



Février 2022

Éditorial

C'est l'hiver et il est bien installé partout au Québec. Pour certains, c'est une période plus difficile, pour d'autres, les sports d'hiver sont enfin arrivés !

Que vous soyez un ou l'autre, profitez-en pour bouger, faire des activités dans la neige avec les enfants. N'oubliez pas de considérer le froid et les activités qui peuvent influencer leur glycémie. Profitez-en aussi pour penser à vous, ne vous oubliez pas dans le processus de la gestion du diabète de votre enfant. Vous pouvez l'inscrire au camp Carowanis cet été et ainsi avoir un peu de répit. Y avez-vous pensé ? Aucun enfant n'est refusé pour une raison financière grâce à la subvention de la Fondation.

Chez **Fred**, nous avons reçu 195 nouveaux jeunes qui ont reçu un diagnostic de diabète de type 1 durant l'année 2021. Comme toujours, nous allons faire en sorte de les soutenir, les écouter, les conseiller, les informer, les aider à gérer leur condition et les accompagner jusqu'à leur majorité.

Beau temps, mauvais temps, Fred est là pour eux, peu importe la saison !

Claire Rousse

Directrice générale

On vous présente... Le Clan **Fred !**



Le Clan **Fred** c'est...

Une communauté d'adolescent.e.s TD1 qui fait une panoplie d'activités super amusantes ensemble, conçues pour eux et animées par des jeunes adultes ayant le diabète de type 1. C'est par des conférences de personnes inspirantes, des activités attrayantes avec d'autres ados de son âge qu'il pourra se lier d'amitié et se confier. Il aura aussi l'occasion de discuter de sujets inédits en lien avec le diabète et y apprendra beaucoup en brisant son isolement.



Comment faire partie du Clan **Fred** ?

Faites scanner le code QR par votre ado!

Le glucagon en poudre nasale **Baqsimi** est désormais couvert par la Régie de l'assurance maladie du Québec (RAMQ) !

« Disons-le, l'hypoglycémie sévère préoccupe constamment les parents d'enfants diabétiques. L'annonce faite aujourd'hui est donc un événement important pour les personnes touchées par le diabète au Québec - elles auront dorénavant accès par le régime public à un médicament d'urgence qui peut sauver des vies et assurer une protection contre l'hypoglycémie sévère, un problème auquel nos enfants diabétiques sont exposés quotidiennement. »

explique Claire Rousse, directrice générale de **Fred**, Fondation ressources pour les enfants diabétiques.



Pour en lire plus

Infofinances

Merci de leur redonner le sourire ! 😊

On se prépare pour recevoir et subventionner des jeunes au camp cet été,
si vous voulez aider un jeune vivant avec le DT1,
Faites un don !

[Formulaire de don](#)

Ce que vous devez savoir au sujet des insulines biosimilaires



Les insulines biologiques telles que : l'Humalog (pour les 18 ans et plus) et la NovoRapid, ne sont plus couvertes par le Régime d'Assurance Maladie du Québec (RAMQ). Ce changement a été fait le 3 mars 2021 pour l'Humalog, et depuis le 2 février 2022 pour la NovoRapid. Des insulines biosimilaires sont alors prescrites par les

endocrinologues.

Quels sont les effets de ce changement?

Pour savoir ce qu'est un médicament biosimilaire et pourquoi votre insuline biologique n'est plus remboursée par la RAMQ, [cliquez ici](#).

Pour lire les avis de fin de couverture de la RAMQ :

L'Humalog : [cliquez ici](#)

La NovoRapid : [cliquez ici](#)

La perte de contrôle alimentaire

La nouvelle et dynamique
collaboratrice de Fred :

[Maude Lafontaine, nutritionniste](#)
spécialisée en diabète de type 1

Perte de contrôle alimentaire

As-tu l'impression que ton diabète t'empêche de manger les aliments que tu aimes? As-tu régulièrement une sensation de perte de contrôle avec la nourriture, et ce, principalement avec les glucides?

Il est très fréquent de penser qu'on doit automatiquement éliminer les glucides lorsqu'on a le diabète et je



souhaite t'aider à comprendre pourquoi ce n'est pas une approche réaliste sur le long terme.

[Pour en lire plus](#)

Recette à faire pour vos petits sucrés !

