



# CAFÉ-ÉCHANGE

## PROGRAMME 2026

### Vivre le diabète au quotidien

Un moment **convivial** pour échanger,  
poser vos questions et partager votre  
expérience autour d'un **café**.

Rencontres trimestrielles et  
gratuites avec inscription



## **Vous êtes diabétique?**

## **Vous avez des questions sur le diabète?**

Un lieu d'échange vous est proposé pour **parler** de votre quotidien, **partager** vos expériences et **échanger** vos pratiques autour de thématiques concernant le diabète, encadré par des professionnel·le·s.

Ces rencontres se tiendront les **lundis** :

- 9 février : « Prendre soin de ses pieds »
- 11 mai : « Comprendre son traitement médicamenteux »
- 14 septembre : « Rester actif au quotidien »
- 14 décembre : « Cuisiner malin »



**Horaire :** 9h00 à 10h30

**Lieu :** L'Escale - Centre de loisirs pour seniors  
Rue du Léman 7, 1814 La Tour-de-Peilz

Pour vous inscrire ou pour de plus amples informations :

**Téléphone :** 079 865 59 34      **Email :** [diabest@rshl.ch](mailto:diabest@rshl.ch)