

FORMATIONS PROFESSIONNELLES



2025

ald
maison du diabète

info@ald.lu

+352 48 53 66

Introduction

Ce catalogue présente les formations proposées par la Maison du Diabète. Celles-ci visent à répondre aux besoins spécifiques de différents publics cibles, en promouvant une meilleure compréhension et gestion du diabète tout en mettant l'accent sur la prévention, l'éducation, l'autonomie et le bien-être.

L'objectif de ces formations est de renforcer les connaissances et les compétences pratiques des professionnels en matière de prévention, d'éducation thérapeutique et de gestion du diabète, tout en mettant l'accent sur le bien-être des patients et sur l'autonomie.

Toutes les formations sont organisées sur demande et peuvent être adaptées aux besoins spécifiques de votre structure ou de votre équipe. Que vous soyez une institution de santé, un organisme social ou une entreprise souhaitant former votre personnel, nous vous proposons des solutions modulables et personnalisées pour répondre à vos attentes.

Nous vous invitons à découvrir nos formations et à nous contacter pour organiser des sessions adaptées à vos besoins. Ensemble, investissons dans les compétences de vos collaborateurs pour améliorer la vie des personnes avec un diabète.

Contenu

- Milieu socio-éducatif 4
 - Enfants et adolescents (éducation formelle et non-formelle) 4
 - Focus on : Healthy Futures 5
 - Focus on : Understanding 9
 - Adultes et seniors..... 11
 - Focus on : Nutrition 12
 - Focus on : Prevention 14
 - Focus on : Well-being 16
- Milieu du travail 18
 - Focus on : Prevention 19
- Milieu de soins de personnes âgées 21
 - Centres de soins & Services de soins à domicile 21
 - Focus on : Management..... 22
 - Focus on : Well-being..... 24
 - Focus on : Companionship..... 26

Milieu socio-éducatif

Enfants et adolescents (éducation formelle et non-formelle)

Focus on : Healthy Futures

Cultiver la santé des jeunes avec l'éducation alimentaire & la prévention du diabète

La santé est le premier devoir de la vie. – Oscar Wilde

Description

L'éducation pour la santé ou alimentaire ne se limite pas à éviter les déséquilibres nutritionnels ; elle vise à renforcer les ressources internes et externes des enfants et des adolescents pour leur permettre de mieux faire face aux défis de leur santé. Les comportements alimentaires adoptés pendant l'enfance et l'adolescence jouent un rôle clé dans la prévention des maladies chroniques, y compris l'obésité et le diabète de type 2, dont la prévalence est en constante augmentation.

Cette augmentation de maladies, aussi chez les jeunes, est entre autres influencée par des habitudes alimentaires et un manque d'activité physique non-adaptés aux besoins des jeunes et leur étape de développement. La prévention précoce, axée sur l'éducation pour la santé et alimentaire, permet non seulement de réduire les risques de diabète, mais aussi d'encourager le bien-être par un mode de vie globalement plus sain chez les jeunes.

Contenu

- Principes de base de l'éducation pour la santé
- Principes de base de l'éducation alimentaire
- Méthodes pédagogiques pour promouvoir des comportements favorables pour la santé (p.ex. alimentation équilibrée)
- Intégration des pratiques d'activité physique et alimentaires dans les activités éducatives.

Conditions générales

Durée	8h
Langue	LU, DE, FR, ENG
Public cible	Professionnels du milieu socio-éducatif
Objectifs	<ul style="list-style-type: none">• Renforcer la compréhension sur les déterminants de la santé liés aux habitudes du quotidien (alimentation, activité physique, gestion du stress, etc.).• Acquérir des compétences en communication pour sensibiliser les familles et les jeunes à l'importance d'une alimentation équilibrée.• Identifier les besoins de développement spécifiques liés à l'âge.• Explorer les concepts de ressources internes (résilience, motivation, autonomie) et externes (soutien social, environnement éducatif) dans la prévention du diabète.• Apprendre à utiliser des approches positives et participatives pour encourager une alimentation équilibrée chez les enfants et les adolescents.• Fournir des outils pratiques et adaptables pour intégrer l'éducation pour la santé dans les activités socio-éducatives quotidiennes.• Expliquer les principales notions autour du diabète.
Méthodes	La démarche est participative et propose une articulation entre théorie et mise en pratique. Toutes les techniques d'animation utilisées pendant la formation peuvent être reprises par les participant.e.s pour une utilisation dans le cadre de leurs pratiques. Les participant.e.s sont invité.e.s à échanger autour de leurs pratiques professionnelles.
Formateurs	M.Sc. Education et Promotion à la Santé & Diététicienne spécialisée en éducation
Prix	900€ + frais de déplacement (0,30 € par kilomètre)

