

Bassin  
**Nord Est**

Bassin  
**Nord**

Bassin  
**Centre Ouest**

Bassin  
**Sud Est**

Bassin  
**Sud**

# L'Info Prévention Santé des bassins d'aide et de soins

---

## Diabète de type 2



---

Novembre 2025

---

# Calendrier annuel des thématiques

## Un mois, une thématique à jour !

Chaque mois, les contenus liés à la thématique en cours sont actualisés.  
Nous rassemblons pour vous les services et ressources utiles, dans et hors du bassin.

Les autres thématiques seront mises à jour au fil des mois, selon le calendrier ci-dessous :

|                                                   |                                  |
|---------------------------------------------------|----------------------------------|
| <b>Janvier</b><br>Cancer du col de l'utérus       | <b>Juillet</b><br>Hydratation    |
| <b>Février</b><br>Dépendance à l'alcool           | <b>Août</b><br>Cancer de la peau |
| <b>Mars</b><br>Cancer colorectal                  | <b>Septembre</b><br>Vaccination  |
| <b>Avril</b><br>Tuberculose                       | <b>Octobre</b><br>Cancer du sein |
| <b>Mai</b><br>Tabac                               | <b>Novembre</b><br>Diabète       |
| <b>Juin</b><br>Assuétudes (réduction des risques) | <b>Décembre</b><br>HIV & IST     |

*Vous avez du contenu à nous proposer ?  
Des ressources en lien avec la thématique qui ne se retrouvent pas dans ce document ?*  
[Contactez-nous.](#)

# Table des matières

|                                                                                      |           |
|--------------------------------------------------------------------------------------|-----------|
| <b>Bon à savoir</b>                                                                  | <b>4</b>  |
| <b>Points d'attention pour les professionnel·les</b>                                 | <b>5</b>  |
| <b>La prévention du diabète implique un changement de comportement individuel...</b> | <b>5</b>  |
| <b>Un dépistage régulier...</b>                                                      | <b>5</b>  |
| <b>Prise en charge et remboursement...</b>                                           | <b>5</b>  |
| <b>Une approche plus globale et équitable...</b>                                     | <b>6</b>  |
| <b>Agir sur les déterminants sociaux de la santé comme levier...</b>                 | <b>6</b>  |
| <b>La prévention c'est aussi...</b>                                                  | <b>6</b>  |
| <b>Références</b>                                                                    | <b>7</b>  |
| <b>En savoir plus</b>                                                                | <b>8</b>  |
| <b>À lire</b>                                                                        | <b>8</b>  |
| <b>À regarder</b>                                                                    | <b>10</b> |
| <b>Pour sensibiliser</b>                                                             | <b>10</b> |
| <b>Pour accompagner</b>                                                              | <b>13</b> |
| <b>Pour participer</b>                                                               | <b>15</b> |
| <b>Pour accompagner</b>                                                              | <b>16</b> |
| <b>Dans le Bassin Centre-Ouest</b>                                                   | <b>16</b> |
| <b>Dans le Bassin Nord</b>                                                           | <b>19</b> |
| <b>Dans le Bassin Nord-Est</b>                                                       | <b>19</b> |
| <b>Dans le Bassin Sud</b>                                                            | <b>20</b> |
| <b>Dans le Bassin Sud-Est</b>                                                        | <b>21</b> |



## À lire

Une rubrique pour regrouper ce qui existe comme articles (scientifiques ou non), rapports, livres sur le sujet.



## Pour sensibiliser

Une rubrique pour regrouper ce qui existe comme supports didactiques ou éducatifs : flyers, infographies, jeux sur le sujet.



## Pour participer

Une rubrique pour regrouper ce qui existe comme événements, journées thématiques, conférences, webinaires sur le sujet.



## À regarder

Une rubrique pour regrouper ce qui existe comme contenus visionnables sur le sujet : films, docus, clips vidéo.



## À écouter

Une rubrique pour regrouper ce qui existe comme contenus audios sur le sujet : podcasts, chroniques radio, livres audio, documentaires audio.



## Pour accompagner

Une rubrique pour regrouper ce qui existe comme lieux, groupes de parole, services susceptibles d'accompagner vos bénéficiaires à propos de la thématique.

## Bon à savoir

Le diabète est une maladie chronique non guérissable mais contrôlable représentant un enjeu majeur de santé publique au niveau mondial <sup>[1]</sup>.

