



## "Pour vous et avec vous"



Prévention, Accompagnement, Soutien, Droits du patient diabétique

## Mai/Juin 2021

### Sommaire:

**Edito :** "Diab'Infos" devient "**Diabétiquement Votre**" Pages 1

**Assemblée Générale :** Compte rendu Pages 2

**Ce que je vie, je le raconte :** Pompe 780 G en boucle fermée et le FreeStyle 2 : Page 4 et 5

**Nos rendez vous des mois** de Mai & Juin : Page 6 et 7

**La vie de l'association des Alpes du Sud :** Les balades s'organisent & invitation à une visio conférence sur la NATUROPATHIE proposée par Edith Brousses Naturopathe Page 8



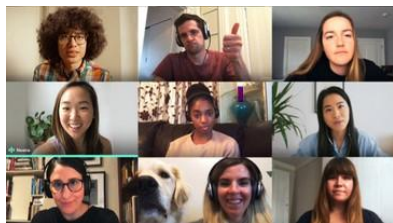
**Edito :** par Eric TAMAIN Président, Bénévole Patient Expert et Représentant des Usagers

*Pour ce deuxième anniversaire (déjà deux ans?), le "Diab'Infos" devient "**Diabétiquement Votre**", car nous souhaitons qu'il soit orienté sur le partage d'expérience entre patients. Chaque numéro aura une rubrique "Ce que je vie, je le raconte" pour informer et rassurer. Ce journal, en version papier, va retrouver sa place dès que possible dans les salles d'attente pour apporter de l'information de notre territoire.*

*Le 18 avril, nous avons réalisé cette année notre assemblée générale en visio, tous les participants ont passé une très belle après-midi. Vous trouverez dans ce numéro son compte rendu.*

*Les mois à venir vont apporter les retours des actions en présentiel. Nous comptons sur vous pour les faire vivre et tenter d'oublier la situation sanitaire.*

*Belle lecture de ce nouveau numéro.*



## Compte rendu de l'Assemblée Générale par visio sur zoom, du dimanche 18 mars 2021 à 14h30

Comme, prévu sur la convocation, la séance visio a été ouverte à 13h00 en accès libre, à 13h30, témoignage de Régis ENEL, patient participant à l'étude clinique du pancréas artificiel pour Medtronic, équipé de la pompe à boucle fermée 780G, puis de Sophie RAU pour l'étude du nouveau capteur Freestyle 2

**13 présents votants, pour 20 procurations distribuées, le quorum étant atteint l'AG est déclarée ouverte à 14h45.**

### Rapport moral par le Président Eric TAMAIN

Tout d'abord, je voudrais remercier pour leur investissement : les patients, bénévoles, médecins, médias, paramédicaux, élus, ARS, maison de santé, qui nous ont fait confiance, dont voici la liste : fondation Edith Selzer, Apport Santé du Champsaur, La Durance, le service de Diabétologie de l'hôpital de Manosque, la Provence, le Dauphiné, Alpes 1, radio d'ICI, Fréquence Mistral, le Verdun, la MJC et la résidence Domitis à Briançon, les Mairies de Sisteron et St Bonnet, sans que toutes nos actions de prévention et d'accompagnement n'existeraient pas.

Malgré une situation sanitaire contraignante, nous avons pu continuer nos actions grâce à l'outil numérique ; 41 personnes ont été accompagnées. Dès janvier, un démarrage des Élans solidaires en présentiel, sur Gap et Sisteron ont eu lieu. Suivi par un nouveau réalisé sur Briançon avec Régis. Le confinement de mars, nous a stoppé dans notre Elan c'est le cas de le dire mais, les patients n'ont pas été abandonnés. Notre Diab'infos a continué de paraître tous les deux mois, l'Agenda hebdomadaire s'est enrichi aussi d'une lettre d'infos. Grâce à l'échange d'informations avec la région PACA, l'AFD 06 nous a proposé des séances d'activité physique en visio ainsi que des ateliers partagés sur différentes thématiques liées directement ou indirectement au diabète. Les Élans Solidaires et Cafés Diabet s'organisent en visio, notre AFD étant la première des associations fédérées nationales à le proposer. Pour les personnes n'ayant pas internet, un courrier d'information sur la crise sanitaire a été envoyé avec le Diab'infos. Notre numéro de téléphone est devenu une ligne d'écoute ouverte 7 jours sur 7 de 7h00 à 22h00, tenue par nos deux patients experts Eric TAMAIN et Régis ENEL, afin de répondre aux inquiétudes des diabétiques sur les risques de la Covid et vis à vis du travail et de l'emploi. Parallèlement les réunions du bureau, du CA et bénévoles ont aussi été tenues en visio.

