



Where Can I Go for Help with Type 2 Diabetes?

Type 2 diabetes is a serious and complicated disease. It takes time to learn all that you need to know and do to live well with diabetes. You are the most important person in the Diabetes Health Care (DHC) team. The DHC team is made up of you, your doctor, nurse, dietitian and others. Regular appointments with your DHC team are important to get education, support and medical care.

You can get more information about diabetes at the following places:

1. Your Health Care Team

- Can provide education, support and medical care
- Can refer you to specialists
- If you do not have a family doctor, call 786-7111 for a list of doctors who are taking new patients.

2. The Winnipeg Regional Health Authority web site www.wrha.mb.ca

- Information about diabetes with links to other diabetes sites
- Information about where diabetes education is offered in Winnipeg

3. Health Links – Info Santé available 24 hours a day, 7 days a week 788-8200 (1-888-315-9257)

- Health information about diabetes management
- Nurses will answer your questions about diabetes

4. Canadian Diabetes Association 925-3800 (1-800-226-8464) or www.diabetes.ca

- Information about diabetes
- Diabetes events
- Support and advocacy

5. National Aboriginal Diabetes Association 927-1220 (1-877-232-6232) or www.nada.ca

- Information about diabetes resources, prevention and education

6. Your local Community Health Centre or Nursing Station

- Can help you find the information you need

7. The following web sites offer information:

- Canadian Health Network www.canadianhealthnetwork.ca
- Dietitians of Canada www.dietitians.ca
- Healthy Eating is in Store for You www.healthyeatingisinstore.ca
- Health Canada www.healthcanada.ca/diabetes
- Manitoba Healthy Living website www.gov.mb.ca/healthyliving



À qui puis-je m'adresser pour obtenir de l'aide dans le cas du diabète de type 2 ?

Le diabète de type 2 est une maladie grave et compliquée. Il faut du temps pour vous renseigner sur ce qu'il faut savoir et faire pour bien vivre avec le diabète. Vous êtes la personne la plus importante de l'équipe soignante du diabète. Cette équipe est composée de vous, de votre médecin, de votre infirmière, de votre diététiste et d'autres. Il est important de prendre rendez-vous régulièrement avec votre équipe soignante pour obtenir de l'information, du soutien et les soins médicaux nécessaires.

Vous pouvez obtenir des renseignements additionnels sur le diabète aux endroits suivants :

1. Votre équipe soignante

- Peut vous donner les renseignements, le soutien et les soins médicaux nécessaires.
- Peut vous adresser à des spécialistes.
- Si vous n'avez pas un médecin de famille, composez le 786-7111 pour obtenir la liste des médecins qui prennent de nouveaux patients.

2. L'Office régional de la santé de Winnipeg – site Web www.wrha.mb.ca

- Information sur le diabète et des liens à d'autres sites sur le diabète
- Information sur l'éducation liée au diabète est offerte à Winnipeg

3. Health Links – Info Santé est disponible 24 heures par jour, 7 jours par semaine, tél. 788-8200 (1 888 315-9257)

- Information en matière de santé concernant la maîtrise du diabète
- Des infirmières répondront à vos questions au sujet du diabète

4. Association canadienne du diabète, tél. 925-3800 (1 800 226-8464) ou www.diabetes.ca

- Information sur le diabète
- Événements liés au diabète
- Soutien et la défense des droits

5. National Aboriginal Diabetes Association, tél. 927-1220 (1 877 232-6232) ou www.nada.ca

- Information sur les ressources, la prévention et l'éducation liées au diabète

6. Votre centre de santé communautaire ou poste de soins infirmiers

- Peut vous aider à trouver les renseignements dont vous avez besoin.

7. Vous pouvez obtenir de l'information sur les sites Web suivants :

- Réseau canadien de la santé à www.reseaucanadiensante.ca
- Les diététistes du Canada à www.dietitians.ca
- Faites provision de saine alimentation à www.healthyeatingisinstore.ca
- Santé Canada à www.hc-sc.gc.ca/francais/maladies/diabete
- La Vie saine Manitoba à www.gov.mb.ca/healthyliving