Focus on : Thriving with Type 1 Diabetes

Diabète de type 1 & école ou foyer scolaire

Ce n'est pas la difficulté de la tâche qui importe, mais la manière dont on y fait face.
– Confucius

Description

Le diabète de type 1 est une maladie chronique qui touche principalement les enfants et les jeunes adultes. Cette formation a été élaborée pour soutenir le personnel scolaire ou extra-scolaire travaillant avec des enfants vivant avec un diabète, afin d'acquérir de bonnes pratiques pour mieux accompagner ces enfants. L'objectif est d'assurer un accompagnement adéquat qui favorise l'épanouissement, la croissance et l'évolution de l'enfant tout en gérant leur maladie en toute sécurité.

Contenu

- Compréhension du diabète de type 1
- Gestion quotidienne du diabète à l'école ou au foyer scolaire
- Influence de l'activité physique et de l'alimentation
- Reconnaissance et gestion des urgences (hypo/hyperglycémie)
- Communication avec les parents et professionnels de santé
- Intégration de l'enfant

Conditions générales

Durée	6h
Langue	LU, DE, FR, ENG
Public cible	Professionnels du milieu socio-éducatif dans l'éducation formel ou non-formel
Objectifs	<ul style="list-style-type: none">• Comprendre les enjeux du diabète de type 1 chez l'enfant.• Gagner de la confiance dans le quotidien.• Apprendre à reconnaître et réagir face aux symptômes d'hypoglycémie et d'hyperglycémie.• Acquérir des compétences pour aider dans la gestion au quotidien.• Favoriser l'intégration sociale des enfants vivant avec un diabète.
Méthodes	La démarche est participative et propose une articulation entre théorie et mise en pratique. Toutes les techniques d'animation utilisées pendant la formation peuvent être reprises par les participant.e.s pour une utilisation dans le cadre de leurs pratiques. Les participant.e.s sont invité.e.s à échanger autour de leurs pratiques professionnelles.
Formateur	Infirmière ou diététicienne spécialisés en éducation
Prix	600€ + frais de déplacement (0,30 € par kilomètre)

Focus on : Understanding Diabète et adolescence

"Donnez aux jeunes des racines pour qu'ils sachent où ils appartiennent, et des ailes pour qu'ils puissent s'envoler." – Johann Wolfgang von Goethe

Description

L'adolescence est une période de transformations profondes, marquée par des défis de développement physique, émotionnel, social et identitaire. Ces changements, souvent accompagnés d'un besoin accru d'autonomie et de reconnaissance, peuvent être particulièrement complexes pour les jeunes vivant avec un diabète. La gestion quotidienne de cette maladie chronique, avec ses contraintes médicales et sociales, peut entrer en conflit avec les tâches développementales propres à cet âge de transition.

Cette formation explore les interactions entre les défis de l'adolescence et la gestion de cette maladie chronique, en proposant des outils pratiques pour accompagner les jeunes dans leur quête d'autonomie et de bien-être.

