

Association ACTIV'DIAB 67
CHU de Hautepierre
Asc B - Niv 10
67200 STRASBOURG

Tél: 07 88 19 06 40

Email : activdiab67@yahoo.fr



Permanence le mardi de :
10h00 à 16h00
ou sur RDV

notre site : www.activdiab67.fr

Objet : Appel à cotisation 2023

Madame, Monsieur, cher(e) adhérent(e),

"Début 2022, nous rêvions tous de vivre enfin une année paisible après deux ans de pandémie mais nos espoirs ont été déçus et nous devons reconnaître que notre présent est bien loin de "la vie d'avant". Chacun est confronté à un environnement perturbé impactant son budget, son moral, voire sa santé.

« Bouger » pour renforcer son capital santé est inscrit dans la prise en charge de nombreuses maladies, en particulier le diabète. Pratiquer une activité physique adaptée améliore notre état mais c'est aussi bon pour notre moral en réduisant le stress et en améliorant bien-être et image de soi. Deux impératifs pour nous faciliter cette pratique : un programme tenant compte des limites personnelles encadré par un professionnel, tout en étant accessible financièrement.

Dans cet esprit, « Unis vers le Sport » vous propose des activités physiques conçues pour les personnes diabétiques et encadrées par des moniteurs diplômés APA (Activité Physique Adaptée). Ces activités sont gratuites grâce au financement de sponsors. Vous trouverez une plaquette jointe à ce courrier et toutes les informations pratiques sur notre site (lieux, jours et horaires).

Par ailleurs, nous signalons aux adeptes des réseaux sociaux une plate-forme d'échanges et d'informations, notamment sur le diabète, à l'adresse : www.carecity.com, un site fiable, validé médicalement et gratuit.

En 2023, les psychologues dont nous avons créé le poste resteront à disposition des patients, hospitalisés ou non. Leur travail est indispensable aux personnes qui sont dans le déni ou qui ne parviennent pas psychologiquement à assumer seules la prise en charge de leur diabète. Le financement de ce poste nous incombe toujours et nous nous sommes déjà engagés pour les 12 mois à venir.

Notez bien les dates à retenir dès à présent dans notre programme 2023 dont vous trouvez un premier aperçu succinct au verso de ce courrier.

Même si la gestion d'Activ'diab67 est rigoureuse et qu'elle repose sur le bénévolat intégral de ses animateurs, l'association doit faire face à ses charges. **Nous avons besoin, plus que jamais, de votre soutien.**

Renforcez le poids et les actions de votre association par votre adhésion 2023,
Dont le montant inchangé est de **25 euros**

Votre règlement peut se faire par chèque ou par virement au Crédit Mutuel :

IBAN : FR76 1027 8010 1200 0204 5790 157 – BIC : CMCIFR2A,

en précisant impérativement vos nom et prénom. Carte de membre et reçu fiscal vous parviendront en retour.

Pour cette année 2023, les membres du Conseil d'Administration, se joignent à moi pour vous adresser ainsi qu'à vos proches nos vœux sincères de santé et de persévérance.

Bien à vous

Francis MANN

Prévision programme 2023

Samedi 11 mars : Assemblée Générale à l'amphithéâtre du CEED
suivie de « L'hypnothérapie, pourquoi et pour qui ? »
Par Elena STOJANOVSKI, hypnothérapeute

Vendredi 21 avril : Journée du Cœur, pavillon Joséphine, thème : l'AVC

Dimanche 14 mai : Courses de Strasbourg

Dimanche 21 mai : randonnée pédestre sur le sentier des sculptures roche solaire 3
Circuit B13 -départ du cimetière militaire de Wisches
Distance 7km, dénivelé 170m pour tout public

Dimanche 25 juin : sortie vélo
départ 9h30 de la Mairie de Gerstheim
pour un circuit transfrontalier d'environ 35km

Dimanche 24 septembre : sortie bus Ecomusée d'Ungersheim

... Et si nous organisons à nouveau **un rendez-vous convivial** au 4^{ème} trimestre ?
Nous y réfléchissons ensemble lors de notre Assemblée Générale au mois de mars

Nous sommes toujours à l'écoute pour répondre à vos questions ainsi qu'à celles de vos proches.
Le nouveau bureau est là pour vous accueillir, en présentiel ou par zoom, selon votre convenance.