Fred vous offre quelques idées de collations à préparer pour vos enfants !

Les collations sucré-salés !

Ces deux petites collations sont très simples à réaliser. C'est un parfait mélange de sucre et de se !

Les boules d'énergies coco-canneberge et quelques fraises!

Cette recette de collation santé est si bonne que vos enfants en redemanderont !

[Pour plus de recettes...](#)

Collation sucrée salée

- (Total de glucides = ~10g)
- Cantaloup (1 tasse / 250ml en dés = ~15g)
 - Fromage cottage (1/2 tasse / 125ml en dés = ~5g)
 - Graine de citrouille (1 c. soupe / 15ml = ~0g)



Collation salée

- (Total de glucides = ~7g)
- Craquelin au choix (portion qui offre ~15g)
 - Tartinade de tofu (1/4 tasse = ~2g)
 - Olives (5-10 unités = ~0g)



Fred refait son site internet !



Le site internet de **Fred** se refait une beauté. Rempli de fonctions utiles, de couleurs, et d'informations nouvelles, il sera encore plus facile à utiliser.

On a hâte de vous le présenter,

Du côté du Camp Carowanis...



Les inscriptions sont débutées !

PROGRAMME 2 SEMAINES (Pour les enfants âgés entre 8 et 16 ans)

Séjour 1 : Lundi 4 juillet au vendredi 15 juillet

Séjour 3 : Lundi 1er août au vendredi 12 août

PROGRAMME 1 SEMAINE (Pour les enfants âgés entre 7 et 15 ans)

Séjour 2A : Lundi 18 juillet au samedi 23 juillet

Séjour 2B : Dimanche 24 juillet au vendredi 29 juillet

FIN DE SEMAINE FAMILIALE (Pour les familles ayant un enfant DT1 âgé de 12 ans et moins)

Vendredi 19 août au dimanche 21 août

LE WEEK-END DU CLAN FRED (Pour les ados âgés entre 13 et 17 ans)

Samedi 3 septembre au lundi 5 septembre

Pour [inscrire votre enfant](#)

Vous voulez en savoir plus sur le Camp Carowanis ?

Écoutez la séance
d'information en rediffusion

Durant la séance informative du 22 février dernier, l'équipe du Camp Carowanis a expliqué comment se



déroule un séjour au camp pour un enfant diabétique. Nous avons également répondu à plusieurs questions.

Écoutez la séance informative ZOOM en rediffusion en cliquant plus haut.

Si vous avez d'autres questions, écrivez-nous un [courriel](#).

Visionnez le tour guidé du Camp Carowanis

Le Camp Carowanis a besoin de toi dans son équipe !



Tu veux te faire des amis pour la vie dans une équipe de travail unique? Rejoins l'équipe du Camp Carowanis!

Applique dès maintenant en cliquant sur le lien !

Au **Camp Carowanis**...

« Être monitrice, c'est juste du gros fun dans la tente, voir les enfants sourire et s'amuser ! »

-Scooby-Doo, Monitrice au **Camp Carowanis** depuis 2018



[Pour appliquer](#)

Des enfants qui apprennent au Camp

« C'est sûr que j'ai appris au camp parce que, au début, [...] j'avais 8 ans et je savais pas du tout comment faire mes cathéters, [...] maintenant je les fais partout et ça me prend comme 10 secondes les faire ! J'ai appris super facilement, pis chaque fois [au camp] j'apprends des nouvelles choses ! »

-Florence, 14 ans, diabétique de type 1.

[Pour en voir plus](#)



Vous vous posez des questions au sujet du diabète de type 1? Vous aimeriez en savoir davantage sur certains sujets ? Un thème vous tient à cœur et vous aimeriez le voir abordé? Écrivez-nous à info@diabete-enfants.ca



FONDATION
RESSOURCES
POUR LES
ENFANTS
DIABÉTIQUES

Fred | (514) 731-9683 | <https://www.diabetes-children.ca/en/>



FRED | 6855 rue De l'Épée, Suite 302, Montréal, H3N 2C7 Canada

[Se désabonner info@diabete-enfants.ca](mailto:info@diabete-enfants.ca)

[Mettre à jour mon profil](#) | [About Constant Contact](#)

Envoyé par info@diabete-enfants.ca en collaboration avec



Try email marketing for free today!