

NEWSLETTER
JUIN
2019



Pierre-François Unger
Président du Comité
de Fondation
pour la Recherche
sur le Diabète



LA RECHERCHE AU CŒUR DE NOTRE RÉGION

C'est avec sincère gratitude que nous vous adressons notre newsletter 2019.

Le diabète, surnommé "maladie du siècle" poursuit son expansion dans nos sociétés. D'après l'OMS 422 millions de personnes étaient atteintes de diabète en 2014, contre 108 millions en 1980. Il n'a jamais été aussi important d'informer sur la maladie et de soutenir la recherche pour améliorer la vie des patients.

Que ce soit celui de type 1 ou de type 2 (devrait-on dire les diabètes ?), la guérison complète n'est pas encore à l'ordre du jour mais grâce à vos dons, de formidables avancées ont lieu chaque année, et la vie des patients s'est considérablement améliorée. Ceux-ci peuvent à présent bénéficier des progrès technologiques tels que les systèmes CGM*, les pompes à insuline de dernière génération, les systèmes en boucle fermée et même les greffes d'îlots de Langerhans... Leur quotidien en est grandement amélioré, et l'on note une baisse des complications à long terme.

HOMMAGES

En Novembre 2018, nous avons perdu deux des piliers fondateurs de notre Fondation.

Monsieur Leonard Vernet, membre actif et Vice-Président, nous a quitté le 3 novembre dernier à l'âge de 59 ans, emporté en quelques mois par un cancer contre lequel il s'est battu avec beaucoup de courage. Il a porté la Fondation pour la Recherche sur le Diabète pendant de nombreuses années. Son énergie, sa vivacité d'esprit, sa grande volonté et son dévouement envers la Fondation ont été un moteur pour tous. Lui-même diabétique de type 1, Léonard Vernet savait combien il est essentiel d'accompagner les malades et d'encourager la recherche.

Le Professeur Daniel Pometta, membre fondateur, fût emporté dans sa 90^{ème} année le 13 novembre dernier. Son engagement sans faille, sa volonté de faire avancer la recherche, d'informer et d'échanger avec les malades ont permis la création de la Fondation en 1991 et l'organisation des premières éditions de la Journée Romande du Diabète.

Nous avons la chance, en Suisse, d'évoluer au cœur de la recherche, dans un milieu remarquable surnommé la "Health Valley". En effet, avec les pôles universitaires de Lausanne, l'EPFL et Genève, l'Arc lémanique est à la santé ce que la Silicone Valley est à l'innovation dans le domaine de la Haute Technologie. Notre région est aujourd'hui une place de renommée mondiale dans le domaine de la recherche sur le diabète, et nous sommes au cœur de la connaissance et du savoir pour agir concrètement. Cette activité locale a des répercussions mondiales et chacun de nous peut y participer en soutenant la recherche dans le domaine du diabète.

Nous tenons à remercier tous nos donateurs : vous nous permettez de financer localement des projets de recherche particulièrement importants pour de futures applications thérapeutiques. En 2018, la Fondation pour la Recherche sur le Diabète (FRD) a ainsi pu verser CHF 113'000 à deux projets extrêmement prometteurs et nous nous réjouissons d'écouter leurs avancées lors de notre prochaine Journée Romande du Diabète, qui se tiendra le **samedi 16 novembre 2019 à Palexpo-Genève**.

Au-delà de l'aide à la recherche fondamentale, la Fondation poursuit sa mission de sensibilisation à la maladie et est heureuse de vous faire part du challenge sportif que relève notre directrice, Victoria Chmielewski, elle-même diabétique de type 1 : courir le marathon de New York (à lire en p.6 et p.7) !

Nous vous souhaitons un bel été et nous réjouissons de vous retrouver à l'occasion de la 24^{ème} Journée Romande du Diabète en novembre prochain.

* CGM : système de mesure du glucose en continu

C'est grâce à leurs travaux respectifs que la Fondation peut depuis maintenant 28 ans, mener de nombreux projets pour la recherche, sensibiliser et informer sur la maladie. La FRD poursuit ces missions et chacune de ses actions est dorénavant marquée de cette empreinte.

