

LE GROUPE DE PERSONNES DIABÉTIQUES

DE L'ASBL
LES PISSENLITS

QUI ?

Quelques personnes se sont réunies pour la première fois en 2003 avec pour objectif de « mieux vivre » avec le diabète grâce à la participation à un espace communautaire proposé par l'asbl les Pissenlits.

Cette association, de démarche communautaire en santé, a mis en place des séances régulières d'échanges et de réflexion pour les personnes ayant un lien avec le diabète afin de partager leur quotidien, participer à des projets de groupe, et sensibiliser le monde extérieur au diabète en menant des actions de plaidoyer.

QUOI ? COMMENT ?

« Comment conseiller à des personnes de manger de façon plus saine, alors qu'il n'y a pas d'alternatives pour les personnes diabétiques sur le marché ? »

membre du groupe des personnes diabétiques des Pissenlits.

Une première action de sensibilisation à une alimentation saine au sein du marché des Abattoirs d'Anderlecht a amené le groupe à constater qu'il n'y avait pas de réelle offre alimentaire favorable à la santé sur ce marché. Face à ce manque, le groupe a décidé d'interpeller le service de prévention et de promotion de la santé de la commune d'Anderlecht. Depuis, la commune les soutient dans leurs actions de sensibilisation sur les marchés, et notamment pour le Village Santé au marché annuel d'Anderlecht.

Une autre action a été menée autour du pain favorable à la santé. Suite à des rencontres avec des boulanger·es, le groupe a entamé la création d'une brochure pour un pain favorable à la santé à destination des boulanger·es et du grand public. Cependant, le groupe s'est heurté à des enjeux d'accessibilité économique et de possibilité de libre-choix d'utilisation des farines par les boulanger·es.

« Quand on demandait aux boulanger·es de mettre plus de pain complet dans leurs boutiques, ils nous disaient que les farines étaient déjà toutes faites quand ils les achètent, qu'ils ne peuvent pas changer ». Plus largement, face à la récurrence des petits déjeuners avec uniquement des viennoiseries ou des sandwiches sans pain complet lors des rencontres avec les acteurs·trices du secteur santé-social, le groupe a aussi trouvé important de mettre en place des actions de sensibilisation pour une offre d'alimentation favorable à la santé lors des réunions chez des partenaires.

★ LEVIERS ET FREINS

DES ACTIONS DE PLAIDOYER

Le groupe a développé une forte dynamique communautaire qui perdure depuis 2003. Il est ouvert à des personnes de toutes cultures, de toutes générations, sourd·es et entendant·es (une interprète en langue des signes est présente à chaque séance), ayant plus ou moins de connaissances sur le diabète. L'investissement y est très flexible, les personnes présentes depuis plus longtemps accueillent les nouvelles. Chaque séance débute par un moment convivial et d'échange accompagné d'un petit déjeuner sain adapté à l'alimentation pour personnes diabétiques.

De ces actions de plaidoyer au niveau local, il en ressort qu'il est tout à fait possible de sensibiliser les élu·es et les administrations afin qu'ils participent à la santé à travers leurs compétences, même si le niveau communal n'a pas toujours de budget attribué à la santé.

« En tirant sur un fil, ici un aliment de base présent sur toutes les tables du monde : le pain, on peut se rendre compte de toutes les mesures politiques nécessaires pour assurer un pain favorable à la santé de toutes et tous ».

Participante à l'atelier

★ RESSOURCES

- ▶ LES PISSENLITS ASBL : [HTTPS://WWW.LESPISSENLITS.BE/ACCUEIL](https://www.lespissenlits.be/accueil)

Vous pouvez retrouver le calendrier des rencontres du groupe de personnes diabétiques sur le site de l'asbl.

- ▶ ADRESSE MAIL : ASBL@LESPISSENLITS.BE

The infographic is titled "DIABETE INFORMATIONS - SENSIBILISATION" and is supported by COCOF. It details an event on Friday, June 7, 2024, from 9 AM to 1 PM at the Marché des Abattoirs (rue Ropy Chaudron, 24 - Anderlecht, Metro Clémenceau). The event includes a discovery of movement activities (gym, yoga), a health information stand, personalized dietary advice, a health collation, a blood sugar test, and foot care exchanges. It also features a welcome and meeting with the group of people with diabetes. Contact information for LSFb is provided: 0479/24 22 79, 10h to 12h. The infographic is a collaborative effort with various partners including Maisons Médicales Anderlecht, Arnica, Horizons, Perspective, Triangle, Medikuregem, Goujonissimo, FDSB-RAQ, Brusano Basin Centre Ouest, Logo Brussel, CHW, Gymsana, Sport in Anderlecht, Cellule Climat/Développement durable 1070, CAD De Boer et l'ASBL Les Pissenlits.