

Dia a dia amb la diabetis

Cicles: 1r i 2n

Tema: Els aniversaris (2)

PROFESSOR

ALUMNES



www.fundaciondiabetes.org

Ja saps que la Carol ha de mantenir un bon equilibri entre els aliments que menja que produeixen energia i la insulina que s'injecta.

Cairebé totes les laminadures que es reparteixen als aniversaris tenen molt de sucre.

Perquè la Carol pugui menjar-se-les sense problemes necessita fer càlculs bastant complicats sobre la insulina que s'ha d'injectar i, tot i així, no és gens fàcil que l'encerti.

Per això els pares i el metge de la Carol li recomanen que és millor que no en mengi. Però moltes vegades això la fa estar trista, perquè veu que els altres poden menjar-ne i ella no.

Una bona manera d'ajudar-la seria que us poseu d'acord entre tots sobre què podeu portar per celebrar l'aniversari:

- Una bossa petita de crispetes i un xiclet (per a la Carol sense sucre)
- Un ou Kinder
- Unes pintures o algun altre petit detall
- Res

A més d'ajudar el teu company o companya amb diabetis, això té molts altres avantatges:

- Evitar competir per veure qui porta més coses
- Menjar més sà...

Tu què en penses?

Se t'ocorre alguna idea per proposar a la teva classe?