NOTRE COMITÉ DE FONDATION 2019

M. Pierre-François Unger, Président

Mme Catherine Fauchier-Magnan, Vice-Présidente

M. Keith Fiander, Membre du Comité

M. Benedict Fontanet, Membre du Comité

M. le Docteur François Jornayvaz,
Membre du Comité Scientifique

M. Enzo Lo Bue, Membre du Comité

M. Michel Rossetti, Membre du Comité

M. le Docteur Thomas Wyss,
Membre du Comité Scientifique

Mme Victoria Chmielewski, Directrice

JOURNÉE ROMANDE DU DIABÈTE 2018 : RETOUR SUR UN ÉVÈNEMENT RICHE EN ÉCHANGES POUR LES PERSONNES DIABÉTIQUES

La Fondation pour la Recherche sur le Diabète se réjouit une fois encore du succès rencontré par la 23^{ème} édition de la Journée Romande du Diabète, organisée au sein de l'EPFL à Lausanne pour la 3^{ème} année consécutive.

A cette occasion, les participants ont pu assister aux différentes conférences proposées par les spécialistes, leurs exposés passionnants permettant au plus grand nombre de se familiariser avec les nouveautés dans le traitement du diabète de type 1 et de type 2. La Journée fut également l'occasion d'aborder des sujets précis en lien avec la maladie et d'éclairer les patients cette année d'une part sur les troubles érectiles, d'autre part sur le risque de développer un foie "gras". Pour les voir ou les revoir, les conférences filmées sont disponibles en ligne sur le site Internet de la Fondation : www.fondation-diabete.ch.

Les associations de patients présentes chaque année comme Diabète Vaud et Diabète Valais ont également présenté leurs activités et invité les participants à les rejoindre.

DÉPISTAGE ET TESTS GRATUITS, STANDS D'EXPOSITION : UN LIEU UNIQUE POUR UNE VUE D'ENSEMBLE SUR LA MALADIE

Tout au long de la journée, le public a pu visiter les nombreux stands d'exposition comme Farah Dogs, association suisse de chiens d'assistance, venue avec 3 chiens dressés pour détecter les hypo et hyper gly-

cémies, ainsi que les stands des laboratoires pharmaceutiques. Le public a également pu profiter gratuitement du Bus Santé, stationné devant le SwissTech pour se faire dépister (pression artérielle, IMC, rapport taille-poids et HbA1C) en quelques minutes et échanger avec l'équipe médicale dédiée qui s'est réjouit d'une forte participation du public.

DEUX ATELIERS PARTICIPATIFS POUR PRENDRE SOIN DE SOI

Dans l'optique de rendre cette journée toujours plus interactive entre patients et professionnels de la santé, les ateliers participatifs ont été reconduits et ont rencontré un vif succès. Lors de ces ateliers, les participants ont pu poser des questions et aborder leur cas particulier, repartant ainsi avec des conseils personnalisés.

Atelier Diététique sur les glucides

Mmes Maria-Lena Enz (TeamNutrition) et Corinne Kehl (HES de Santé de Genève) ont animé cet atelier à l'aide de pictogrammes et d'une "dinette" grandeur nature. En proposant des compositions de menu et en aidant les patients à compter les glucides dans leur assiette, elles ont accompagné les patients dans l'identification des glucides, leur répartition et leur importance dans l'équilibre du diabète. Elles ont ainsi donné des clés aux participants pour bien équilibrer leurs repas.

L'atelier *pod diabétique*, animé notamment par M. Christophe Paoli (enseignant à l'école de podologie de Genève – Consultant au CHUV) a rappelé aux participants les signes d'alerte à ne pas négliger, a apporté des conseils pratiques au quotidien et une aide au choix de chaussures adaptées pour des pieds en bonne santé.



LE PRIX DE LA FONDATION

Prix de la Fondation 2018 un appui financier pour faire avancer la recherche

Le Prix de la Fondation est remis chaque année lors de la Journée Romande du Diabète à un ou plusieurs projets de recherche fondamentale ou clinique menés dans la région lémanique. Grâce à vos dons, nous avons eu la possibilité de soutenir, en 2018, deux projets à hauteur de 113'000 CHF.

