes plus difficiles et c'est bien normal. Faisons-nous confiance, et vivons pleinement notre vie avec le diabète !



Écoute solidaire Fédération :

Vous avez besoin de parler à une autre personne atteinte de diabète comme vous.
Appeler le : **01 84 79 21 56**, tous les jours de 10h à 20h.

Angoisses liées à votre santé, votre vie professionnelle ou votre vie personnelle. Vous souhaitez parler à un psychologue,
Appelez le : **01 84 78 28 13** tous les jours 24/24h.



8 questions sur l'alimentation d'aujourd'hui

Mangeons nous trop et mal ? Les compléments alimentaires sont-ils utiles pour notre santé ? Acheter en vrac en toute sécurité, est-ce possible ? L'eau que nous buvons contient-elle des microplastiques ? ... A travers nos vidéos et articles, découvrez comment nos scientifiques agissent au quotidien pour répondre aux inquiétudes posées par l'alimentation d'aujourd'hui.



- Mangeons-nous trop et mal ?
- Acheter en vrac en toute sécurité, est-ce possible ?
- Les compléments alimentaires sont-ils utiles pour notre santé ?
- L'absence de cage suffit-elle à garantir le bien-être des animaux ?
- L'eau que nous buvons contient-elle des microplastiques ?
- Perturbateurs endocriniens dans les emballages alimentaires, on en est où ?
- Pourquoi l'additif E171 est-il aujourd'hui interdit dans nos aliments ?
- Pourquoi est-il urgent que les jeunes bougent plus ?



Projection du film documentaire Les Mères Veilleuses

La maternité bouleverse nos certitudes et nous révèle. C'est d'autant plus vrai lorsque la maladie vient frapper à notre porte. Dans un voyage poétique, nous suivons le cheminement pendant 6 années de deux jeunes femmes confrontées à la maladie de leurs enfants, Avela et Rébecca.

Une approche terriblement efficace. Comment fait-on face à l'inacceptable ?

Dans un voyage poétique et dans le documentaire, nous suivons le cheminement d'Avela et Rébecca pendant six années. Leur point commun : chacune a un enfant atteint de diabète de type 1. Portrait intimiste de femmes libres et engagées, « *Les Mères Veilleuses* » offre une réflexion sur la parentalité et porte un regard plein de tendresse sur une relation forcément complexe, celle qui unit une mère à son enfant. Avec un intrus dans l'équation : la maladie.

Elections 2022 : la Fédération part en campagne !

2022 étant une année charnière entre élection présidentielle et élections législatives, la Fédération part en campagne. Notre objectif est simple : porter notre plaidoyer et la voix des personnes diabétiques dans les plus hautes instances de l'Etat.

Pour interpellier les candidats et les amener à se positionner sur la question des maladies chroniques, nous avons élaboré une charte, nommée « Plan Diabète 2022-2027 : Un quinquennat pour agir ». Elle contient six propositions fortes pour rénover la médecine de demain :

Six grands engagements soumis aux candidates et candidats aux élections présidentielle puis législatives :

1. Considérer les patients et usagers comme de véritables parties prenantes de la Démocratie en Santé en les impliquant aux plus hauts niveaux décisionnels nationaux, régionaux ou territoriaux.
2. Faire de la prévention la clé de voûte de notre système de santé pour repousser l'apparition des maladies chroniques ;
3. Considérer les programmes d'accompagnement hygiéno-diététique, d'activité physique, ainsi que psychologique comme des thérapies à part entière, en agissant notamment sur les leviers d'accès et sur leur remboursement.
4. Faciliter l'accès au numérique en santé pour simplifier le quotidien des malades et améliorer leur suivi dans un contexte où les ressources humaines sont limitées.
5. Impliquer les patients dans la recherche et l'évaluation des innovations thérapeutiques afin qu'elles soient réellement adaptées à leurs besoins.
6. Lever les discriminations sociales, notamment relatives à l'emploi, en considérant les personnes malades comme des citoyens à part entière.

Les équipes des différents candidats et candidates ont été contactées. Les prises de rendez-vous sont à l'œuvre et la motivation de la Fédération à mettre le diabète au cœur de la campagne n'a jamais été aussi grande !

Les prises de contact avec les équipes santé des candidats ont déjà été lancées et les prises de rendez-vous vont bon train ! Nous vous tiendrons informés dans les semaines à venir de toutes nos actions en lien avec les élections 2022.