En 2022, 7,1% de la population belge avait reçu un diagnostic de diabète et le diabète de type 2 en est la forme la plus fréquente (90%), soit plus de 600 000 personnes <sup>[2]</sup>.

Le diabète de type 2 est une maladie caractérisée par une résistance à l'insuline et une baisse progressive de sa production par le pancréas. Il peut entraîner des complications cardiovasculaires, rénales et oculaires affectant la qualité et l'espérance de vie des personnes concernées.

Son développement est influencé par des facteurs comportementaux (alimentation déséquilibrée, sédentarité, surcharge pondérale), biologiques et génétiques ainsi que des facteurs sociaux et environnementaux incluant le revenu, le niveau d'éducation, les conditions de vie et le soutien social <sup>[1]</sup> <sup>[2]</sup>. Les populations les plus vulnérables comme les personnes en situation de précarité, isolées, migrantes ou de faible littératie en santé sont davantage exposées au risque de développer un diabète ou à ses complications <sup>[3]</sup>.

# Points d'attention pour les professionnel·les

## La prévention du diabète implique un changement de comportement individuel...

Un des leviers favorisant la prévention du diabète de type 2 repose sur la promotion de comportements favorables à la santé ; une alimentation équilibrée et variée, associée à une activité physique régulière. Par ailleurs, l'arrêt du tabac est fortement recommandé car le tabagisme combiné au diabète augmente significativement le risque cardiovasculaire.

## Un dépistage régulier...

Un dépistage régulier permet d'identifier les personnes à risque et d'intervenir précocement. Le dépistage s'adresse à :

- Toute personne âgée de 45 ans et plus, même sans symptôme.
- Personnes plus jeunes présentant un ou plusieurs facteurs de risque : surpoids/obésité, antécédents familiaux de diabète, hypertension, dyslipidémie, antécédent de diabète gestationnel, conditions de vie précaires ou sédentarité.
- Personnes avec prédiabète (glycémie à jeun : 100-125 mg/dL ou HbA1c 5,7-6,4 %) doivent être suivies de près.

## Fréquence recommandée

- Si le premier dépistage est normal et en l'absence de facteur de risque : tous les 3 ans.
- En présence de facteurs de risque ou pour ceux avec prédiabète : annuel.
- Pour les personnes > 50 ans, envisager un dépistage annuel comme pratique prudente.
- Pour les femmes ayant eu un diabète gestationnel ou un accouchement d'un bébé de plus de 4 kg, un dépistage annuel.

## Prise en charge et remboursement...

Au-delà de la prévention, la qualité du suivi et l'accès aux dispositifs de prise en charge sont essentiels pour maîtriser la maladie et prévenir ses complications. Ces dispositifs, ainsi que leurs modalités de mise en œuvre et de collaboration interprofessionnelle, sont présentés de manière détaillée dans le focus système de prise en charge du diabète de type 2, consultable via ce lien [brusano.brussels/pdf/focus-systemes-de-prise-en-charge-du-diabete-de-type-2/](https://brusano.brussels/pdf/focus-systemes-de-prise-en-charge-du-diabete-de-type-2/).

Le **trajet de démarrage** est un accompagnement structuré et précoce destiné aux personnes récemment diagnostiquées d'un diabète de type 2. Il vise à soutenir la compréhension de la maladie, à encourager l'adoption d'habitudes de vie saines et à coordonner les premiers suivis interprofessionnels (médecin - diabétologue - infirmier·e - podologue, etc.), afin de renforcer l'autonomie du·de la patient·e dès le début du parcours de soins <sup>[4]</sup>.

Le **trajet de soins diabète** s'adresse aux personnes traitées à l'insuline ou sur le point de l'être, via un contrat tripartite entre le·la patient·e, le·la médecin généraliste et le·la diabétologue. Il garantit un suivi coordonné, le remboursement des consultations diététiques et médicales et la prise en charge du matériel d'auto-surveillance glycémique, dans le but de favoriser l'équilibre de la maladie et l'autonomie du·de la patient·e <sup>[4]</sup>.