- > **Mme Ana Claudia Marques, Professeure assistante, UNIL – Lauréate 2018** Projet de recherche sur l'ARN non-codant appelé lincINS1, un régulateur de l'expression du gène de l'insuline : des mutations dans le gène lincINS1 provoquent des diminutions importantes du taux d'insuline dans le sang et peuvent ainsi causer l'apparition du diabète. Ce projet vise à établir comment cet ARN non-codant régule les niveaux d'insuline afin de comprendre le rôle des ARN non-codants dans la physiologie des cellules bêta-pancréatiques et comment ces derniers contribuent à l'apparition du diabète.
- > **M. Emmanuel Somm, Docteur en biologie, HUG-UNIGE – Lauréat 2018** Projet de recherche sur le rôle de l'interleukine-36 dans le contrôle du poids corporel, du métabolisme énergétique et de l'inflammation des tissus métaboliques: l'inflammation associée à une surcharge pondérale est une des causes majeures de la perte de réponse à l'insuline qui caractérise le diabète de type 2. Ce projet vise à comprendre le rôle que joue l'interleukine-36, médiateur de l'inflammation récemment découvert, tout particulièrement dans sa communication entre l'intestin et son microbiote, et des conséquences de ce dialogue sur le fonctionnement du foie.



**RENDEZ-VOUS LE 16 NOVEMBRE 2019
À PALEXPO POUR LA PROCHAINE
JOURNÉE ROMANDE DU DIABÈTE**

Diabète et sport avec la participation de sportifs de haut niveau (marathoniens, ironman, randonneurs) et diabétiques.

- > Cette 24^{ème} journée est à nouveau l'occasion pour les diabétiques et leurs proches, mais aussi pour le grand public, d'aller à la rencontre des professionnels de la santé et d'en savoir plus sur le traitement de cette maladie et les progrès de la recherche.
- > C'est aussi la possibilité de se rencontrer, d'échanger, de s'informer.

PROGRAMME DE LA JOURNÉE

- > Conférences et témoignages
- > Atelier diététique et sport d'endurance
- > Sans oublier bien sûr les stands d'exposition d'appareils et de produits destinés aux diabétiques, les associations de patients, ainsi que les ateliers participatifs
- > La participation à la **Journée Romande du Diabète** est gratuite
- > Pré-inscription disponible sur : www.fondation-diabete.ch

**ATELIERS
DIÉTÉTIQUE ET
ACTIVITÉ PHYSIQUE**

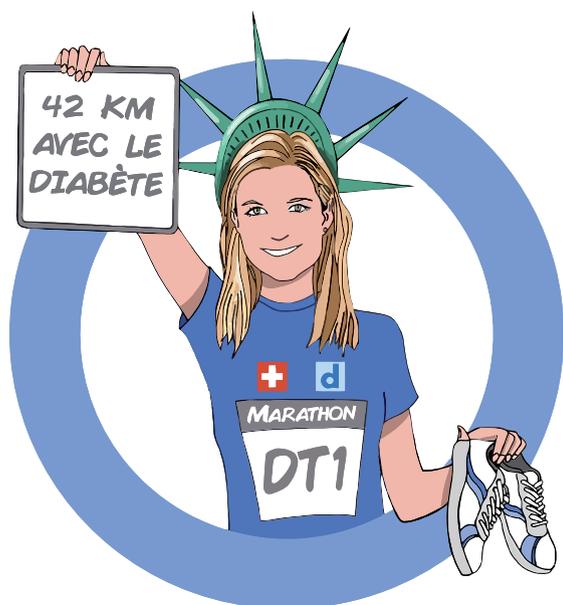


SAMEDI
16 NOVEMBRE 2019
DE 8H30 À 16H30
PALEXPO
GENÈVE
BUS N°5 | HÔPITAL-AÉROPORT
ARRÊT DEVANT LE CENTRE DE CONGRÈS
TRAIN | GARE GENÈVE AÉROPORT
PARKING COUVERT P12 SOUS LA HALLE 5

**FONDATION
POUR LA RECHERCHE
SUR LE DIABÈTE**
**SOUTENIR LA FONDATION,
C'EST AIDER LA RECHERCHE
À VAINCRE LE DIABÈTE!**
CCP 12-144-1

CHALLENGE VICTORIA

42KM AVEC LE DIABÈTE



Victoria, Suisse de 31 ans, diabétique de type 1, et directrice de la Fondation pour la Recherche sur le Diabète (FRD), s'est lancée dans la course à pied avec pour objectif de boucler le marathon de New York en novembre prochain. En chemin vers ce défi, elle espère sensibiliser et informer sur le diabète en partageant son expérience sur les réseaux sociaux.

La FRD poursuit son encouragement à l'activité physique et continue de sensibiliser à la maladie : après l'ascension du Mont-Blanc par Myriam Zimmermann, jeune diabétique de type 1, en 2014, la traversée non stop du lac Léman (80 km à la nage) par Jaime Caballero en 2016, c'est Victoria Chmielewski qui cette année relève un défi sportif mythique avec le Marathon de New-York ! Ce challenge est une nouvelle occasion pour la Fondation de sensibiliser à la maladie, c'est également pour Victoria un moyen de lutter contre les idées reçues sur le diabète de type 1.

