

# **Journée Mondiale du Diabète**

**14 novembre**



**Mais aujourd'hui, lundi 12 mars, c'est la journée du diabète dans la classe de CE2 !**

**Le cercle bleu est le symbole de la lutte contre le Diabète.**

**Exposé Réalisé par Aliénor, 8 ans.**

**Le sucre est notre carburant, notre source d'énergie. Il est essentiel à notre survie.**

**Avec**

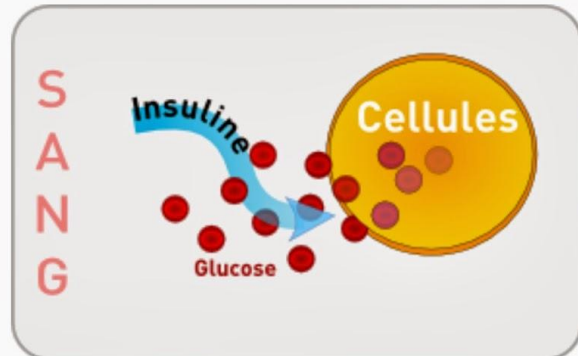
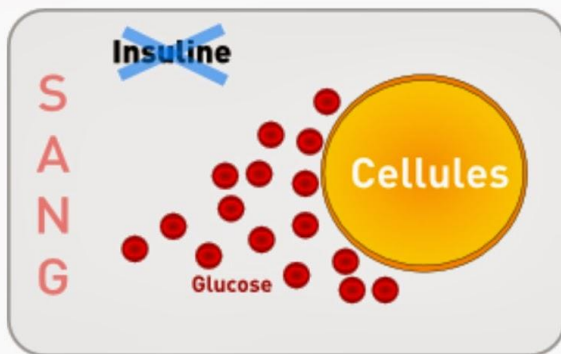


**Sans**



Notre corps a besoin d'énergie pour vivre comme la voiture a besoin d'essence. Notre essence, c'est le sucre appelé aussi **les glucides ou glucose**.

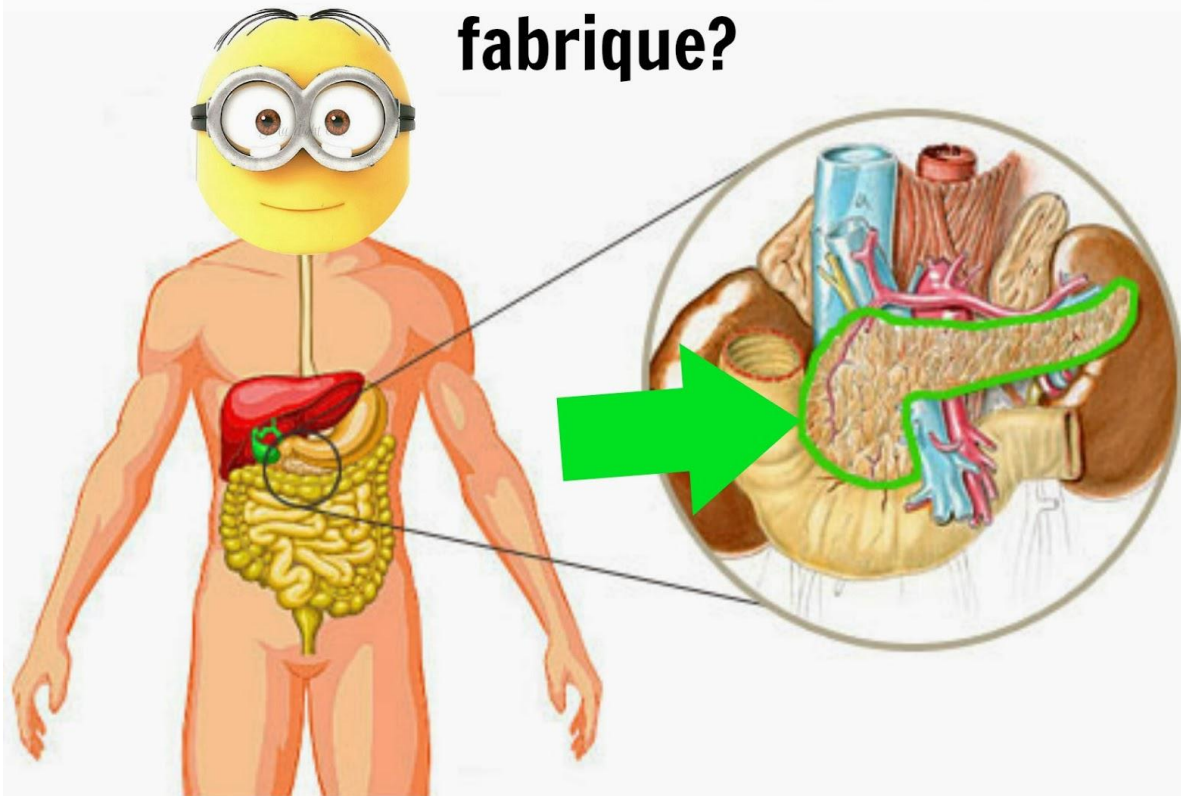
# L'insuline est comme une clé qui permet d'ouvrir les portes des cellules.



