



Réseau Santé
HAUT-LÉMAN

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



L'Escale
Centre de loisirs pour seniors
Plus de 1'000 membres à travers la Riviera vaudoise

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