Courir sous insuline

En soi, la préparation d'un marathon nécessite déjà une grande préparation, mais lorsque l'on est atteint d'un diabète de type 1, d'autres paramètres doivent être pris en compte : il faut s'entraîner en testant son corps dans toutes les situations et s'adapter à ses besoins pour éviter le moindre imprévu le jour J. L'anticipation est donc de mise : il faut ajuster son alimentation et souvent augmenter son apport en glucides, tout en diminuant ses doses d'insuline. Il s'agit de trouver un équilibre minutieux pour atteindre la ligne d'arrivée sans encombre !

Gérer le diabète dans l'effort, cela s'apprend !

“Je m'appelle Victoria, j'ai 31 ans et je suis diabétique de type 1 depuis l'âge de 4 ans. Je suis née, j'ai grandi et je vis à Genève. Gemmologue de formation, je suis créatrice de bijoux et dirige également la FRD depuis 2018. Cette année, je me suis lancé le défi de courir le Marathon de New York, le 3 novembre 2019. Sans aucune condition physique préalable et n'ayant jamais

fait de course à pied auparavant, je m'entraîne depuis le début l'année et apprend à gérer le diabète dans l'effort, dans le but de soutenir la FRD et de courir sous ses couleurs. Rien de tel qu'un challenge marathon pour inscrire l'activité physique dans la durée et la régularité. Et au-delà de ses bienfaits, réussir à se dépasser ! Je souhaite profiter de cette expérience pour mieux faire connaître la maladie et pour que les personnes qui sont comme moi, atteinte d'un diabète de type 1, n'entendent plus “Tu es diabétique parce que tu as mangé trop de sucre quand tu étais enfant !” ou bien “Quand on est diabétique on ne peut pas manger de sucre ni faire du sport” ou encore “Tu as le bon ou le mauvais diabète ?”

Une aventure à suivre pour s'informer, échanger... et pourquoi pas se lancer ?

A travers les réseaux sociaux, Victoria souhaite faire vivre ce challenge au plus grand nombre et partager cette expérience et les conseils récoltés au fil des mois : ses entraînements (avec leurs hauts et leurs bas), les courses, ses rencontres et échanges avec les spécialistes...

Autant d'informations et ressentis qu'elle espère utiles pour sensibiliser à la maladie et encourager à se lancer dans le sport.

Une équipe de choc pour atteindre l'objectif

Un encadrement est nécessaire pour éviter tout faux pas. Médecin-diabétologue, coach sportif, diététicien, c'est toute une équipe qui va suivre Victoria pendant plusieurs mois. Lors de la course, Victoria pourra également compter sur Alix, une amie qui s'entraîne avec elle et sera à ses côtés lors du marathon de NY. Un “ange gardien” formé aux bons réflexes, notamment en cas d'hypoglycémie. Coachs sportifs : Olivier Baldacchino (PERFORM), spécialiste de la préparation aux marathons, a élaboré un programme d'entraînement sur mesure pour Victoria. Cyril Hedbaut (Iron-diabetic), expert dans l'encadrement des diabétiques



de type 1 lors d'activités d'endurance, accompagne Victoria lors de ses sorties longues distances et la conseille sur la gestion de sa glycémie. Enfin, la Dre Bettina Peter Riesch, diabétologue, et le service d'endocrinologie des HUG sont des ressources précieuses pour échanger au fil de la préparation.

1^{ère} étape réussie avec le semi-marathon de Genève
Dimanche 12 mai, Victoria a participé pour la 1^{ère} fois à un semi-marathon, celui de Genève ! Première étape nécessaire du Challenge Victoria pour tester sa résistance à l'effort sur la durée, avant l'enjeu du Marathon de New-York en novembre prochain. Pour cette première longue course, elle a pu compter sur le soutien de sa partenaire d'entraînement, Alix, et de Cyril Hedbaut son "coach diabète".

"La course s'est très bien déroulée et avec l'équipe du Challenge Victoria nous sommes arrivés sans problème à la ligne des 21km après 2h36 d'effort. Quelle sensation ! J'ai réussi à garder une glycémie équilibrée tout au long de la course, c'est ma plus grande victoire, car j'appréhendais beaucoup de faire des hypoglycémies.