Pour transformer le sucre en énergie, notre corps a besoin d'une clé  
qui s'appelle **l'insuline**.

Cette clé permet au sucre de rentrer dans nos cellules et nos  
muscles pour être en forme !

**Chaque personne qui n'est PAS diabétique type 1 fabrique sa propre insuline. Qui connaît l'organe qui la fabrique?**



C'est le **pancréas** !

Pour les diabétiques, le pancréas ne fait pas son travail ! Il ne produit plus de l'insuline.

Résultat : **mon corps ne gère pas le sucre** et il y a des conséquences.

# Hyperglycémie (hyper)

Quand le taux de sucre dans le sang est trop élevé. Il faut alors donner de l'insuline pour le faire redescendre.



# Hypoglycémie (hypo)



Quand le taux de sucre est trop bas. Il faut alors absolument consommer sucre à action rapide.

Sans insuline, il y a trop de sucres qui reste dans le sang et qui ne va pas dans les muscles, c'est de l'**Hyper (TROP) glycémie (DE SUCRE)**.

Au contraire, s'il y a trop d'insuline ou si je me suis trop dépensée en énergie, il n'y a pas assez de sucre pour faire marcher mon corps, c'est l'**Hypo(PAS) glycémie (DE SUCRE)**.



# Quels sont les symptômes d'une hypo? Saurais-tu les reconnaître?

tremblements



étourdissements



Confus



faim



faible ou tombe dans les pompes



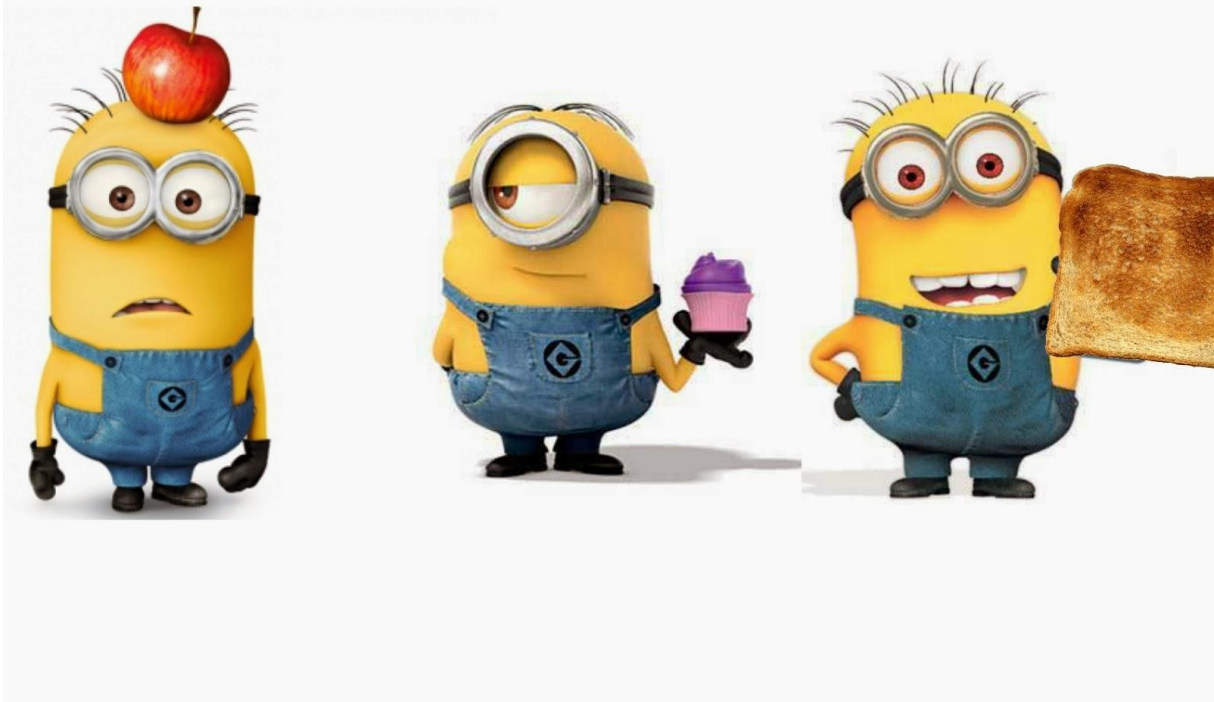
Voilà, comment on se sent quand on est en Hypo. Vous aussi vous pouvez ressentir cela sans être diabétique.