**Bilan mis au vote et voté à l'unanimité des voix des personnes présentes ou représentées**

### Rapport financier par le trésorier Frédéric Bœuf.

#### Dépenses :

- petit équipement :	857,56
- fournitures de bureau :	331,92
- frais postaux :	249,42
- assurance :	100,00
- radio Fréquence Mistral :	50,00
- déplacements :	1722,71
- frais zoom :	206,92
- autres cotisations :	60,00
- cadeaux :	16,00
- cotisations FFD :	598,50
<b>Total dépenses :</b>	<b>5018.03</b>

#### Entrées :

- cotisations :	1575,00
- dons :	771,00
- remboursement frais :	93,00
- FFD subvention :	6150,00
- sub dastris :	600,00
<b>Total entrées :</b>	<b>9189.00</b>
<b>Bénéfice 2020 :</b>	<b>4170.97</b>

Nous avons généré un bénéfice important, dû surtout à l'augmentation non prévue de la subvention « Élan solidaire », de la diminution des frais de déplacement pour cause de Covid, et contrairement à ce que l'on aurait pu craindre du maintien du nombre d'adhérents. Bien sûr, notre association n'a pas pour but de faire des bénéfices, mais je préfère cela, à vous annoncer un bilan catastrophique. Nous allons engager avec le bureau, le C.A. et ses nouveaux membres, des réflexions sur l'utilisation raisonnée de ce surplus de trésorerie. Avec cette même gestion prudente, qu'on fait nos prédécesseurs sur nos deux départements, nous avons une trésorerie de 13032.90 euros, comprenant un livret associatif pour une somme de 2922 euros.

### **Budget prévisionnel :**

- cotisations :	1500.00	- fournitures de bureau et ordinateur :	900.00
- dons :	750.00	- petit équipement :	800.00
- subvention Élan Solidaire :	5250.00	- frais intervenants :	1200.00
<b>Total recettes :</b>	<b>7500.00</b>	- timbres :	250.00
		- assurance :	110.00
		- repas offerts Elan solidaire :	660.00
		- projet de court métrage :	1200.00
		- frais déplacements :	1900.00
		- cotisation F.F.D. :	480.00
		<b>Total dépenses :</b>	<b>7500.00</b>

**Bilan financier et prévisionnel sont mis au vote, voté à l'unanimité des voix présentes et représentées.**

### **. Élection des nouveaux membres du conseil d'administration.**

Un seul membre du C.A. restant en place, un appel à candidature a été lancé, trois candidats ont donné leur proposition de foi. Les statuts permettant jusqu'à six membres, les trois candidatures sont retenues et mises au vote, résultat : Sophie Gaudin = 93% , Danielle Pik = 93% , Thierry Plantinet = 100% .

### **. Actions 2021.**

- reconduction des Élans Solidaires et accompagnements individuels (5 accompagnements)
- surveillance du service de diabétologie de l'hôpital de Manosque, contact avec le docteur Guillou, car crainte de la fermeture du service, lors du départ à la retraite de celui-ci.
- balades en projets à Manosque et Briançon
- projet d'activités physiques sur le Champsaur
- semaine de prévention du diabète reportée en septembre

**. Sans questions diverses, l'assemblée est clôturée à 16h30 par le Président .**

**Merci à toutes les personnes présente à cette assemblée générale extraordinaire par sa version numérique**

## Ce que je vie, je le raconte :

Régis, Bénévole patient Expert a testé pour vous,

# La pompe à insuline 780G de MEDTRONIC en boucle fermée.

Le 17 mars 2021 j'ai eu la chance d'intégrer le protocole d'essai (seulement 13 patients pour Marseille) de la pompe 780G en boucle fermée de chez MEDTRONIC, petite information importante à ce jour en France ce système n'est pas remboursé totalement par la sécurité sociale à ce jour seule la pompe est prise en charge.

Cela fait maintenant 2 semaines que j'ai ce nouveau matériel j'ai déjà un petit recul dessus pour vous en faire un petit retour sur cette nouvelle technologie :

Le 17 mars 2021 je me suis rendu dans le service de diabétologie de la TIMONE pour installation de la pompe 780G, la première semaine la pompe n'est pas mise en boucle fermée mais sur les mêmes fonctions que sa petite sœur la 640G avec arrêt avant HYPO (comme j'étais porteur de la 640G on a repris les même réglages) cela pour la simple raison de fournir assez de données à l'algorithme pour le passage en boucle fermée.

Le 24 mars 2021 de nouveau rendez-vous dans le service de diabéto pour le passage en boucle fermée, une petite mise au point pour les non initié la boucle fermée c'est le fait que la pompe gère la glycémie pour être le plus proche possible de l'objectif demander a la pompe (pour moi 120MG/L) tout en restant dans une plage définie (pour moi 0,70 mini, 1,80 maxi) par administration du basal et de micro bolus, il faut toutefois faire des calibrations (glycémie capillaire) toutes les 12h et rentrer les glucides ingérés lors des repas.

