



Fédération Française
des Diabétiques

SEMAINE NATIONALE
DE PRÉVENTION

PIERRE

01

DIABÈTE

00

Il n'y a pas
de petites victoires
contre le diabète.

Pierre ne le sait pas forcément mais en choisissant les escaliers plutôt que l'escalator, il vient de marquer 1 point contre le diabète. En effet, une activité physique régulière entraîne de nombreux bénéfices pour la santé, dont celui de diminuer le risque de développer un diabète de type 2. Pour les adultes, il est recommandé de faire au moins 30 minutes d'activité physique par jour.

Pour plus d'informations
sur l'activité physique,
rendez-vous sur mangerbouger.fr



Pour en savoir plus,
flashez ce QR Code ou rendez-vous sur
contrelediabete.federationdesdiabetiques.org



MINISTÈRE
DE LA SANTÉ
ET DE LA PRÉVENTION

Liberté
Égalité
Fraternité



l'Assurance
Maladie