

## **Slow Diabète : un programme pour mieux vivre son diabète**

Du **9 au 30 mars 2026**, la Fédération Française des Diabétiques lance ***Slow Diabète : Mieux dans ma tête, mieux dans mon corps***, un programme gratuit et 100 % en ligne dédié à la santé mentale des personnes vivant avec un diabète.

Pendant 21 jours, les participants reçoivent des contenus quotidiens (conseils de professionnels, témoignages, outils concrets) pour mieux comprendre la charge mentale liée au diabète et avancer vers un équilibre plus serein.

Le programme est ouvert à toutes les personnes concernées par un diabète, ainsi qu'à leurs proches.

 [\*\*En savoir plus et s'inscrire\*\*](#)

[View PDF](#)