Pour moi ce système me convient parfaitement surtout que le changement de capteur est passé de 6 jours avec la 640G à 7 jours avec la 780G cela parais peut-être peu 1 jour de plus mais si on regarde mieux avec 7 jour cela veut dire que l'on change le capteur 1 fois par semaine et toujours le même jour (le dimanche par exemple) voici quelques des captures d'écran qui sont plus parlante que tous les mots que je pourrais vous dire.

Après deux jours

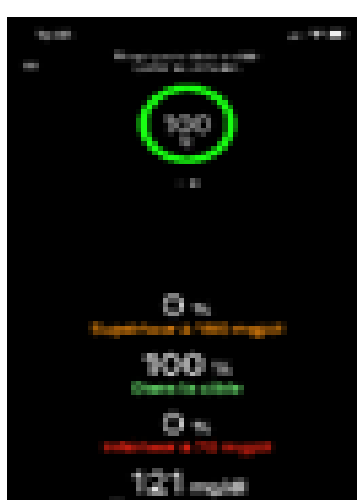
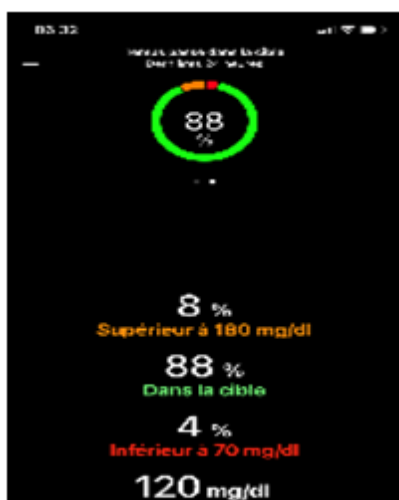
4ème jour

5ème jour

en boucle fermée  
(lundi 29 mars)

(vendredi 26 mars) :

(dimanche 28 mars) :



Voilà mon retour sur la pompe 780G qui me convient parfaitement, juste un dernier petit point il y a plusieurs pompes à insuline qui sont en train d'arriver sur le marché aucune n'est meilleur que l'autre il faut juste définir avec votre diabétologue ou endocrinologue laquelle et le plus adapter pour vous par rapport à vos besoins ou vos ressenties.

Rédacteur ENEL Régis BPE de l'AFD 04/05



\*\*\*\*\*

**Sophia, Bénévole Active, a testé pour vous,**

## FREESTYLE LIBRE 2 - TEST AVRIL 2021

Sophia RAU - Bénévole active AFD 04/05

### FREESTYLE LIBRE 2 Système flash d'autosurveillance du glucose.

Le Freestyle Libre 2 est composé d'un capteur et d'un lecteur ressemblant en tout point à celui du Freestyle libre que nous connaissons.

#### Les différences :

Le FREESTYLE LIBRE 2 permet d'obtenir des alertes en temps réel.

Le capteur communique toutes les 5 minutes la glycémie au lecteur. Si elle monte ou descend à un niveau qui est programmé en partenariat avec votre diabétologue, le système vous alerte.

Cela est très confortable et permet d'ajuster en temps réel les doses d'insuline.

Lorsque le lecteur se trouve trop éloigné et perd la connexion avec le capteur une alerte vous demande de scanner le capteur.

**Conclusion** : Après 2 semaines d'utilisation, je peux dire que j'ai bien apprécié les alertes lorsque la glycémie monte ou descend et ce même la nuit ce

qui est vraiment intéressant et apporte un soulagement.

Dans le même temps, sur les conseils de ma diabétologue, j'ai téléchargé l'application **LIBREVIEW** qui permet de partager mes résultats avec elle en temps réel. Cela lui a permis de me donner des conseils sur les doses d'insulines jour après jour.

\*\*\*\*\*



Près de chez vous, votre association locale organise des rencontres entre personnes concernées par le diabète pour ÉCHANGER, REPRENDRE CONFIANCE et AGIR.