La **convention d'autogestion du diabète** concerne les personnes sous insuline qui ne remplissent pas les critères du trajet de soins. Elle offre un accompagnement éducatif pluridisciplinaire (infirmier·ère, diététicien·ne, éducateur·rice en diabétologie) entièrement pris en charge par l'assurance obligatoire pour renforcer les compétences du·de la patient·e, améliorer le contrôle glycémique et prévenir les complications <sup>[4]</sup>.

# Points d'attention pour les professionnel·les

## Une approche plus globale et équitable...

Manger mieux, bouger plus et se faire dépister sont des leviers essentiels, mais la prévention du diabète ne peut se limiter à la modification de comportements individuels. Elle doit s'inscrire dans une approche intégrée et équitable de la santé, fondée sur la collaboration entre les acteurs médicaux et sociaux, afin d'assurer un suivi cohérent et adapté aux réalités de vie. À Bruxelles, où les inégalités sociales et territoriales restent marquées <sup>[4]</sup>, agir sur le diabète, c'est aussi agir sur les conditions de vie : logement, emploi, alimentation, accès à l'information et soutien social. Les professionnel·les sociaux et de la santé jouent un rôle clé dans cette dynamique, en accompagnant, orientant et renforçant le pouvoir d'agir des personnes.

## Agir sur les déterminants sociaux de la santé comme levier...

### 1. Précarité alimentaire et littératie en santé

L'insécurité alimentaire est aussi présente à Bruxelles, liée au coût de la vie et à la difficulté d'accès à des produits sains et abordables <sup>[5][6][7]</sup>. Agir sur la précarité alimentaire constitue un levier essentiel pour prévenir le diabète et réduire les inégalités de santé.

Les ateliers de cuisine participatifs et épiceries sociales ne se limitent pas à la distribution ou à la préparation d'aliments : ils renforcent la littératie en santé, offrent des repères concrets pour manger sainement avec un budget limité et favorisent le lien social et la confiance en soi.

### 2. Prévenir l'isolement social et la précarisation liée à la maladie

Le diabète peut fragiliser la situation sociale et économique des personnes, en raison de la fatigue, du coût des soins ou des absences professionnelles. Les professionnel·les sont invité·es à rester attentif·ves aux signes de rupture sociale, afin de repérer précocement les situations à risque et orienter vers les dispositifs de soutien (groupes de discussion, associations locales, maisons médicales, etc.).

### 3. Valoriser les actions du champ social dans la prévention du diabète

Les actions du champ social, qu'il s'agisse d'alphabétisation, d'aide alimentaire, d'accompagnement collectif ou individuel (ouverture des droits, médiation de dettes, etc.) constituent des leviers concrets de réduction des inégalités sociales, de promotion d'environnement de vie favorable à la santé. Elles participent donc à la prévention du diabète. Les professionnel·les jouent un rôle clé pour relayer ces initiatives, intégrer la dimension sociale dans la prévention et favoriser la collaboration intersectorielle, gage d'une approche réellement globale.

## La prévention c'est aussi...

La prévention du diabète inclut la protection contre les infections. Les personnes diabétiques sont plus vulnérables aux formes graves de grippe et de COVID-19, la vaccination annuelle constitue donc une mesure essentielle de prévention <sup>[8][9]</sup>.