Quand on est en Hyper, on est excité, on a soif, on peut avoir différents ressentis.

Mon corps ne le gère pas seul, votre corps oui,

**c'est notre seule différence !**

# Où retrouve t-on du sucre ou des glucides?



Non le sucre, il n'y en a **pas que dans les bonbons** !

Il y a du sucre ou plutôt des glucides dans beaucoup de choses : les pâtes, les fruits, le pain, ...

Résultat : **dès que je mange, je dois prendre de l'insuline** pour aider mon corps à transformer tout cela !



# L'insuline peut être injectée sous la peau de différentes manières.



Voici la célèbre Insuline ! Il y a différentes manières de l'amener dans mon corps.

Moi, j'utilise un super appareil qui s'appelle une pompe à insuline.



# Que devons nous faire pour connaître le taux de sucre dans le sang?

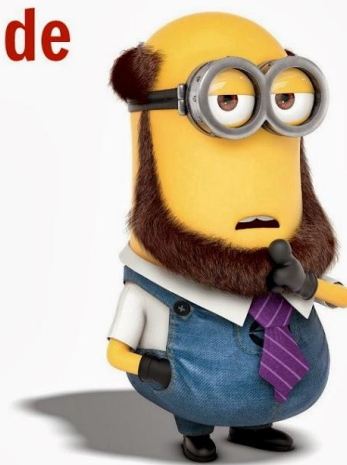


Souvent, je dois **contrôler si tout se passe bien** dans mon corps. Je dois contrôler mon taux de sucre pour éviter les méchantes Hypo et Hyper. Pour cela, j'ai un appareil qui analyse mon sang. Le mien est un copain qui s'appelle **un capteur de glycémie.**

C'est un copain car grâce à lui je ne me pique plus les doigts, je n'ai plus mal !

# Que dois-tu faire si ton ami(e) diabétique type 1 tombe dans les pommes?

**Tu dois très rapidement  
aller chercher un adulte  
qui appellera le 15 et lui  
fera une injection de  
glucagon.**



J'ai parfois besoin de vous mais c'est surtout de **votre amitié** car  
je suis comme vous : J'aime jouer, rire, courir, faire des blagues,...

Parfois, j'ai un autre besoin...

Si vous voyez que cela ne va pas,

**merci de m'aider en prévenant un adulte.**

Là, c'est un exemple grave, mais c'est rare, heureusement !

# Qui peut avoir le diabète type 1 et pourquoi?



Fille, Garçon, Petit, Grand, Fort, Mince, Chauve, ...

C'est juste pour vous montrer que tout le monde peut devenir diabétique, il n'y a **pas de règles** et **pas de mauvais comportement**.

**Bref, ce n'est pas ma faute si je suis malade !**

# Au début le diabète fait peur...surtout dû aux piqûres...



**Mais très rapidement, comme moi, Aliénor, les jeunes diabétiques deviennent des héros très courageux!**



Je suis une héroïne car :

1. Le diabète n'est **pas contagieux** et ce n'est **pas ma faute** !
2. Je peux **faire du sport** mais mesurer la glycémie et prévoir du sucre !
3. Je peux **manger du sucre, des bonbons, des gâteaux**, mais il faut le compter dans la glycémie et prévoir une injection. Je peux donc être invitée !
4. Il faut toujours compter donc **VIVE LES MATHS** !



**Maintenant que vous  
avez de bonnes  
connaissances en diabète  
type 1 vous aussi êtes des  
héros dans la vie ... !!!**



**Félicitation!**



**Merci de votre écoute !**

**Je vous remets donc le diplôme de **Héros Assistant Diabète** !**