

Vous avez **60 ans et plus** et habitez **dans la M2A?**

Pour continuer à faire ce qu'il vous plaît,
faites le test **ICOPE** !

⇒ Un programme gratuit pour vous aider à bien vieillir

1 Faites un test simple en **8 minutes**,

Seul

Avec un proche

Avec un professionnel de santé

2 En fonction des résultats, une prise
en charge personnalisée peut
vous être proposée en lien avec
votre médecin traitant.

3 Après 6 mois, refaites le test
pour faire votre suivi !



Surveillez 6 de vos capacités
avec ICOPE Monitor



Vision



Audition



Mobilité



Nutrition



Mémoire



Humeur