## Références

1. Organisation mondiale de la Santé. (2023). Diabetes – Fiche d'information.  
[www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/diabetes](http://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/diabetes)
2. Vers une Belgique en bonne santé. (2024). Diabète – Maladies non transmissibles.  
Consulté sur : [www.belgiqueenbonnesante.be/fr/etat-de-sante/maladies-non-transmissibles/diabete](http://www.belgiqueenbonnesante.be/fr/etat-de-sante/maladies-non-transmissibles/diabete)
3. Vivalis – Observatoire de la Santé et du Social de Bruxelles-Capitale. (2024). Baromètre social et de la santé 2023.  
[www.vivalis.brussels/sites/default/files/2024-03/Barometre-2023-FR.pdf](http://www.vivalis.brussels/sites/default/files/2024-03/Barometre-2023-FR.pdf)
4. Brusano. (2024). Focus prévention : Système de prise en charge du diabète de type 2  
[www.brusano.brussels/layout/uploads/2024/04/Focus03F\\_Diabete\\_web.pdf](http://www.brusano.brussels/layout/uploads/2024/04/Focus03F_Diabete_web.pdf)
5. Sciensano. Déterminants des choix alimentaires : Sécurité alimentaire, Enquête de Consommation alimentaire 2022-2023, juin 2024, Bruxelles, Belgique.  
[Sécurité alimentaire | sciensano.be](http://Sécurité%20alimentaire%20|%20sciensano.be)
6. N Berger, T Lebacqz, S Vandevijvere, K De Ridder, E Le Dieu, E Van Campenhout, M S Vasquez, S Bel, I Moyersoen, Food insecurity and fruit and vegetable consumption in Belgium, European Journal of Public Health, Volume 34, Issue Supplement\_3, November 2024, ckae144.1554,  
[www.doi.org/10.1093/eurpub/ckae144.1554](http://www.doi.org/10.1093/eurpub/ckae144.1554)
7. Brusano. L'insécurité alimentaire en lien avec le social santé. Juillet 2025.  
[www.brusano.brussels/pdf/insecurite-alimentaire/](http://www.brusano.brussels/pdf/insecurite-alimentaire/)
8. Vivalis. (2024). COVID-19 : Informations et vaccination à Bruxelles.  
[www.vivalis.brussels/fr/covid-19#heading-5](http://www.vivalis.brussels/fr/covid-19#heading-5)
9. Conseil Supérieur de la Santé. Vaccination contre la grippe saisonnière - Saison hivernale 2025 - 2026. Bruxelles: CSS; 2025. Avis n° 9879.  
[Vaccination contre la grippe saisonnière : Saison hivernale 2025-2026 - Conseil Supérieur de la Santé](http://Vaccination%20contre%20la%20grippe%20saisonni%C3%A8re%20:%20Saison%20hivernale%202025-2026%20-%20Conseil%20Sup%C3%A9rieur%20de%20la%20Sant%C3%A9)

## En savoir plus



### À lire

FR

#### Site web

##### **Réseau santé Diabète-Bruxelles Asbl (RSD-B)**

Dédié à l'accompagnement et au soutien des personnes diabétiques, agit pour réduire les inégalités sociales et territoriales de santé en facilitant l'accès aux soins et aux droits des publics fragilisés, tout en renforçant l'autonomie et les capacités des personnes diabétiques à devenir actrices de leur santé.

Le RSD-B propose des conseils, différents outils (photolangage, vidéos, etc.) et des actions de prévention, d'éducation autour de l'alimentation, de l'activité physique et du bien-être, afin d'améliorer la qualité de vie et de prévenir l'apparition du diabète.



#### **Pour plus d'informations**

+32 475 44 67 92

[www.reseausantediabete.be](http://www.reseausantediabete.be)

FR

#### Site web

##### **Association du diabète**

Plateforme d'information et de prévention du diabète.

Cette plateforme propose des brochures, articles, outils éducatifs, vidéos, des publications gratuites. Toutefois, l'accès à l'ensemble des publications, outils et services proposés par l'association est réservé aux membres via un abonnement annuel payant.



#### **Pour plus d'informations**

+32 (0)2 374 31 95

[Bienvenue sur le site de l'Association belge du Diabète](#)

FR

#### Article

##### **Diabète et Ramadan : précautions et conseils**

Informations sur les risques principaux pour les personnes diabétiques pendant le jeûne et conseils pour s'y préparer.



#### **Pour plus d'informations**

[Diabète et Ramadan : Précautions et Conseils - Maison Médicale Watermael/Boistfort - Auderghem](#)

## En savoir plus



### À lire

NL / FR / ENG / AR / Turc

#### Brochure d'information

##### **Le diabète gestationnel, et après ?**

Information sur le diabète gestationnel et ses facteurs, ainsi qu'une fenêtre sur l'avenir. Informations sur les différents types de diabète et des conseils pour la prévention.

A destination de tout public.

Fait par Diabetesliga.



**Pour plus d'informations**

Brochure Sweet Pregnant | Ligue du diabète

FR / NL

#### Brochure d'information

##### **Système de prise en charge du diabète de type 2**

Informations sur les aides et remboursements prévus dans le cadre des programmes spécifiques de l'assurance maladie (obligatoire).

A destination de tous-tes les professionnel.les.

Fait par Brusano.



**Pour plus d'informations**

Focus03F\_Diabete\_web.pdf

FR / NL

#### Brochure d'information

##### **Accessibilité financière aux soins de santé**

Informations sur les dispositifs favorisant l'accessibilité financière aux soins pour les personnes inscrites au registre national belge ou avec une situation particulière.

