

Organiser un évènement sportif ou une activité à l'extérieur

- Une marche;
- Une randonnée de vélo;
- Une compétition de jeux inuits;
- Une danse communautaire;
- Un tournoi amical de soccer, volleyball ou hockey;
- Une randonnée de VTT ou de motoneige avec un repas collectif.

Session d'information en groupe

- Trouver un membre de la communauté qui souhaite appuyer la cause du diabète et l'inviter à se joindre à votre session de discussion;
- Trouver une personne qui souhaite être un mentor pour les autres membres du groupe (peut être quelqu'un du groupe ou un membre de la communauté qui souhaite s'impliquer dans le groupe de soutien);
- Utiliser des groupes existants comme les associations de chasseurs, les groupes d'art et couture, les groupes de femmes, les maisons des jeunes ou de personnes âgées, etc.;
- Imprimer les documents de la page internet afin de vous aider à entamer les conversations.

Organiser tout autre activité qui encourage

- Saine alimentation;
- Activité physique;
- Gestion du stress;
- Arrêt tabagique.