aptitude PROXI

ACTUAR PARA LA PREVENCIÓN TRANSPIRENAICA DE LA DEPENDENCIA DE LAS PERSONES MAYORES EN PROXIMIDAD

CONTACT:

04 68 30 47 00, poste 711

secretariat.direction@pole-sanitaire-cerdan.eu

GCS Pôle Sanitaire Cerdan, 11 Camí de la Ribereta, 66800 Err, France

N'attendez plus, participez !

Vous avez plus de **60 ans** ?
C'est rapide. C'est gratuit. **C'est pour vous.**

PRÉSERVEZ VOTRE SANTÉ AVEC LE

PROGRAMME ICOPE

AJUNTAMENT DE LA VILA DE LLÍVIA · OCCITANIE Équipe régionale vieillissement et prévention de la dépendance · Fundació Salut i Envelliment UAB · Contrat Local de Santé Montagnes Catalanes · Pôle Sanitaire Cerdan / Área Sanitária Cerdana · Fundació Hospital de Puigcerdà

Interreg POCTEFA

Cofinanciado por la UNIÓN EUROPEA

Cofinancé par l'UNION EUROPÉENNE

QU'EST-CE QUE LE **PROGRAMME ICOPE** ?

ICOPE (Soins Intégrés pour les Personnes Âgées) est un programme de prévention de l'Organisation mondiale de la Santé (OMS) visant à promouvoir un **vieillissement en bonne santé**.

Il permet de **détecter précocement** un éventuel fléchissement des capacités essentielles et de proposer un plan de prévention personnalisé afin de **maintenir l'autonomie et la qualité de vie**.

VISION

AUDITION

MOBILITÉ

HUMEUR

COGNITION

NUTRITION

Améliorez vos capacités !

Comment fonctionne le programme ?

4 ÉTAPES SIMPLES :

1

En **10 minutes**, nous évaluons votre **état de santé général**.

2

Si nous détectons un problème, nous l'analysons **plus en profondeur**.

3

Nous vous proposons un **plan d'accompagnement personnalisé** pour répondre à vos besoins.

4

Après 6 mois, nous vous revoyons pour assurer un **suivi**.

Le projet APTITUDE-PROXI est cofinancé à 65 % par l'Union européenne dans le cadre du Programme Interreg VI-A Espagne-France-Andorre (POCTEFA 2021-2027). L'objectif de POCTEFA est de renforcer l'intégration économique et sociale de la zone frontalière Espagne-France-Andorre.