A destination de tous-tes les professionnel.les.

Fait par Brusano.



**Pour plus d'informations**

Focus05F\_AFSS.pdf

## En savoir plus



### À regarder

FR

Vidéo

#### Alcool et diabète

L'alcool est-il autorisé lorsque l'on est diabétique ? Comment le consommer raisonnablement ? Quels sont ses effets sur l'organisme et en particulier la glycémie ? Un conseil diététique proposé par l'Association du diabète.

A destination de tout public.

Fait par Association du diabète.



Pour plus d'informations

Alcool et diabète



### Pour sensibiliser

FR

Jeu de table

#### Diab-A-Table

Ce jeu de table aborde quatre grands thèmes : généralités, collations, situations particulières, activités physiques dans le but de conférer aux personnes diabétiques les règles essentielles en hygiène alimentaire et leur permettre d'acquérir les connaissances nécessaires afin de devenir des acteur·rices de leurs conditions de vie.

A destination des adultes, parents, professionnels et seniors.

Par Michel Bielen.

En location gratuite sur le site de Culture et santé.



Pour plus d'informations

02 558 88 11

[cdoc@cultures-sante.be](mailto:cdoc@cultures-sante.be)

[www.cultures-sante.be/outils-ressources/diab-a-table/](http://www.cultures-sante.be/outils-ressources/diab-a-table/)

## En savoir plus



### Pour sensibiliser

FR

#### Jeu de table

##### **La course poursuite du diabète et de l'insuffisance cardiaque**

Outil d'évaluation des connaissances et des acquis qui aborde différentes thématiques : généralités sur le diabète, alimentation, hypoglycémie, auto-surveillance, insulinothérapie, activités physiques, médicaments, etc.

A destination des personnes diabétiques et/ou insuffisantes cardiaques et leur entourage.

Par l'A.f.o.r.c.e.s

En location gratuite chez Culture et santé.



#### **Pour plus d'informations**

02 558 88 11

[cdoc@cultures-sante.be](mailto:cdoc@cultures-sante.be)

[www.cultures-sante.be/outils-ressources/la-course-poursuite-du-diabete/](http://www.cultures-sante.be/outils-ressources/la-course-poursuite-du-diabete/)

FR

#### Matériel de sensibilisation

##### **L'alimentation c'est aussi...**

Kit permettant d'appréhender l'alimentation dans une approche globale, sous ses multiples dimensions et illustrant une multitude de facteurs qui l'influencent tels que le budget, l'offre alimentaire disponible, le plaisir lié à l'alimentation, les habitudes et rythme de vie, les traditions.

A destination des professionnels.

Par Culture et santé.

Disponible gratuitement au centre de documentation et en téléchargement pdf.



#### **Pour plus d'informations**

02 558 88 11

[cdoc@cultures-sante.be](mailto:cdoc@cultures-sante.be)

[L'alimentation c'est aussi... | Cultures & Santé](#)

## En savoir plus



### Pour sensibiliser

FR

#### Plateforme d'informations **Manger bouger**

La plateforme Manger Bouger met à disposition des informations sur l'alimentation et l'activité physique. Informations santé, outils et conseils, articles de réflexion.

A destination des professionnel·les et tout public.

Elaboré par Question Santé Asbl et ses partenaires.



**Pour plus d'informations**

[Manger Bouger - Manger Bouger](#)

NL

#### Plateforme d'outils et de projets en promotion de la santé **Gezondheidsmakers**

Plateforme collaborative qui rassemble des initiatives, outils et programmes autour de thématiques telles que l'alimentation saine, l'activité physique, la santé mentale, la littératie en santé et la cohésion sociale. Cette plateforme vise à renforcer la promotion de la santé et la prévention des maladies chroniques, dont le diabète.

A destination de tout·e professionnel·le.

Elaboré par gezondheidsmakers.



**Pour plus d'informations**

[Offre | Décideurs de la santé](#)

[Nutrition et exercice physique | Healthy à Bruxelles](#)

## En savoir plus



### Pour accompagner

FR / NL

#### Par téléphone et/ou en ligne **Concertation aide alimentaire**

Ce répertoire de l'aide alimentaire rassemble les organisations actives dans l'aide alimentaire telles que les frigos solidaires, les épiceries sociales, restaurants sociaux, centre de distribution de colis, plateformes d'approvisionnement, etc. L'objectif est de renforcer l'accès au droit à l'alimentation des personnes qui vivent en situation de précarité.