Contenu :

- Stades de développement des adolescents
- Influence de l'adolescence sur le diabète
- Influence du diabète sur l'adolescents
- Stigmatisation liée au diabète

Conditions générales

Durée	4h
Langue	LU, DE, FR, ENG
Public cible	Professionnels du milieu socio-éducatif
Objectifs	<ul style="list-style-type: none">• Comprendre les spécificités de l'adolescence et leurs impacts sur la gestion du diabète.• Identifier les défis liés au développement adolescent et leur influence sur l'adhésion au traitement.• Fournir des outils pour accompagner les adolescents dans leur autonomie et leur bien-être.
Méthodes	La démarche est plutôt théorique mais elle combine la théorie avec des échanges interactifs pour comprendre les défis des adolescents avec un diabète et des études de cas pratiques pour illustrer les impacts sur leur quotidien. Des exercices de réflexion en groupe favorisent le développement de l'empathie et l'identification de solutions adaptées.
Formateur	M.Sc. Education et Promotion à la Santé
Prix	500€ + frais de déplacement (0,30€ par kilomètre)

Milieu socio-éducatif

Adultes et seniors

Focus on : Nutrition

Education alimentaire

Manger est une nécessité, mais manger intelligemment est un art. — Francois de La Rochefoucauld

Description

Le diabète est une maladie chronique, non guérissable, dont le traitement comporte des contraintes quotidiennes, parfois difficiles à accepter et dont la prévalence ne cesse d'augmenter.

La prévention du diabète, mais aussi la prévention des complications secondaires chez les personnes vivantes avec un diabète, sont fortement liées au comportement de santé et au comportement alimentaire des personnes.

Cette formation propose d'apporter des connaissances et des outils en alimentation équilibrée, alimentation adaptée au diabète et pour la personne âgée vivant ou non avec le diabète.

Contenu

- Les bases de la nutrition
- Alimentation adaptée pour le diabète et la personne âgée
- Technique d'éducation alimentaire en groupe ou en individuel

Conditions générales

Durée	8h
Langue	LU, DE, FR, ENG
Public cible	Professionnels de santé et socio-éducatif
Objectifs	<ul style="list-style-type: none">• Connaître les bases de la nutrition : protéines, glucides, lipides, vitamines.• Connaître les bases de l'alimentation équilibrée• Connaître les spécificités de l'alimentation pour une personne vivant avec le diabète• Connaître les spécificités de l'alimentation pour une personne vivant avec le diabète• Savoir utiliser des outils d'éducation alimentaire
Méthodes	La démarche est participative et propose une articulation entre théorie et mise en pratique. Toutes les techniques d'animation utilisées pendant la formation peuvent être reprises par les participant.e.s pour une utilisation dans le cadre de leurs pratiques. Les participant.e.s sont invité.e.s à échanger autour de leurs pratiques professionnelles.
Formateurs	M.Sc. Education et Promotion à la Santé & Diététicienne spécialisée en éducation
Prix	900€ + frais de déplacement (0,30€ par kilomètre)

Focus on : Prevention

La science de la prévention

La santé est la première des richesses. — Platon

Description

Le diabète est une maladie chronique, non guérissable, dont le traitement comporte des contraintes quotidiennes, parfois difficiles à accepter et dont la prévalence ne cesse d'augmenter.

Cette formation propose d'apporter des connaissances et des ressources, en termes de références et d'outils, sur la prévention du diabète en termes d'éducation pour la santé. Les méthodes et outils seront à intégrer d'une manière flexible dans le quotidien du personnel et peuvent être utilisés en situation de groupe ou en individuel. L'interactivité des méthodes facilitera de transmettre des messages de prévention plus durables et efficaces.

Contenu

- Les déterminants des comportements de santé
- Les bases du diabète et son impact sur la santé
- Des techniques pour concevoir et mettre en œuvre des interventions préventives

Conditions générales

Durée	8h
Langue	LU, DE, FR ou ENG
Public cible	Professionnels de santé et socio-éducatif
Objectifs	<ul style="list-style-type: none">• Identifier ce qui influence les comportements de santé.• Expliquer les principales notions autour du diabète.• Prendre conscience de ses propres représentations et savoir prendre en compte celle de ses publics.• Pouvoir mettre en place des interventions de prévention du diabète et de l'éducation pour la santé.
Méthodes	La démarche est participative et propose une articulation entre théorie et mise en pratique. Toutes les techniques d'animation utilisées pendant la formation peuvent être reprises par les participant.e.s pour une utilisation dans le cadre de leurs pratiques. Les participant.e.s sont invité.e.s à échanger autour de leurs pratiques professionnelles.
Formateurs	M.Sc. Education et Promotion à la Santé & Infirmière en éducation
Prix	900€ + frais de déplacement (0,30€ par kilomètre)

