

Programme DIAfit du lundi 9 avril au 2 juillet 2018

N.	Jour	date	Bilan moniteur 16h00-17h30	Enseignement 14h30-15h30	Aquagym 16h00-17h00	Activité physique 16h30-17h30	Lieu	
1	lundi	9 avril 2018	Accueil groupe		Bilan moniteur d'entrée		Pavillon Louis XVI	
2	mercredi	11 avril 2018		Précautions en AP / diabète	Aquagym		Pavillon Louis XVI	Piscine (niveau S)
3	vendredi	13 avril 2018				Gym en salle		Salle de réentraînement (niveau S)
4	lundi	16 avril 2018				Nordic walking		Entrée principale de Beau-séjour
5	mercredi	18 avril 2018		Manger plus pour bouger plus	Aquagym		Pavillon Louis XVI	Piscine (niveau S)
6	vendredi	20 avril 2018				Gym en salle		Salle de réentraînement (niveau S)
7	lundi	23 avril 2018				Nordic walking		Entrée principale de Beau-séjour
8	mercredi	25 avril 2018		Bénéfices de l'AP	Aquagym		Pavillon Louis XVI	Piscine (niveau S)
9	vendredi	27 avril 2018				Gym en salle		Salle de réentraînement (niveau S)
10	lundi	30 avril 2018				Nordic walking		Entrée principale de Beau-séjour
11	mercredi	2 mai 2018		Liens entre le poids et les glycémies	Aquagym		Pavillon Louis XVI	Piscine (niveau S)
12	vendredi	4 mai 2018				Gym en salle		Salle de réentraînement (niveau S)
13	lundi	7 mai 2018				Nordic walking		Entrée principale de Beau-séjour
14	mercredi	9 mai 2018		Santé cardio vasculaire	Aquagym		Pavillon Louis XVI	Piscine (niveau S)
15	vendredi	11 mai 2018				Gym en salle		Salle de réentraînement (niveau S)
16	lundi	14 mai 2018				Nordic walking		Entrée principale de Beau-séjour
17	mercredi	16 mai 2018		Je construis mon bilan et projet1	Aquagym		Pavillon Louis XVI	Piscine (niveau S)
18	vendredi	18 mai 2018				Gym en salle		Salle de réentraînement (niveau S)
19	mercredi	23 mai 2018		Compensation de l'AP	Aquagym		Pavillon Louis XVI	Piscine (niveau S)
20	vendredi	25 mai 2018				Gym en salle		Salle de réentraînement (niveau S)
21	lundi	28 mai 2018				Nordic walking		Entrée principale de Beau-séjour
22	mercredi	30 mai 2018		Je construis mon projet d'AP 2	Aquagym		Pavillon Louis XVI	Piscine (niveau S)
23	vendredi	1 juin 2018				Gym en salle		Salle de réentraînement (niveau S)
24	lundi	4 juin 2018				Nordic walking		Entrée principale de Beau-séjour
25	mercredi	6 juin 2018		Tabac en environnement	Aquagym		Pavillon Louis XVI	Piscine (niveau S)
26	vendredi	8 juin 2018				Gym en salle		Salle de réentraînement (niveau S)
27	lundi	11 juin 2018				Nordic walking		Entrée principale de Beau-séjour
28	mercredi	13 juin 2018		Le diabète un micro du stress	Aquagym		Pavillon Louis XVI	Piscine (niveau S)
29	vendredi	15 juin 2018				Gym en salle		Salle de réentraînement (niveau S)
30	lundi	18 juin 2018				Nordic walking		Entrée principale de Beau-séjour
31	mercredi	20 juin 2018		J'évalue mon projet d'AP	Aquagym		Pavillon Louis XVI	Piscine (niveau S)
32	vendredi	22 juin 2018				Gym en salle		Salle de réentraînement (niveau S)
33	lundi	25 juin 2018				Nordic walking		Entrée principale de Beau-séjour
34	mercredi	27 juin 2018		Un groupe de maintien AGD	Aquagym		Pavillon Louis XVI	Piscine (niveau S)
35	vendredi	29 juin 2018				Gym en salle		Salle de réentraînement (niveau S)
36	lundi	2 juillet 2018		Bilan moniteur de sortie			Pavillon Louis XVI	

Les patients doivent venir 15 minutes avant l'heure fixée sur ce programme pour briefing et glycémies. Le départ s'effectuera 15 minutes après chaque séance d'activité. Pour chaque session, vous pourrez accéder aux vestiaires et douches du gymnase. Pensez à prendre un cadenas pour fermer votre casier.

Les activités physiques d'extérieur seront effectuées quelles que soient les conditions. Meci de prévoir un équipement adapté.

En cas d'absence programmée, nous vous remercions d'avertir si possible 24h à l'avance:

Madame Karin ZELLWEGER: 022.372.72.14 ou Dr Frédéric SITTARAME: 079.553.36.14

Toute absence non justifiée donnera lieu à une facturation forfaitaire

Service de Cardiologie, Service d'enseignement thérapeutique, Service de Diabétologie Endocrinologie. HUG 2018