Adressé à tout public (mais avec un accès différent selon les organisations et la situation de la personne demandeuse).

Par la fédération des services sociaux.



**Pour plus d'informations**

02 223 37 74

[info@fdss.be](mailto:info@fdss.be)

Répertoire de l'aide alimentaire - Bruxelles et Wallonie | FDSS

NL

#### Par téléphone et/ou en ligne **Ligne d'information de Diabetesliga**

Possibilité de poser toutes questions sur le diabète par téléphone au 0800 96 333 ou par courriel à [infolijn@diabetes.be](mailto:infolijn@diabetes.be).

Disponible tous les jours ouvrables sauf les mardis matin de 9h à 16h

A destination de tout public.

Par Diabetesliga.



**Pour plus d'informations**

[www.diabetes.be/nl/#top](http://www.diabetes.be/nl/#top)

## En savoir plus



### Pour accompagner

FR

**Par téléphone et/ou en ligne**

**Ligne d'information de l'Association du Diabète**

Possibilité de poser toutes questions sur le diabète par téléphone 02 374 31 95 ou par courriel [info@diabete.be](mailto:info@diabete.be)

Réservé aux professionnel·les et patient·es membres de l'association du diabète.  
Par l'Association du Diabète.



**Pour plus d'informations**

[Se connecter sur le site de l'Association du Diabète](#)

FR / NL

**Questionnaire**

**Tester votre risque - Findrisc**

Ce questionnaire utilisé en complément du test de glycémie capillaire sert à évaluer le risque de développer un diabète de type 2.

Adressé à tout public, surtout les adultes de plus de 45 ans.



**Pour faire le test et plus d'informations**

FR : [Questionnaire d'évaluation du risque de diabète](#)

NL : [Test jouw risico op diabetes type 2](#)

FR

**Outil d'éducation thérapeutique du·de la patient·e**

**Conversation Maps et Starter**

Ces supports interactifs d'éducation thérapeutique sont développés pour accompagner les personnes vivant avec un diabète et favorisent une participation active du·de la patient·e à son apprentissage et à la gestion de sa maladie.

A destination des professionnel·les.  
Elaboré par CHRU de Strasbourg.



**Pour plus d'informations**

[Conversation Maps et Starter - Unité Transversale d'Éducation du Patient \(UTEP\)](#)

## En savoir plus



### Pour participer

FR

**En présentiel**

#### **Journée mondiale du Diabète**

Conférence organisée par le Dr Simon Benoliel.

Le vendredi 14/10/2025, au site César de Paepe du CHU Saint-Pierre.

A la rue des Alexiens 13, 1000 Bruxelles.



**Pour plus d'informations**

0475 44 67 92

[www.reseausantediabete.be](http://www.reseausantediabete.be)

FR / NL

**En présentiel**

#### **Parlons diabète !**

Matinée d'information et d'échange autour du diabète, en lien avec d'autres thématiques.

Avancées technologiques : les innovations qui révolutionnent la prise en charge.

Activités physiques : conseils pratique pour bouger en toute sécurité.

Comment se libérer de la fatigue physique et mentale ?

Sexualité et diabète

A destination de tout public membre de l'association.

Organisé par L'association du diabète. Le 8/11/2025 de 8h30 à 12h45.

A l'Auditorium KBC, Avenue du port 2, 1080 Molenbeek-Saint-Jean.



**Pour plus d'informations**

Parlons diabète !

FR

**En ligne**

#### **Webinaire**

Focus live Diabète de type 2 : système de prise en charge.

Un guide pratique sur les aides et soutien existants en région bruxelloise.

Adressé aux professionnel·les accompagnant des adultes atteints du diabète de type 2.

Par Brusano.

Le 7/10/2025 de 12h à 13h.



**Pour s'inscrire et plus d'informations**

Focus live Diabète de type 2 : Systèmes de prise en charge

# Pour accompagner

## Dans le Bassin Centre-Ouest

FR

**En présentiel**

### **Journée de prévention du diabète**

Prise de glycémie, informations concernant les soins des pieds, conseils en alimentation, conseils en activité physique, sensibilisation par le jeu.

