

Diabète – et si on sortait ?

Sortir au restaurant même avec un diabète : c'est possible !

Une sortie au restaurant doit rester un moment de plaisir et convivial.

Il est tout à fait possible de concilier recommandations nutritionnelles et restauration, même avec un diabète.

L'équilibre alimentaire se fait sur la semaine.



L'atelier proposé permet d'échanger et de vous guider dans vos choix de menus.

Etre invité ou recevoir & comment allier plaisirs et glycémies.

Vous y trouverez quelques astuces pour faire de ce moment convivial un moment gourmand.