Focus on : Well-being

Diabète et bien-être

Existe-t-il pour l'Homme un bien plus précieux que la Santé ?- Socrate

Description

Le diabète, en tant que maladie chronique, impacte non seulement la santé physique, mais également le bien-être mental, émotionnel et social des personnes concernées. Chez les adultes et les personnes âgées, le bien-être joue un rôle crucial dans la gestion de la maladie, influençant la motivation à suivre les traitements, à maintenir un mode de vie actif et à rester connecté socialement. Inversément, une mauvaise gestion du diabète peut fragiliser le bien-être et engendrer un sentiment de perte d'autonomie ou d'isolement.

Cette formation met la personne au centre des préoccupations, en s'appuyant sur les principes de la salutogenèse. Plutôt que de se concentrer sur la maladie, l'approche salutogénique explore les ressources et les forces des individus pour promouvoir une meilleure qualité de vie. Les participants apprendront à renforcer le sentiment de cohérence des personnes vivant avec un diabète, en travaillant sur trois axes : aider les individus à mieux comprendre leur maladie, leur donner les outils pour la gérer et leur permettre de trouver du sens dans leur quotidien.

Contenu

- Lien entre le bien-être et la gestion du diabète
- Approches centrées sur les ressources individuelles
- Stratégies pour promouvoir l'autonomie et prévenir l'isolement.
- Spécifiés du diabète chez les adultes et les personnes âgées
- Outils pratiques

Conditions générales

Durée	4h
Langue	LU, DE, FR et ENG
Public cible	Professionnels de santé et socio-éducatif
Objectifs	<ul style="list-style-type: none">• Comprendre l'interaction entre bien-être et gestion du diabète.• Adopter une approche centrée sur les ressources et les forces des individus pour renforcer leur autonomie.• Promouvoir des comportements sains et une qualité de vie globale à travers des stratégies adaptées.• Appliquer des outils concrets pour accompagner les adultes et personnes âgées dans un cadre socio-éducatif.
Méthodes	La formation s'appuie sur une approche interactive et pragmatique. Toutes les techniques d'animation utilisées pendant la formation peuvent être reprises par les participant.e.s pour une utilisation dans le cadre de leurs pratiques. Les participant.e.s sont invité.e.s à échanger autour de leurs pratiques professionnelles.
Formateurs	M.Sc. Education et Promotion à la Santé
Prix	500€ + frais de déplacement (0,30€ par kilomètre)

Milieu du travail

Focus on : Prevention

Prévention du diabète dans le milieu du travail

Existe-t-il pour l'Homme un bien plus précieux que la Santé ?- Socrate

Description

Le diabète de type 2 représente une menace croissante pour la santé publique. Dans beaucoup de cas, le diabète de type 2 peut être prévenu et sa prévention passe par une combinaison de comportements sains. Cette formation propose une approche complète pour prévenir le diabète en milieu professionnel, en intégrant l'éducation alimentaire, la gestion du stress et la promotion de l'activité physique. Ces éléments sont des leviers essentiels pour diminuer les risques liés à cette maladie.

Cette formation permet aux responsables ressources humaines, managers et équipes de santé au travail d'acquérir des compétences pour intégrer la prévention du diabète dans leur environnement de travail.