Adressée à tout public.

Organisé par la Maison médicale de Laeken en partenariat avec Brusano.

Rue Ketels 2, 1020 Laeken.

Le 21/11/25 de 9h à 13h.



**Pour plus d'informations**

02 426 46 91 ou 02 537 88 25

[info@mmlaeken.be](mailto:info@mmlaeken.be)

NL

**En présentiel**

### **Séance de groupe nutrition saine sur référence**

Séances de groupe gratuites sur l'alimentation saine et le mode de vie avec une diététicienne, sur référence d'un-e médecin généraliste pour y participer.

A destination des personnes ayant obtenu un score supérieur ou égal à 12 au questionnaire Findrisc (et qui ne souffrent pas encore de diabète) et des femmes ayant un antécédent de diabète gestationnel. Questionnaire Findrisc : [Questionnaire d'évaluation du risque de diabète](#).

Organisée par Diabetes Liga.

Sous la direction de la diététicienne Gerda De Clippel.

A Goujonissimo: rue des goujons 85, 1070 Anderlecht.

Les mardis de 10h à 11h30.

4/11 - 8/11 - 9/12/ 2025.



**Pour plus d'informations**

0486 25 92 12

[gerda.de.clippel@outlook.com](mailto:gerda.de.clippel@outlook.com)

Séance de groupe HALT2Diabetes Alimentation saine sur référence - ELZ BruZEL | Ligue du diabète

# Pour accompagner

## Dans le Bassin Centre-Ouest

### NL

#### En présentiel

##### **Séance de groupe nutrition saine sur référence**

Séances de groupe gratuites sur l'alimentation saine et le mode de vie avec une diététicienne, sur référence d'un-e médecin généraliste pour y participer.

A destination des personnes ayant obtenu un score supérieur ou égal à 12 au questionnaire Findrisc (et qui ne souffrent pas encore de diabète) et des femmes ayant un antécédent de diabète gestationnel. Questionnaire Findrisc : [Questionnaire d'évaluation du risque de diabète](#).  
Organisée par Diabetes Liga.

Sous la direction de la diététicienne Monique Glerum.

A WGC de Brug, rue de l'indépendance 144, 1080 Molenbeek-Saint-Jean.

Les mardis de 10h à 11h30.

18/11/2025 - 25/11/2025 - 2/12/2025 - 9/12/2025 - 16/12/2025 - 13/01/2026.



#### **Pour plus d'informations**

[monique.glerum@wgcdebrug.be](mailto:monique.glerum@wgcdebrug.be)

Séance de groupe HALT2Diabetes Alimentation saine sur référence - ELZ BruZEL | Ligue du diabète

### FR

#### En présentiel

##### **Rendez-vous de la prévention - Focus diabète**

Moments collectifs, sous forme d'ateliers.

Atelier 1 : Evaluation du risque au diabète de type 2

Atelier 2 : Prévention diabète

A destination de tous-tes les habitant-es.

Organisé par Brusano-Bassin centre-ouest avec les acteur-rices social-santé.

A la Maison des Béguines : 49 Rue des Béguines, 1080 Molenbeek.

Le 6/11/2025 de 9h30 à 12h.



#### **Pour plus d'informations**

+32 2 880 29 87

[info@bassin-centre-ouest.brussels](mailto:info@bassin-centre-ouest.brussels)

# Pour accompagner

## Dans le Bassin Centre-Ouest

FR

**En présentiel**

### **Café Diabète**

Petit déjeuner d'échanges, de rencontre et de partage d'expérience autour du diabète de type 2 avec des animateur-rices.

A destination des personnes diabétiques de type 2 et/ou leurs proches.

Organisé par Le Réseau Santé Diabète-Bruxelles (RSD-B).

A la rue de la Samaritaine 41, 1000 Bruxelles.

Les 20/10, 24/11, 15/12/2025 de 9h30 à 11h30.



**Pour plus d'informations**

+32 475 44 67 92

[contact@reseaudiabete.be](mailto:contact@reseaudiabete.be)

Café Diabète : nouvelles dates - Réseau Santé Diabète - Bruxelles asbl

FR

**En présentiel**

### **Journée mondiale du Diabète**

Information et sensibilisation autour de la thématique du diabète et de la santé bucco-dentaire via des ateliers.