Restez connectés grâce à notre [page web dédiée](#) !

Document(s) associé(s) :

- [Charte Diabète 2022](#) [Proposition 1](#) [Proposition 2](#) [Proposition 3](#) [Proposition 4](#) [Proposition 5](#) [Proposition 6](#)



Buitoni. Les scandales alimentaires ont toujours les mêmes ingrédients !

Publié le : 07/04/2022 Que Choisir

Et encore un scandale alimentaire de plus... Alors que depuis début janvier, ont été dénombrés, outre les terribles décès de deux enfants, pas moins de 41 cas confirmés de syndrome hémolytique et urémique (SHU) similaires, c'est seulement maintenant, soit quatre mois après les premiers signalements, que les pratiques déplorables en matière d'hygiène du fabricant Nestlé semblent se confirmer, deux inspections officielles ayant récemment mis en évidence un niveau dégradé d'hygiène alimentaire dans l'usine.

Cette information tombée hier démontre que ni l'industrie alimentaire, ni les pouvoirs publics n'ont su tirer les leçons des scandales alimentaires qui se succèdent désormais régulièrement. On retrouve en effet, aujourd'hui comme hier, les mêmes ingrédients frelatés du parfait scandale alimentaire : course au profit du côté de l'industrie, opacité du côté des pouvoirs publics.

L'état effroyable des lignes de production dénoncé, photos à l'appui, par d'anciens salariés, et désormais confirmé par les inspections officielles, montre qu'une partie de l'industrie n'a aucunement renoncé à ce productivisme forcené, rognant sur les procédures d'hygiène dans le seul but de préserver ses marges. Ces manquements répétés que nous observons depuis plusieurs années remettent gravement en cause le contrat moral sur lequel est basé notre système d'hygiène. Rappelons que ce contrat, basé sur la confiance, consiste pour l'État à déléguer aux industriels une partie des contrôles autrefois réalisés par les services officiels. Comment ne pas mettre en doute la fiabilité de ce dispositif, alors qu'il est mis à mal par des groupes pourtant mondialement renommés ?

Quant aux pouvoirs publics, ils ont également une grande part de responsabilité en poursuivant, malgré les semonces répétées de la Cour des comptes*, une politique aveugle de réduction des coûts de la fonction publique ayant pour effet de réduire drastiquement le nombre de contrôleurs officiels. Mais surtout, il est inadmissible que les autorités aient gardé ces vieux réflexes de contrôle de l'information. Comment accepter, au regard de la gravité des faits, que l'on continue à nous distiller au compte-goutte des informations lacunaires ? Le ministère de la Santé nous apprend que le lien entre la consommation de pizzas Buitoni serait avéré pour certains cas de SHU. Certes, mais pour combien d'entre eux ? Et qu'en est-il des décès ? Quid de l'efficacité des rappels auprès des consommateurs ? Lors de l'affaire des laits contaminés Lactalis, les pouvoirs publics avaient -sous la pression- déclenché des mesures de rappel inédites et avaient promis d'améliorer les conditions de rappel des produits afin de minorer l'impact de prochains scandales... Surtout, comment se fait-il qu'il ait fallu attendre 15 jours entre la première inspection démontrant de graves défauts d'hygiène dans l'usine de Caudry et sa révélation publique par l'AFP et non par l'administration ?

Au vu des dernières révélations, l'UFC-Que Choisir va se constituer partie civile dans le cadre de l'enquête que le parquet de Paris a ouverte la semaine dernière. Mais en tout état de cause, j'appelle les pouvoirs publics à faire sans plus tarder toute la transparence, comme ils avaient su le faire pour le scandale Lactalis, en publiant l'intégralité des résultats des contrôles officiels et des autocontrôles réalisés sur l'usine Buitoni, et en organisant des points d'information réguliers avec les associations de consommateurs.

NOTES

Selon la Cour des comptes, entre 2008 et 2013, la DGCCRF a vu une diminution de l'effectif des contrôleurs équivalent à 1 400 postes à temps plein. Parallèlement, le nombre d'établissements contrôlés par les services a diminué de 24 % entre 2011 et 2016 (source : référé de la Cour des Comptes au Ministère de l'économie et à la garde des Sceaux - Mars 2018)