

## Les associations au rendez-vous

La Journée du cœur n'a pas eu droit à son été indien habituel, hier, mais les membres du collectif mulhousien de prévention des maladies neuro et cardiovasculaires ont joué le jeu, dont Insulib, une toute jeune association.



Au stand d'Insulib, le test de la glycémie est effectué par Bertrand Lego et Éric Dehling. (Photo DNA — Philip Anstett)

imprimer envoyer commenter partager : [f](#) [t](#) [A](#) [A](#) [A](#)

“ Avec id

20, 22, 25 kg ? Les personnes accueillies à l'entrée du village santé, hier place de la Réunion, soulevaient avec peine le gros panier de fruits et légumes, pour trouver son poids. En cadeau : des entrées pour la piscine ou le zoo, histoire de se dépenser.

### « On adapte son insuline à son alimentation »

L'activité physique est l'un des leitmotivs des 27 membres du collectif, qu'il s'agisse de maladies cardiaques, d'insuffisance rénale ou de diabète.

L'association Insulib (diabétiques de type 1 et

soignants) a rejoint depuis un an les différents partenaires de cette Journée du cœur. Créée en 2009, elle compte environ 80 personnes, à qui elle propose une sérieuse formation. « On privilégie un type de traitement : l'insulinothérapie fonctionnelle, explique son président Éric Dehling. On adapte son insuline à son alimentation, contrairement aux traitements traditionnels qui sont fondés sur un certain nombre d'interdits. C'est une pratique encore peu répandue en France alors qu'elle est utilisée depuis plus d'un quart de siècle dans les pays limitrophes ».

À chaque repas, le patient fait ses petits calculs, qui deviennent rapidement assez faciles selon Éric Dehling. « Le malade devient acteur de son diabète » et continue de mesurer sa glycémie cinq à six fois par jour, en effectuant des contrôles. « Le patient devient proactif, ajoute Bertrand Lego, le secrétaire d'Insulib. C'est la première fois que je vois des patients qui s'approprient leurs médicaments. Cela change la vie du patient et la vie de sa famille ».

Au sein de l'association, les membres s'informent, se soutiennent, participent à des conférences, à un groupe de parole et vont bientôt s'initier à la marche nordique.

K.D.