## Votre rubrique, **les RENDEZ- VOUS**

### **Mai & Juin 2021**

### **“Elan Solidaire”, pour devenir acteur de votre diabète**

**Accompagnement thérapeutique du patient**

**Sur les Alpes de Haute Provence et Hautes Alpes, c'est Régis, Éric et Manon (en formation) qui animent les ateliers “Elan Solidaire”**

<b>MAI 2021</b>	Dates	Thèmes
<b>Saint Bonnet en Champsaur</b> avec Manon et Eric Salle de la mairie	<b>Lundi 17 mai 2021</b>	<i>Groupe 1 Diabète et activité physique</i>  <i>Groupe 2 Relation aidants aidés avec Emilie Psychologue</i>
<b>Groupe de Sisteron</b> en Visio	<b>Lundi 17 mai 2021</b>	<i>Relation aidants aidés avec Emilie Psychologue</i>
<b>Groupe de Manosque</b> La Petite Marmite Rue du TRIBUNAL	<b>Jeudi 27 mai 2021</b>	<i>Alimentation à Index glycémique contrôlé</i>

<b>JUIN 2021</b>	Dates	Thèmes
<b>Saint Bonnet en Champsaur</b> avec Manon et Eric Salle de la mairie	<b>Jeudi 28 juin 2021</b>	<i>Groupe 1 : Alimentation à Index glycémique contrôlé</i> <i>Groupe 2 : Alimentation et émotion avec Manon Diététicienne et Emilie Psychologue</i>

<p>Groupe de Sisteron en visio</p>	<p><b>Mercredi 23 juin</b></p> <p><b>Lundi 28 juin</b></p>	<p><i>Diabète et sexualité</i></p> <p><i>Alimentation et émotion avec Manon Diététicienne et Emilie Psychologue</i></p>
<p>Groupe de Manosque</p> <p>La Petite Marmite</p> <p>Rue du TRIBUNAL</p>	<p><b>Lundi 21 juin 2021</b></p>	<p><i>Naturopathie et médecines douces, des complémentarités, pour le traitement du diabète, avec Edith Naturopathe</i></p>

**Pour les "Elan Solidaire" de Briançon et Gap à ce jour nous sommes toujours dans l'attente d'un assouplissement des mesures sanitaires gouvernementales. Nous vous informerons des reprises par mails dès que possible.**

\*\*\*\*\*



**"CAFE DIABET"**

**uniquement pour en**

**parler.....et s'informer** (nos permanences de proximité)

**\* Les rencontres sont animées par des Patients bénévoles actifs et formés par la Fédération Française des Diabétiques**

**Dès que la situation sanitaire autorise l'ouverture des Cafés, Bars, Restaurants nous reprendrons le présentiel sur Gap, Briançon, Manosque et Sisteron.**

<p><b>Manosque</b></p>	<p>Mercredi 5 Mai 2021 en visio &amp; Mercredi 9 Juin 2021 en présentiel</p>	<p>Permanence tenue par Sophie* de 14h00 à 16h00</p>
------------------------	--	--

<p><b>Sisteron en présentiel</b></p>	<p>Mercredi 26 Mai &amp; Mercredi 23 juin</p>	<p>Permanence tenue par Danièle* et Nicole* ou Eric ,de 17h00 à 18h30</p>
--------------------------------------	---	---

**Les thématiques vous seront transmises par mail**

\*\*\*\*\*

**La vie de l'association des Alpes du Sud :**



**Les balades s'organisent sur Manosque et Briançon avec le déconfinement et les beaux jours, consultez le site ou téléphonez nous pour avoir les rendez-vous.**



## **Jeudi 20 mai 2021**

La naturopathie s'invite pour vous apporter de l'information et échanger avec une visioconférence interactive où vous pourrez poser toutes vos questions à Edith Brousses Naturopathe. (vous recevrez le lien quelques jours avant ou sur demande si vous n'êtes pas sur notre mailing).

\*\*\*\*\*

**Sachez que nous restons à votre écoute par mail, SMS, ou téléphone et cela tous les jours de l'année.**

**Une question???, n'hésitez surtout pas, nous sommes présents pour vous aider.**

**Association à but non lucratif, pas d'adhésion obligatoire mais soutient recommandé**

**Pour toutes informations complémentaires, ne pas hésiter, nous sommes à votre écoute au**

**07 78 26 85 72** ou à l'adresse mail; [afdalpesdusud0405@gmail.com](mailto:afdalpesdusud0405@gmail.com)

**12-14 Avenue Jean Jaurès chez "les Mutuelles du Soleil" 05 000 GAP**

**sur Facebook: [association française des diabétiques des alpes du sud](https://www.facebook.com/association-francaise-des-diabetiques-des-alpes-du-sud)**

**site internet : [afd04-05.federationdesdiabetiques.org](http://afd04-05.federationdesdiabetiques.org)**

**c'est nouveau, scanner et vous aurez tous nos événements en temps réel.**



*Edité par l'Association Française des diabétiques des Alpes du Sud 04/05 soins . Ne pas jeter sur la voie publique.*

*Rédaction: Sophie Rau, Eric Tamain - Imprimé par nos*

**A consulter et à partager....l'information et notre équilibre.**