

LE THE TRIANGLE

Diabète Estrie

600, rue Woodward • Sherbrooke, Québec • J1G 1W3
 ☎ 819.823.8558 • 📠 819.823.1445 • info@diabete-estrie.ca • www.diabete-estrie.ca

Renouvellement

Venez faire le paiement de votre renouvellement du Plein Soleil à nos bureaux et **obtenez un rabais de 5,00 \$**. Votre carte de membre de Diabète Québec est la même que pour Diabète Estrie... le saviez-vous ?

Souper - Conférence

Sujet à venir

Date à confirmer, 17 h 30 au Restaurant l'OmniBouffe, 660, rue Bowen S.

Nous cherchons en ce moment un sujet intéressant et vous informerons via notre site internet au www.diabete-estrie.ca. Si vous avez des idées de sujet...

Conférencier :
 - À confirmer

POUR INFORMATION, CONTACTEZ-NOUS AU 819.823.8558



Conseil d'administration 2011-2012

- Renaud Labbé, président
- Jeannine Lapierre, vice-présidente
- Robert Potvin, vice-président
- Daniel Lacombe, trésorier
- Gérald Jodoin, secrétaire
- Nicole Doyon, administratrice
- Charles Sirois, administrateur
- Stéphane Leblond, administrateur
- Florent Rousseau, administrateur
- Yolande Major, administratrice

Avantages d'être membre

Quand vous recevez un avis de renouvellement de Diabète Québec, vous pouvez renouveler votre carte de membre en Estrie pour la **modique somme de 15⁰⁰\$**. Un petit cadeau de Diabète Estrie.

Un accès **gratuit** à toutes les activités de Diabète Estrie pour vous et un accompagnateur.

La revue **PLEIN SOLEIL**, publiée 4 fois l'an et postée à tous les membres.

Des rabais substantiels sur des abonnements à différents journaux et revues grâce à une entente avec **RABAIS CAMPUS**.

Vous recevrez annuellement, à l'automne, une lettre donnant accès à un **certificat cadeau de 50⁰⁰\$** utilisable pour chacune de vos transactions chez IRIS Le Groupe Visuel.

Une **carte de membre** avec informations médicales à personnaliser.

Vous bénéficiez de **10 % de rabais** chez Discount, location d'autos et camions.

Une inspection **gratuite** par année et une **réduction de 5 %** sur les travaux suite à ladite inspection chez les ateliers Uni-Pro et Le Spécialiste participants.

En étant membre, vous profitez aussi de **tarifs réduits** pour les livres et DVD vendus par Diabète Québec.

Capsule SANTÉ

Vous aimeriez recevoir la présentation de notre nouvelle capsule santé comme outil de prévention du diabète dans votre entreprise?

Contactez-nous au 819.823.8558, pour réserver votre moment. Un autre service gratuit de Diabète Estrie.





NOUVEAUX ATELIERS à Sherbrooke

Avec Josée Arbour, nutritionniste,
au bureau de Diabète Estrie

- 10 janvier: Lecture des étiquettes nutritionnelles. Apprendre à les comprendre et s'y retrouver.
- 17 janvier: Bons gras et mauvais gras? Faire de meilleurs choix pour la santé.
- 21 février: Guide alimentaire Canadien. Source d'inspiration pour créer nos menus au quotidien.
- 13 mars: Choix santé au restaurant...éviter les pièges!

INSCRIPTION OBLIGATOIRE au 819.823.8558

NOUVEAUX ATELIERS à Coaticook

Avec Josée-Anne Bégin, nutritionniste,
au bureau CSSS de Coaticook

- 31 janvier: Les types de gras.
- 21 février: Les fibres.
- 20 mars: Le sodium.
- 17 avril: Visite en épicerie ou Lecture des étiquettes (selon la demande)

INSCRIPTION OBLIGATOIRE au 819.823.8558

Q&T Recherche

Désirez-vous être membre de l'Infolettre Privilège Santé du centre de recherche clinique Q&T Recherche de Sherbrooke?

Q&T Recherche est un de nos partenaires depuis près de trois ans.

Visitez le site www.qtrecherche.com pour plus de renseignements.



Diabète en forme !

Les inscriptions à Diabète en Forme chez Sercovie débuteront le 10 janvier 2012. Sur une participation à un minimum de 8 cours sur 12, nous vous remettons un rabais sur votre inscription. N'hésitez plus à bouger!

10 et 11 janvier*: Inscription de 8 h 45 à 12 h et de 13 h à 16 h.

En collaboration avec :



Cuisine collective - Maintenant disponible à Coaticook

Venez vous amuser tout en cuisinant. Belle opportunité d'apprendre et d'échanger vos connaissances. Notre prochaine session débutera aussitôt que nous aurons suffisamment de participants. Faites vite ! Inscription au 819.823.8558.

En collaboration avec :



Dons In Memoriam

Des formulaires de dons sont disponibles dans les différents salons funéraires de la région. Tous les dons reçus vont intégralement à la recherche sur le diabète.

Lotomatique

Lotomatique est un service d'abonnement qui vous permet de participer aux loteries de votre choix sans avoir à acheter vos billets chaque semaine. Saviez-vous que Diabète Estrie est un organisme accrédité par Loto Québec et qu'il recevra une redevance sur les billets que vous achetez via Lotomatique? Lors de votre inscription à Lotomatique, tout ce que vous avez à faire pour que Diabète Estrie en bénéficie également c'est de donner son numéro d'organisme accrédité soit le : 600801.

