Diavie
Pour mieux vivre avec le diabète

Club de Marche

Calendrier des rencontres Printemps 2025

MAI	ENDROIT	RESPONSABLE	TELEPHONE
Lundi 5 19h	Parc des Moulins 8191, avenue du Zoo	Jocelyn Jobin	581 888-1911
Lundi 12 19 h	Promenade Samue)l-de-Champlain / Stationnement Strom Spa (Vieux Québec	Suzanne Corriveau	418 934-8025
Lundi 19 19 h	Marché aux puces Jean Talon Lieu rencontre : stationnement	Jocelyn Jobin	581 888-1911
Lundi 26 19 h	Parc de l'Escarpement Lieu de rencontre : stationnement du Walmart au 1700, boul. Lebourgneuf	Réal Drolet	418 564-6746
JUIN	**ENDROIT**	**RESPONSABLE**	**TELEPHONE**
Lundi 2 19 h	Promenade Samuel-de-Champlain / Stationnement au Quai des Cageux	Jocelyn Jobin	581 888-1911
Lundi 9 19 h	Parc de la Plage-Jacques-Cartier/rassemblement à la Marina de Cap-Rouge au bas de la côte de Cap-Rouge	Suzanne Corriveau	418 934-8025
Lundi 16 19 h	Promenade Samuel-de-Champlain / Stationnement au Parc Notre-Dame de la Garde (Les chevaux en métal)	Jocelyn Jobin	581 888-1911
Lundi 23 19 h	Pointe aux Lièvres/Rassemblement derrière Pizza Royal, coins Hamel et Marie de l'Incarnation	Réal Drolet	418 564-6746
Lundi 30 19h	Parc linéaire Chauveau 3705, avenue Chauveau (du côté du terrain de soccer)	Jocelyn Jobin	581 888-1911

JUILLET	ENDROIT	RESPONSABLE	TELEPHONE
Lundi 7 19 h	Base de plein air Ste-Foy 3180, rue Laberge	Jocelyn Jobin	581 888-1911
Lundi 14 19 h	Parc de la Plage-Jacques-Cartier /rassemblement à la Marina de Cap-Rouge au bas de la côte de Cap-Rouge	Suzanne Corriveau	418 934-8025
Lundi 21	Vacances		
Lundi 28	Vacances		

Le Club de marche est réservé aux membres de Diavie

Pour participer, le membre doit avoir transmis le document « Recommandations au participant » **dûment signé** à Diavie :

- par courrier : 180-979, de Bourgogne
  Québec (Québec) G1W 2L4
- par courriel : info@diavie.org

Le participant diabétique a la responsabilité d'apporter à chaque randonnée :

- ☐ Glucomètre et fournitures (lancettes, bandelettes, auto-piqueur, etc.) ;
- ☐ Papier mouchoir (*Kleenex*) ;
- ☐ Contenant pour jeter ses fournitures souillées ;
- ☐ Eau (Bouteille, gourde) ;
- ☐ *Dex-4* ou autre sucre à action rapide POUR AU MOINS 2 CORRECTIONS de glycémies ;
- ☐ Collation (Fromage, noix, barre tendre, etc.).