Contenu

- Aperçu sur le diabète
- Identification et mise en place des stratégies et méthodes de prévention efficace
- Mise en place d'une politique de santé au travail

Conditions générales

Durée	8h
Langue	LU, DE, FR, ENG
Public cible	Professionnels du milieu de travail (ressources humaines, responsables de santé au travail, responsables bien-être, managers)
Objectifs	<ul style="list-style-type: none">• Comprendre les principaux déterminants du diabète, y compris l'alimentation, le stress et l'activité physique.• Identifier les stratégies les plus efficaces pour prévenir le diabète en milieu professionnel, notamment à travers l'éducation alimentaire, la gestion du stress et l'activité physique.• Apprendre à intégrer l'éducation alimentaire dans une approche globale de prévention du diabète au travail.• Acquérir des compétences pratiques pour la gestion du stress et la promotion de l'activité physique au travail.• Fournir des outils pratiques et adaptables pour intégrer ces stratégies dans les activités quotidiennes des employés.
Méthodes	La formation combine théorie et pratique avec une approche participative. Les techniques d'animation sont directement applicables dans le milieu de travail et adaptées à différents types d'environnements professionnels. Les participant.e.s seront invité.e.s à partager leurs expériences, échanger sur les défis spécifiques de leur entreprise et réfléchir à des solutions pratiques pour améliorer la prévention du diabète. Des études de cas et des exercices pratiques aideront à identifier les moyens les plus efficaces d'encourager un mode de vie sain au travail.
Formateurs	M.Sc. Education et Promotion à la Santé
Prix	1.000€ + frais de déplacement (0,30€ par kilomètre)

Milieu de soins de personnes âgées

Centres de soins & Services de soins à domicile

N.B. Les formations seront adaptées au contexte

Focus on : Management

"La connaissance est la seule arme qui s'aiguise avec l'usage."

– Proverbe arabe

Description

Le diabète concerne une part croissante de la population et constitue un défi central pour le personnel soignant.

Au Luxembourg, la prise en charge des personnes vivant avec le diabète est un aspect significatif du travail quotidien des professionnels de santé. Afin de garantir un accompagnement et un soutien optimaux aux personnes concernées, il est essentiel que le personnel soignant reste constamment informé des bases, des approches thérapeutiques et des innovations dans la gestion du diabète.

Les formations régulières offrent l'opportunité de rafraîchir les connaissances existantes, d'intégrer de nouvelles approches thérapeutiques et d'optimiser la qualité des soins. Surtout dans un contexte où les recommandations médicales et les technologies évoluent, la formation continue joue un rôle clé pour assurer une prise en charge sécurisée et efficace des patients.

Contenu

- Introduction au diabète et à ses impacts
- Thérapies du diabète et leur importance
- Mesures de soins infirmiers dans la prise en charge du diabète
- Accompagnement psychosocial
- Gestion des situations d'urgence

Conditions générales

Durée	4h
Langue	LU, ENG, DE, FR
Public cible	Aides-soignants, infirmières
Objectifs	<ul style="list-style-type: none">• Identifier les bases des différents types de diabète ainsi que leurs différences, leurs causes et leurs symptômes.• Comprendre la physiologie de la régulation de la glycémie et ses dysfonctionnements.• Reconnaître les conséquences à long terme du diabète sur le corps et le bien-être.• Avoir une vue d'ensemble sur la thérapie par insuline, les antidiabétiques oraux, les nouvelles thérapies et leur application.• Utiliser des techniques nouvelles et connues pour la mesure de la glycémie.• Prévenir les complications aiguës et chroniques liées au diabète et les traiter de manière professionnelle dès leur apparition.• Identifier de manière fiable les situations d'urgence aiguës et y répondre de façon adéquate.• Détecter, évaluer et répondre de manière appropriée aux charges psychologiques liées au diabète pour soutenir les personnes concernées.
Méthodes	Les méthodes utilisées dans cette formation combinent la transmission de connaissances théoriques avec des exercices pratiques, afin d'offrir aux participant.e.s une compréhension complète de la gestion du diabète. Cette approche inclut des présentations, des études de cas, des scénarios pratiques, ainsi que des travaux et discussions en groupe.
Formateur	Infirmière en éducation
Prix	380€ + frais de déplacement (0,30€ par kilomètre)

Focus on : Well-being

Diabète et bien-être chez la personne âgée

"La science est un outil puissant, mais c'est l'empathie qui fait la différence."

