



Avril 2022

## Éditorial

C'est le printemps ! Avec le printemps vient le renouveau.

Chez Fred, le renouveau s'est traduit avec la nomination d'une Directrice aux programmes : madame Janie Bédard. Déjà aux commandes de la direction du Camp Carowanis, Janie étend ses compétences et les mets aux services des familles de Fred.

Aussi, un tout nouveau site web! Le site de la fondation s'est refait une beauté pour encore mieux répondre aux besoins et permettre de retrouver facilement l'information recherchée. N'hésitez pas à aller le consulter.

L'arrivée de la nouvelle saison permet aussi de recommencer les événements en présentiel. Plusieurs événements auront lieu durant la période estivale et nous devons renouveler notre base de bénévoles, n'hésitez pas à nous faire part de votre temps et avoir la chance de donner au suivant. [Formulaire](#)

Encore du renouveau; le Camp Carowanis a amélioré ses installations sur le site pour préparer la venue de ses jeunes campeurs et de son personnel médical cet été !

Et vous ? Allez-vous innover quelque chose ? Pourquoi ne pas profitez de cette saison qui commence pour ajuster votre alimentation à de nouvelles pratiques saines et simples ?

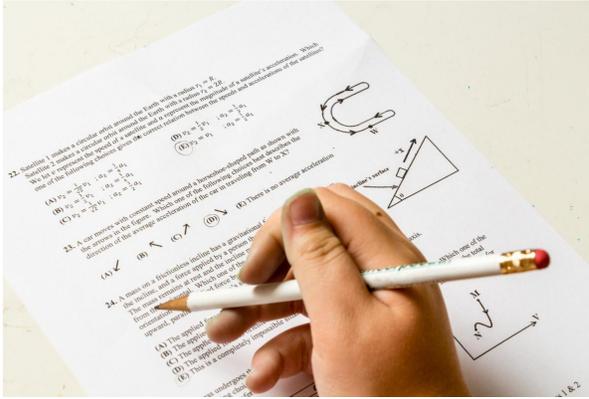
Toute l'équipe de Fred se joint à moi pour vous souhaiter un merveilleux printemps!

**Claire Rousse**

Directrice générale

---

# Le temps des examens et le diabète



## La gestion du diabète des jeunes durant les périodes d'examens

Durant la période des examens, les étudiants diabétiques sont confrontés à devoir faire une gestion plus grande de leur glycémie. Chez certains jeunes, cette période peut avoir un impact sur leur taux de sucre dans le sang.

**Comment mon enfant doit-il gérer son diabète durant sa période très stressante des examens ?**

[Pour en lire plus](#)

## Avez-vous visité le nouveau site internet de Fred ?

A screenshot of the Fred website homepage. The header includes the text "ESPACE PROFESSIONNEL FR" and the Fred logo with the text "FONDATION RESSOURCES POUR LES ENFANTS DIABÉTIQUES". Below the logo are four menu items: "FONDATION FRED", "SOUTIEN AUX FAMILLES", "DIABÈTE DE TYPE 1", and "CAMP CAROWANIS". There are two buttons: "FAIRE UN DON" and "M'IMPLIQUER". The main content area features a photograph of a young child and a woman hugging, with the text "Fred connaît mieux que personne les besoins des enfants diabétiques" overlaid on the image.

Visitez notre nouveau site internet en cliquant [ici!](#)

## Le temps des lapins en chocolat et le diabète de type 1...

La nouvelle et dynamique collaboratrice de Fred :



**Maude Lafontaine, nutritionniste**  
spécialisée en diabète de type 1



En tant que parent d'enfant avec le DT1, tu sais probablement que le chocolat peut faire partie de l'alimentation de ton enfant. Cependant, cela n'élimine pas ton inquiétude face à la gestion des repas festifs du printemps, et tous les défis qui viennent avec ces festivités.

Si c'est ton cas, sache que cette crainte est 100% valide. Dans cet article, j'aimerais mettre en lumière deux inquiétudes que je décortique fréquemment auprès des familles, afin de t'aider à y voir plus clair.

**[Pour lire l'article complet](#)**

## La pizza et le diabète de type 1



La pizza est un plat délicieux que tout le monde affectionne. Cependant, contrôler son taux de sucre lorsqu'on mange de la pizza peut être un défi lorsqu'on est une personne qui vit avec le diabète de type 1.

Le gras et les protéines ont un impact sur la glycémie, lorsque consommé ensemble.

Mais quelle en est la cause ?  
Que faire pour éviter une hyperglycémie ou bien une hypoglycémie lorsque je mange de la pizza ?

**[Pour en lire plus...](#)**

## Saviez-vous qu'il existe plusieurs façon de donner à Fred?



[Cliquez-ici pour donner généreusement !](#)

### Dons mensuels

Un don mensuel est une très belle façon de planifier un don récurrent dans votre budget. Ces dons sont très appréciés de Fred.

Comment faire un don mensuel ? remplissez le [formulaire en ligne](#).

### Dons planifiés

Saviez-vous que vous pouvez planifier faire un don à Fred dans votre testament ?

En effet, vous pouvez parler avec votre institution bancaire pour prévoir donner à Fred en guise d'héritage.

### Dons en ligne

Les dons en ligne sont une excellente façon de contribuer à la cause de Fred. C'est un don très simple à faire et il peut être du montant que vous désirez, il suffit de remplir le

[formulaire en ligne](#).

