

# Atelier d'évaluation de la fragilité (ICOPE)

Vendredi 10 octobre, de 15h à 18h

**Vous avez plus de 60 ans ? Venez faire un point sur votre forme !**

À l'occasion de la semaine bleue, la CPTS de l'Hautil organise un atelier gratuit d'évaluation de la fragilité, le vendredi 10 octobre de 15h à 18h à la MELC de Courdimanche.



Animé par des professionnels de santé, cet atelier s'appuie sur le programme **ICOPE**, développé par l'Organisation Mondiale de la Santé. Il permet d'évaluer en quelques minutes 6 fonctions essentielles à votre autonomie :

- mémoire
- nutrition
- vision
- audition
- psychologie
- mobilité

C'est gratuit, simple, rapide et ouvert à tous les plus de 60 ans désireuse de maintenir sa forme physique, morale et intellectuelle!