

<p>Enseignement sur le diabète</p>	<p>Deux services sont proposés :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Consultations individuelles sur le diabète avec notre infirmière - Enseignement de groupe sur le diabète de type 2 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ GRATUIT pour les membres ▶ Horaire de jour et de soir ▶ Informez-vous des dates disponibles !
<p>Programme d'intervention en nutrition</p>	<ul style="list-style-type: none"> Visites en épicerie animées par la nutritionniste Dîner « Je calcule mes glucides au restaurant » avec la nutritionniste Consultations individuelles avec notre nutritionniste Cours de groupe présentiel ou virtuel (5 cours) Ateliers de cuisine avec un chef 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ GRATUIT ▶ GRATUIT (frais de repas seulement) ▶ 1 rencontre de 60 minutes : 25 \$ ▶ 2 rencontres de 60 minutes : 40 \$ ▶ 3 rencontres de 60 minutes : 60 \$ ▶ Note : En clinique privée, une consultation individuelle en nutrition de 60 minutes varie entre 80 \$ et 125 \$ ▶ 100 \$ pour 5 cours de 60 minutes ▶ 30 \$ pour une activité d'une durée de 2h
<p>Programme en activité physique</p>	<ul style="list-style-type: none"> Programme personnalisé en activité physique Cours de yoga (avec un professeur certifié) Diaction (cardio en plein-air en groupe) Club de marche extérieur (tous les lundis soir) 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ 135 \$ pour le programme de 4 rencontres ▶ 70 \$ pour 8 cours de 75 minutes ▶ 50 \$ pour une session de 8 semaines ▶ GRATUIT
<p>Autres services</p>	<ul style="list-style-type: none"> Conférences/ateliers présentés par des professionnels de la santé spécialisés en diabète Bulletin d'information Le Tournesol et le bulletin électronique Le Tournesol Express Activités familiales et Fête de Noël pour les enfants diabétiques et leurs proches Programme de remboursement de soin podologique Vente de livres de recettes Planche à découper 9,75 po x 12,75 po en plastique souple présentant l'assiette équilibré 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ GRATUIT ▶ GRATUIT ▶ GRATUIT ▶ REMBOURSEMENT DE 30 \$ annuellement sur présentation d'une facture de soin podologique pour les membres ayant participé à au moins un service ou une activité de Diavie ▶ RABAIS pour les membres à l'achat de livres de recettes ▶ 12,50 \$ (taxes incluses) ▶ Le document <i>Calcul simple des glucides et des infos santé</i> est inclus à l'achat de la planche à découper.

