

PRENEZ VOTRE ALIMENTATION EN MAIN

La prise en charge du diabète commence par le déjeuner

VOUS AVEZ PROBABLEMENT ENTENDU DIRE QUE LE DÉJEUNER EST LE REPAS LE PLUS IMPORTANT DE LA JOURNÉE, MAIS SAVIEZ-VOUS CECI?

Chez les personnes diabétiques, sauter le déjeuner peut entraîner une plus grande consommation de sucres ajoutés et de calories au cours de la journée¹.

OU

Choisir des aliments qui ont un indice glycémique élevé au déjeuner peut entraîner une plus forte augmentation de la glycémie après le repas¹.

QUE POUVEZ-VOUS FAIRE POUR ÉVITER CES SITUATIONS?
OPTEZ POUR UN DÉJEUNER QUI CONTIENT :



des glucides à faible indice glycémique



des protéines



des fibres

QUELQUES IDÉES POUR UN DÉJEUNER SANTÉ À PRENDRE SUR LE POUCE



Yogourt avec des fruits



Gruau



Boisson Glucerna®



Rôtie tartinée de beurre d'arachide



Pomme et œuf



Banane et fromage



Smoothie à base de Glucerna®

Glucerna® est conçu pour les personnes atteintes de diabète. Lisez ce code QR pour découvrir des recettes, dont le smoothie-déjeuner à base de Glucerna®!





GLUCERNA®: CONÇU POUR LES PERSONNES ATTEINTES DE DIABÈTE

ALIMENTATION COMPLÈTE ET ÉQUILBRÉE®

- ✓ Glucides à faible indice glycémique[†]
- ✓ Teneur élevée en protéines
- ✓ Teneur élevée en fibres



OFFERT EN 4 DÉLICIEUSES SAVEURS[§] :



Vanille



Chocolat



Fraise



Petits fruits



INSCRIVEZ-VOUS GRATUITEMENT



Jusqu'à 100 \$^{††} en rabais et en offres spéciales



Du soutien et des conseils pour vous aider à prendre en charge votre diabète



Des recettes et des plans de repas créés pour les personnes diabétiques par des diététistes

[†] Seul Glucerna® à saveur de vanille a été étudié. Les autres saveurs ont un profil nutritionnel similaire à celui de la saveur de vanille.

[‡] Catégorie des suppléments nutritionnels oraux pour personnes diabétiques.

[§] Arômes naturel et artificiel.

^{††} En supposant une inscription sur une période de 3 ans. La nature et la valeur des offres peuvent varier.

Référence : 1. Kelly OJ, et al. 2018. Dietary intake trends associated with breakfast skipping in US adults by diabetes status. *Diabetes*. 68(Suppl. 1):affiche 1577-P.

© Laboratoires Abbott Cie

Imprimé au Canada

GLU/455F08 (SAP 20058958) - octobre 2023