Au niveau tactique de l'effort, nous avons choisi la sécurité : un départ tranquille, une cadence qui augmentait tous les 7 km pour finir par un sprint. Côté gestion du diabète, et sur les conseils de Cyril Hedbaut, je me suis piquée au plus tard 3 heures avant la course et j'ai baissé mon insuline basale de 15% afin de partir un peu haut (13,5mmol/L). C'était un gage de sécurité pour mon premier parcours longue distance.

Ma glycémie est donc restée stable tout au long du parcours, sans avoir besoin de me re-sucrer. J'ai tout de même mangé un petit peu vers le 17^{ème} km, j'avais surtout besoin de me rassurer pour affronter les derniers kilomètres !

Partir avec une glycémie trop basse c'était prendre le risque de faire une dangereuse hypoglycémie pendant la course, partir avec une glycémie trop haute c'était la garantie de me sentir mal pendant l'effort. Être diabétique c'est savoir jouer l'équilibriste !" raconte Victoria.

RENDEZ-VOUS SUR INSTAGRAM

📷 [CHALLENGE.VICTORIA.DT](https://www.instagram.com/CHALLENGE.VICTORIA.DT)

**LA FONDATION
POUR LA RECHERCHE
SUR LE DIABÈTE**

RELAYERA LES TEMPS FORTS SUR SA

PAGE FACEBOOK

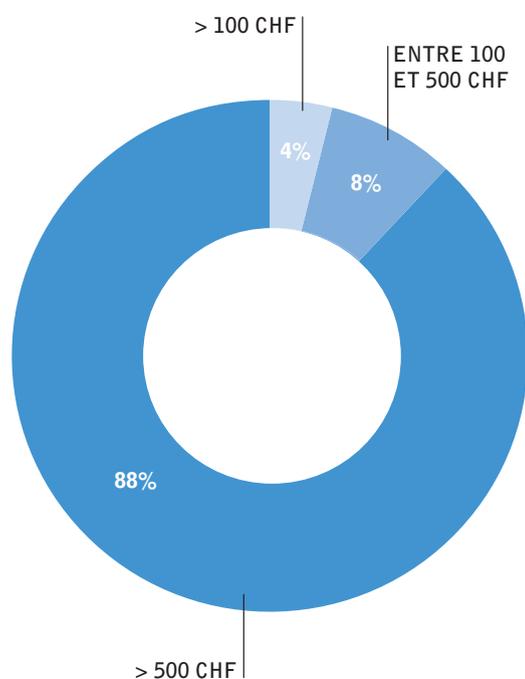
ET SUR WWW.FONDATION-DIABETE.CH

RENDEZ-VOUS À LA PROCHAINE
JOURNÉE ROMANDE DU DIABÈTE,
SAMEDI 16 NOVEMBRE 2019 À GENÈVE
POUR LE RÉCIT COMPLET DU CHALLENGE !



COMPTES 2018

PROVENANCE DES DONS



PETITS ET GRANDS,
TOUS LES DONS COMPTENT ET
100% SONT AFFECTÉS
À LA RECHERCHE

COMPTES 2018 BILAN ET COMPTE DE PROFITS ET PERTES

BILAN AU 31 DECEMBRE 2018

ACTIFS	2018 CHF	2017 CHF
Actif circulant		
TOTAL DE L'ACTIF	1'426'085,74	1'572'204,85
PASSIF		
Fonds étrangers	55'575,30	214'545,75
Fonds propres	1'370'510,44	1'357'659,10
TOTAL DU PASSIF	1'426'085,74	1'572'204,85

COMPTE DE PROFITS ET PERTES DE L'EXERCICE

PRODUITS	2018 CHF	2017 CHF
Dons	288'166,02	99'188,00
Subsides de recherche (Prix de la Fondation)	(162'200,00)	(184'360,00)
CHARGES		
TOTAL DES CHARGES	87'785,55	92'110,20
Résultat d'exploitation ordinaire	38'180,47	(177'282,20)
RÉSULTAT FINANCIER		
Total des produits financiers	14'487,50	112'131,84
Total des charges financières	76'127,53	12'419,54
Résultat financier	(61'640,03)	99'712,30
Résultat de la journée d'information et autres événements	34'571,10	(19'849,60)

RÉSULTATS DE L'EXERCICE	12'815,34	(97'419,50)
------------------------------------	------------------	--------------------