

ICOPE

un programme
de l'Organisation
Mondiale de la Santé
(OMS) qui permet
d'évaluer les 6 principales
fonctions du corps
pour promouvoir le
vieillessement en santé :
mobilité, mémoire,
nutrition, moral,
vue, audition.

Parlez-en aux professionnels
de santé que vous consultez :
médecin, infirmier, pharmacien,
masseur-kinésithérapeute...



Réalisez le test
en autonomie
sur le site icope-et-moi.fr
ou en flashant le QRcode



www.sante.fr

Comment allez-vous ?

les oreilles



les
mouvements
du corps



l'appétit



l'humeur



la mémoire



les yeux



Passé 60 ans, c'est peut-être le moment
de vérifier si tout va toujours bien ?
Participez au Programme ICOPE !

Le programme ICOPE, comment ça marche ?

1

Vous évaluez,
seul ou accompagné,
les 6 fonctions
principales de votre
corps : mobilité,
mémoire, nutrition,
moral, vue, audition,
avec l'application
ICOPE et Moi.



2

En fin d'évaluation,
vous recevez
vos résultats et
des conseils pour
rester en bonne
santé. Vous serez
invité à évaluer vos
fonctions principales
tous les 6 mois.

3

Si une fonction est à
surveiller, présentez
votre résultat à votre
professionnel de santé
qui vous orientera vers
une évaluation plus
approfondie.

5

Vous serez
accompagné,
ainsi que vos
proches, par
les professionnels
du département.

4

Avec les professionnels,
vous pourrez décider
de mettre en place
un plan de soins
adapté à vos besoins.