---

**Inscrivez-vous au webinaire de Fred !**

# WEBINAIRE 27|04|2022

Pour les familles d'enfants DT1

19h00



Avec Maude Lafontaine,  
Nutritionniste spécialisée  
en diabète de type 1.

## Comment adapter les repas et les collations de toute la famille lorsqu'on a un enfant diabétique de type 1 ?

Fred

FONDATION  
RESSOURCES  
POUR LES  
ENFANTS  
DIABÉTIQUES

Pour s'inscrire, remplissez le formulaire.

Pour s'inscrire au webinaire

Le 26 mars dernier a eu lieu la toute première activité du  
Clan Fred !

### La première activité du Clan Fred fut un énorme succès !

Des ados DT1 de la région de  
l'Estrie et d'ailleurs, ont  
relevé le défi des jeux  
d'évasion ! Ils ont ensuite  
mangé ensemble une bonne  
pointe de pizza.



Succès sur toute la ligne : des  
échanges et des partages  
entre adolescent.es DT1 qui  
se comprennent, mais  
surtout la création de  
nouvelles amitiés!



Pour ne pas manquer la prochaine activité, va t'abonner  
à la page [instagram du Clan FRED](#) !

---

**Adolescent.es de 13 à 17 ans ayant le DT1,  
aidez-nous à mieux répondre à vos besoins en  
remplissant ce sondage !**

Remplir le questionnaire



Le formulaire a pour but de  
comprendre les besoins et les  
attentes des adolescent.es qui  
utilisent les services de **Fred** afin  
d'offrir des ressources  
personnalisées à leurs besoins et à  
améliorer le Clan **Fred** !

---



# FRED t'invite... AU WEEK-END DU CLAN FRED !



## Le week-end du Clan FRED, c'est...

- Un séjour dans un chalet du Camp Carowanis;
- Des activités d'apprentissages sur le diabète, la nutrition, et bien d'autres sujets, avec des expert.e.s dans le domaine;
- Des ateliers de soutien entre DTI;
- Des activités spéciales de défoulement;
- Des jeux animés par de jeunes adultes diabétiques;
- La création d'amitiés et de souvenirs pour la vie !



Comment s'inscrire ? Remplis le formulaire d'inscription sur Ultra Camp !

Où ? Au Camp Carowanis

Quand ? Du 3 au 5 septembre 2022

Qui peut s'inscrire ? Tous les adolescent.e.s qui ont entre 13 et 17 ans et qui ont le diabète de type 1 !

Faites-vites, les places sont limitées !

Pour s'inscrire au week-end du Clan FRED, cliquez ici !

## Nos soupers-rencontres sont enfin de retour!

Le 23 mars dernier avait lieu le premier souper-rencontre de **Fred** depuis le début de la pandémie.

De nouvelles amitiés ont été créées, des courriels ont été échangés, des histoires ont été partagés, et des enfants se sont promis de se voir au **Camp Carowanis** cet été...



Bref, tout le monde est reparti avec le sourire au visage, de nouvelles

connaissances, et rempli de nouvelles informations sur le camp, le diabète et sur Fred !

Ne manquez pas le prochain souper-rencontre,  
le 17 mai prochain à Gatineau !

## Le Camp Carowanis vous invite à ses activités du printemps !



### La journée porte ouverte

Il s'agit du premier séjour de votre enfant au camp?

Venez visiter le majestueux site du Camp Carowanis avec un membre de notre équipe!

Il nous fera un plaisir de vous faire une visite guidée du site, répondre à toutes vos questions et vos interrogations et apaiser vos inquiétudes face à un premier séjour au camp.

Quand ? Le 11 juin 2022

Où ? Au Camp Carowanis !

Pour s'inscrire, remplissez le formulaire !



Formulaire d'inscription à la journée  
porte ouvertes



### La journée ménage

Préparons ensemble le site du Camp Carowanis pour l'été !

Travaux manuels, travaux physiques et des travaux ménagers sont au menu lors de cette journée.

Nous offrons le dîner à nos bénévoles !

Quand ? Le 28 mai 2022

Où ? Au Camp Carowanis !

Pour s'inscrire, remplissez le formulaire !



Formulaire d'inscription à la journée  
ménage

## Le Camp Carowanis recrute pour son équipe médicale !



Grande communauté de Fred et de Carowanis, nous avons besoin de votre aide!

Nous devons toujours combler plusieurs postes au sein de notre **équipe médicale** pour cet été.

**Aidez-nous en:**

- 1) Partageant les offres d'emploi
- 2) Parlez-en autour de vous
- 3) Vous connaissez des gens qui étudient

en soins infirmiers?

Parlez leur de Carowanis et à quel point travailler au camp est une expérience gratifiante et formatrice à la fois!

4) Enseignant.es au cégep en soins, parlez-en à vos élèves

5) Étudiant.e.s en médecine, paramedic et autres domaines connexes, c'est l'emploi pour vous!

[Pour les descriptions de postes et pour postuler](#)

## ... Camp Carowanis ...



**Cliquez-ici pour inscrire votre enfant au Camp Carowanis**



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



Fred | (514) 731-9683 | <https://diabete-enfants.ca/>



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](#) | [Avis de données de Constant Contact](#)

Envoyé par [info@diabete-enfants.ca](mailto:info@diabete-enfants.ca) en collaboration avec



Try email marketing for free today!