

# Manger équilibré, c'est la **santé**

Livret d'accompagnement de l'exposition



RESEAU DIABÈTE MAYOTTE

AGISSONS CONTRE LE DIABÈTE. **MAINTENANT.**

# D'hier à aujourd'hui: du panier au chariot



“ Je me nourris  
de la terre  
et de la mer.  
Je prends soin  
de mon île. ”



” J'évite la  
surconsommation.  
Je me limite  
à ce dont  
j'ai besoin. ”

Je n'achète  
pas que  
des surgelés.

J'encourage  
la production  
locale.

Je n'oublie  
pas mes  
traditions.



je cultive



je élève



je récolte



je prends soin



je transmets



je cuisine



je vais au marché



AGISSONS CONTRE LE DIABÈTE. MAINTENANT.

**Diabétique ou non, manger équilibré, c'est mieux vivre**



*Avec le réseau RéDiabYlang976*



*Je bouge...*

*Je parle du diabète.*

*Je partage des savoirs.*

*Je vis mieux.*

*Je conseille mon entourage...*

*Je n'oublie pas mon traitement...*



**Le diabète ne fait pas de discrimination**

femmes / hommes  
séniors / jeunes  
pauvres / riches



**RÉSEAU DIABÈTE MAYOTTE**

résidence Anakao appartement n° 5, rue de Cavani, 97600 Mamoudzou  
tél. : 0269 61 04 00 fax : 0269 61 04 02 gsm : 0639 69 84 76  
direction@rediab-ylang.fr / administration@rediab-ylang.fr



Cette exposition a bénéficié du soutien de la Direction de l'alimentation, de l'agriculture et de la forêt de Mayotte dans le cadre du Programme national pour l'alimentation.



© novembre 2012 / RéDiabYlang 976

Droits de reproduction, diffusion et adaptation réservés pour tous pays. Toute reproduction, sous quelque forme que ce soit, ne peut être effectuée sans demande préalable auprès de RéDiabYlang976 et ArmenFactory Mayotte.

*La santé, c'est l'affaire de tous...*

**AGISSONS CONTRE LE DIABÈTE. MAINTENANT.**