– Anonyme

Description

Le diabète, surtout chez les personnes âgées, impacte non seulement la santé physique, mais aussi le bien-être mental et social. L'approche salutogénique, qui met l'accent sur les ressources et forces des individus, est essentielle pour soutenir les personnes dans leur gestion du diabète et leur qualité de vie. En particulier, le bien-être des personnes peut être renforcé par l'attitude et les comportements du personnel soignant, qui joue un rôle clé dans la gestion de la maladie.

Contenu

- Lien entre bien-être et gestion du diabète
- Approches centrées sur les ressources individuelles
- Stratégies pour promouvoir l'autonomie et prévenir l'isolement

Conditions générales

Durée	4h
Langue	LU, ENG, DE, FR
Public cible	Professionnels de santé, travailleurs sociaux et socio-éducatifs
Objectifs	<ul style="list-style-type: none">• Comprendre l'interaction entre bien-être et gestion du diabète chez les adultes et les personnes âgées.• Adopter une approche centrée sur les forces et les ressources des individus pour renforcer leur autonomie.• Mettre en place des stratégies pour favoriser un bien-être global tout en gérant le diabète.• Utiliser des outils pratiques pour accompagner les personnes âgées dans leur gestion du diabète et améliorer leur qualité de vie.
Méthodes	La formation utilise une approche interactive et pragmatique, en combinant théorie et mise en pratique. Les participant.e.s seront invité.e.s à réfléchir sur leurs expériences professionnelles et à échanger des idées sur des approches concrètes adaptées au contexte des centres de soins. Des études de cas, des exercices pratiques et des discussions de groupe seront utilisés pour approfondir la compréhension de la gestion du diabète dans un cadre socio-éducatif et pour renforcer l'autonomie des patients.
Formateur	M.Sc. en Éducation et Promotion à la Santé
Prix	500€ + frais de déplacement (0,30€ par kilomètre)

Focus on : Companionship

Accompagnement de la personne vivant avec un diabète

*"Il ne s'agit pas seulement de soigner la maladie, mais d'accompagner la personne."
– Dr. Paul Tournier*

Description

La prise en charge du diabète repose sur une approche globale qui implique l'ensemble de l'équipe soignante. Cette approche met l'accent non seulement sur les traitements médicamenteux et l'alimentation équilibrée, mais aussi sur l'importance de l'activité physique et des contrôles réguliers. Tous les membres de l'équipe travaillent ensemble pour offrir un soutien optimal aux patients sur les plans physique, émotionnel et social.

Les ASF et les auxiliaires de vie passent beaucoup de temps auprès des résidents et des patients, jouant un rôle clé dans leur accompagnement et leur soutien, ce qui fait d'eux des acteurs essentiels des soins quotidiens.

Contenu

- Rafrâichissement théorique
- Surveillance du métabolisme
- Les trois piliers du traitement : activité physique, alimentation, médicaments
- Accompagnement psychosocial
- Complications aiguës : hyperglycémie, hypoglycémie
- Complications chroniques : prévention et détection

Conditions générales

Durée	2,5h
Langue	LU, ENG, DE, FR
Public cible	Aides socio-familiales, auxiliaires de vie
Objectifs	<ul style="list-style-type: none">• Différencier les deux principaux types de diabète et nommer leurs caractéristiques principales.• Identifier les recommandations actuelles concernant les valeurs dans les normes.• Reconnaître les deux principales classes de médicaments pour le traitement du diabète et leurs spécificités.• Détecter précocement les situations d'urgence et y réagir de manière appropriée.• Identifier les différentes complications et les prévenir efficacement.• Reconnaître les impacts psychologiques liés au diabète et répondre avec empathie et soutien.
Méthodes	La formation combine la transmission et la mise à jour des connaissances via des présentations, des vidéos, du matériel didactique, ainsi que des exercices pratiques, comme la simulation de situations quotidiennes, des discussions en groupe et/ou des travaux en groupe.
Formateur	Infirmière en éducation
Prix	250€ + frais de déplacement (0,30€ par kilomètre)