A destination de tout public.

Organisé par Réseau santé diabète et ses membres et partenaires, notamment le VRAC.

Le 13/11/2025 de 10h à 16h, au site César de Paepe du CHU Saint-Pierre.

Rue des Alexiens 13, 1000 Bruxelles.



**Pour plus d'informations**

0475 44 67 92

[www.reseausantediabete.be](http://www.reseausantediabete.be)

FR

**En présentiel**

### **Journée mondiale du Diabète**

Stand de prévention sur le diabète et soupe gratuite offerte.

À la place Jeu de Balle des Marolles de 10h à 13h.



**Pour plus d'informations**

0475 44 67 92

[www.reseausantediabete.be](http://www.reseausantediabete.be)

# Pour accompagner

## Dans le Bassin Nord

FR

**En présentiel**

**Rendez-vous de la prévention - diabète**

Table de discussion autour du diabète avec les conseiller-ères en santé intermutualistes.

A destination des habitant-es de Jette.

Organisé par le Bassin nord - Brusano.

Le 19/11/2025 de 14h à 16h30.

A Staytion, Place Cardinal Mercier 22, 1090 Jette.



**Pour plus d'informations**

02 318 60 54

[info@bassin-nord.brussels](mailto:info@bassin-nord.brussels)

## Dans le Bassin Nord-Est

FR / NL

**En présentiel**

**Rendez - vous de la prévention**

Parlons santé autour d'un petit déjeuner !

Thématique autour de l'alimentation saine, du diabète et de la santé au sens large.

Adressé à tout public.

Organisé par Brusano et le centre communautaire Everna.

Au centre communautaire Everna, Rue Saint Vincent 30, 1140 Evere.

Le mardi 2/12/2025 de 9h à 12h.



**Pour plus d'informations**

[info@bassin-nord-est.brussels](mailto:info@bassin-nord-est.brussels)

# Pour accompagner

## Dans le Bassin Nord-Est

FR

**En présentiel**

### **Petit déjeuner papote**

Moment convivial autour d'un petit déjeuner, tous les premiers jeudis du mois, où différentes thématiques sont abordées dont le diabète et l'alimentation saine. Possibilité d'apporter une petite préparation maison.

Adressé à tout public.

Organisé par la Maison médicale du nord, à la rue des palais 10, 1030 Schaerbeek.

Les jeudis 6/11 et 4/12/2025 de 9h30 à 11h30.



#### **Pour plus d'informations**

demander directement à l'accueil ou +32 2 218 28 42

Petit déjeuner Papote - Activités - Maison Médicale du Nord - Bruxelles

## Dans le Bassin Sud

FR

**En présentiel**

### **Journée de prévention diabète**

Bouger, manger, s'informer : un programme complet pour prendre soin de sa santé Gym douce,

Marche conviviale, Atelier alimentation, Questions-réponses

Temps de dépistage tout au long de la semaine du 14 novembre.

A destination de tout public mais inscription obligatoire.

Organisé par la Maison médicale Homborch Santé et le centre de santé Le Goéland.

A la Maison de Quartier du Homborch. Kriekenput 4, 1180 Uccle.

Le 4/11/2025 de 9h30 à 16h.



#### **Pour s'inscrire et plus d'informations**

Centre de santé Le Goéland : 02 380 80 42

Maison Médicale Homborch Santé : 02 446 17 40

# Pour accompagner

## Dans le Bassin Sud-Est

FR / NL

**En présentiel**

**Stand d'information sur le diabète**

Dépistage : test de glycémie capillaire et sensibilisation avec un·e infirmier·e.

Adressé à tout public.

Organisé par la commune d'Etterbeek.

A Hôtel communal d'Etterbeek, Avenue des Casernes 31, 1040 Etterbeek.

Les 13/11 - 14/11/2025 de 8h à 18h.

Vous êtes un-e professionnel-le social-santé ?  
Vous exercez votre activité et/ou accompagnez des personnes en situation complexe vivant sur le territoire des bassins ?

Vous cherchez une information pratique sur l'offre de soins bruxelloise ou une aide dans l'orientation (prestataires, dispositifs de soutien, projets pilotes, aides financières...) ?

**Notre équipe est à votre écoute tous les jours ouvrables de 9 à 17h pour vous informer et vous orienter vers les ressources adaptées.**

