

Meylan/Paris, le 10 octobre 2017



« Miam Stram Grammes » : un jeu de cartes aussi coloré qu'instructif, pour les enfants ayant un diabète de type 1

Roche Diabetes Care France propose, en partenariat avec l'Aide aux Jeunes Diabétiques, « Miam Stram Grammes », un jeu de cartes coloré et instructif qui permet aux jeunes patients d'appréhender l'équilibre alimentaire, les groupes d'aliments et leur teneur en glucides – et, ainsi, de mieux comprendre et gérer leur diabète.

Aujourd'hui en France, 25 000 enfants sont atteints de diabète de type 1, et ce chiffre croît de plus de 3%¹ chaque année. **Ces jeunes patients ont besoin de solutions adaptées pour comprendre leur diabète et mieux le gérer au quotidien.** C'est pourquoi RDCF, en partenariat avec l'AJD, a mis au point le jeu « Miam Stram Grammes ».

Le diabète est une maladie contraignante et exigeante pour les jeunes patients et leurs familles ! Elle suppose d'avoir des connaissances en nutrition et de pouvoir évaluer l'apport glucidique de ses repas. C'est tout l'intérêt des cartes à jouer « Miam Stram Grammes ». **Chacune d'elle est construite autour d'un aliment représentatif des modes de consommation des enfants et des adolescents.** Ces aliments ont été choisis à l'issue d'un dialogue avec l'AJD et les parents de jeunes patients diabétiques. Chaque aliment est associé à une famille, conformément au Programme national nutrition santé. Par exemple, les féculents sont en jaune, les légumes en vert... Seule petite « entorse » au PNNS, le jeu comporte des plats composés représentés en violet.

Une portion de l'aliment est représentée au recto de la carte. Au verso, elle est assortie d'informations nutritionnelles : la quantité de glucides, une jauge de couleur rose pour l'index glycémique, une autre de couleur jaune pour l'estimation de la teneur en lipides.

¹ Surveillance épidémiologique du diabète de l'enfant – INVS (2007)



L'éducation à la maladie : un prérequis indispensable pour bien vivre son diabète

« **Miam Stram Grammes** » est destiné aux services de pédiatrie des centres hospitaliers, et aux parents. Le jeu est pensé pour être orchestré par un adulte, par exemple une infirmière d'éducation qui pourra accompagner les enfants et adolescents dans des combinaisons variées : frise glucidique, devinette sur une carte particulière, comparaison entre différents aliments, combinaison de plusieurs aliments pour évaluer l'apport glucidique d'un repas entier. Ce sont autant d'occasions de dialoguer autour des idées reçues et des réalités en matière de nutrition.

Les retours sont très positifs, qu'ils viennent des soignants ou des parents ; les enfants assimilent rapidement les règles du jeu et se prêtent aisément aux devinettes. Les parents se rendent compte qu'il est difficile d'apprécier l'apport glucidique d'un aliment ou d'un repas, et sont souvent contents d'apprendre en même temps que leur enfant !

Miam Stram Grammes a été utilisé avec succès cet été dans le cadre de la formation des soignants et animateurs qui participent aux séjours de l'AJD² : « *Afin d'accompagner au mieux les jeunes dans nos programmes d'éducation thérapeutique lors des séjours que nous organisons, la formation de l'ensemble des adultes encadrants est indispensable. L'utilisation du jeu Miam Stram Grammes a été au cœur de notre formation autour de l'alimentation : du plaisir, des rires et des mises en pratique concrètes qui ont permis aux équipes de s'approprier les connaissances et d'utiliser efficacement cet outil au cours des séjours* ». Carine Choleau, co-directrice de l'association Aide aux jeunes Diabétiques.

2 Les séjours médico-éducatifs de l'AJD proposent la pratique d'activités ludiques, physiques et sportives (randonnée, bicyclette, natation, voile, équitation, tir à l'arc...) aux jeunes ayant un diabète de type 1, tout en assurant une éducation thérapeutique dans un contexte interactif, propice à l'acquisition des connaissances et des comportements nécessaires pour la bonne qualité du traitement.

Plus d'informations : <http://www.ajd-diabete.fr/les-sejours-educatifs/le-cadre-des-sejours-ssr/>

Informations pratiques

Édition

Ce jeu de carte est né du partenariat entre l'AJD (Association l'Aide aux Jeunes Diabétiques) et Roche Diabetes Care France.

Public

Il est destiné aux enfants et aux adolescents ayant un diabète de type 1, ainsi qu'à leur entourage et au personnel médical en charge d'accompagner ces jeunes patients.

Où le trouver ?

Après de Roche Diabetes Care France : france.diabetescare@roche.com

À propos de Roche Diabetes Care

Roche Diabetes Care est à l'avant-garde du développement de systèmes de surveillance de la glycémie et figure parmi les leaders mondiaux pour les systèmes et services de prise en charge du diabète. Depuis plus de 40 ans, Roche Diabetes Care s'efforce d'aider les personnes diabétiques à vivre une vie aussi normale et active que possible, et de permettre aux professionnels de santé une prise en charge optimale de leurs patients atteints de diabète. Aujourd'hui, Roche Diabetes Care offre aux diabétiques et aux professionnels de santé des produits innovants et des solutions utiles pour une prise en charge pratique, efficace et efficiente du diabète. Cette offre comprend des lecteurs de glycémie, des dispositifs d'injection de l'insuline, des autopiqueurs, des systèmes de gestion des données et des supports d'information et d'éducation – contribuant à l'amélioration des résultats médicaux.

À propos de l'AJD

L'association l'Aide aux Jeunes Diabétiques a été créée en 1956. Le projet est né de la volonté de sortir les enfants de l'hôpital et de développer l'éducation. L'objectif était alors de permettre aux jeunes d'avoir plus de liberté dans leur vie quotidienne et plus d'autonomie dans la gestion de leur traitement afin d'améliorer leur qualité de vie. Cet esprit a permis à l'association d'être pionnière dans l'éducation thérapeutique des jeunes patients et de leur famille en donnant une place centrale au patient, le reconnaissant comme capable d'acquérir et de mettre en œuvre, dans sa vie quotidienne, des compétences d'auto-soins, et des compétences psycho-sociales ou d'adaptation. Ceci impliquait nécessairement un changement des rapports soignants-patients : l'AJD y a fortement contribué et continue d'œuvrer dans ce sens. Familles, patients et soignants hospitaliers continuent de former un groupe solidaire pour aider les jeunes à construire leur projet de vie.

Contacts presse

- RDCF :
Raphaële BADEL
04 76 76 18 54
raphaele.badel@roche.fr
- Havas Paris :
Anne-Sophie ANGELO
06 24 45 67 54
anne-sophie.angelo@havas.com
- Aide aux Jeunes Diabétiques :
Marion GENTAZ
01 44 16 72 65
marion.gentaz@ajd-educ.org