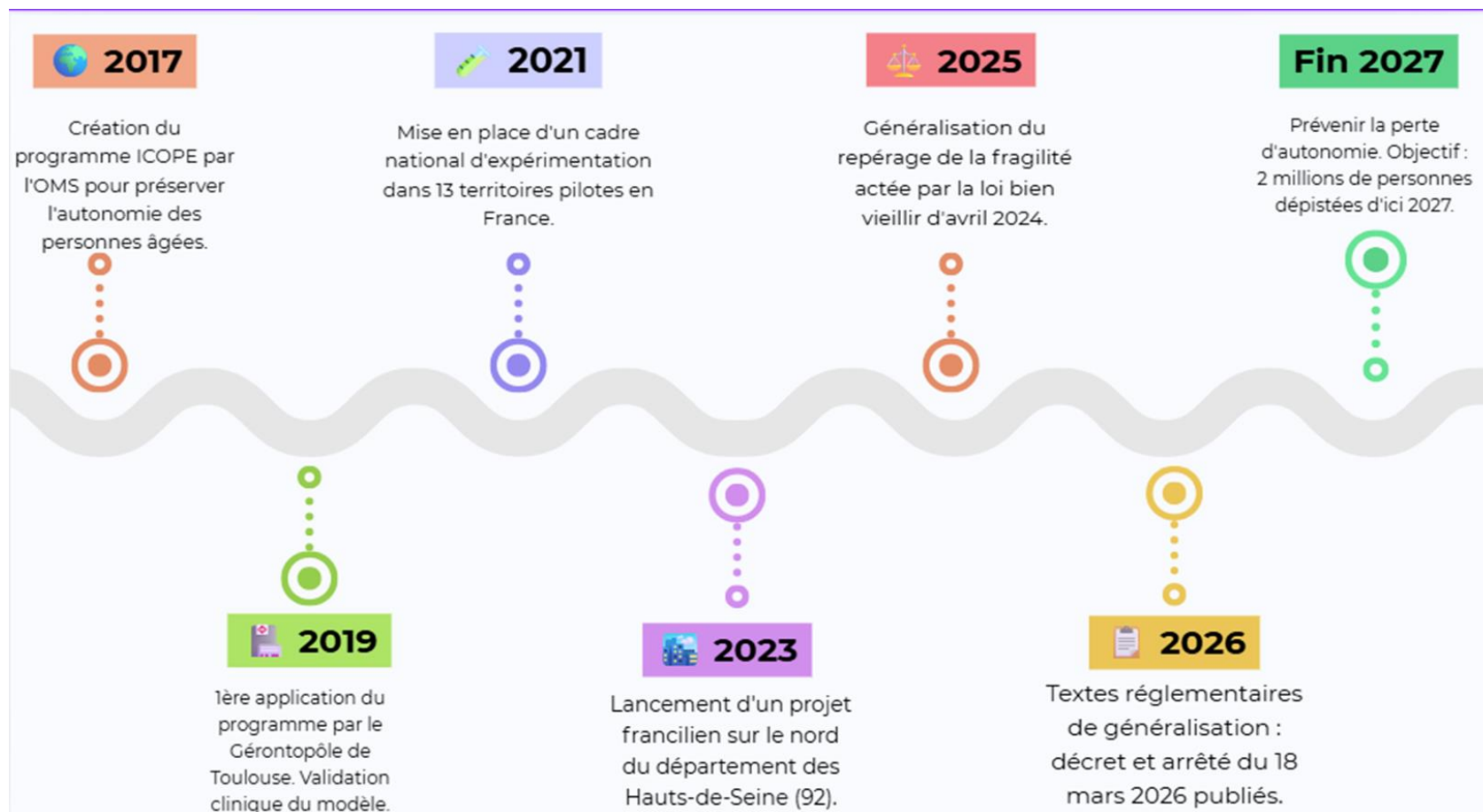




**POUR PROFITER ET FAIRE CE QUE VOUS
AIMEZ, LE PLUS LONGTEMPS POSSIBLE**



ICOPE : UN PROGRAMME DÉDIÉ AU VIEILLISSEMENT EN BONNE SANTÉ

Le programme ICOPE recommandé par l'OMS nous invite à mesurer et préserver **6 fonctions essentielles** :

Ainsi que **3 facteurs** importants pouvant influencer la santé, afin de continuer à faire le plus longtemps possible ce qui est important pour nous.



Cognition



Mobilité



Nutrition



Audition



Vision



Psychologie



Soins sociaux
et aides



Aide aux aidants

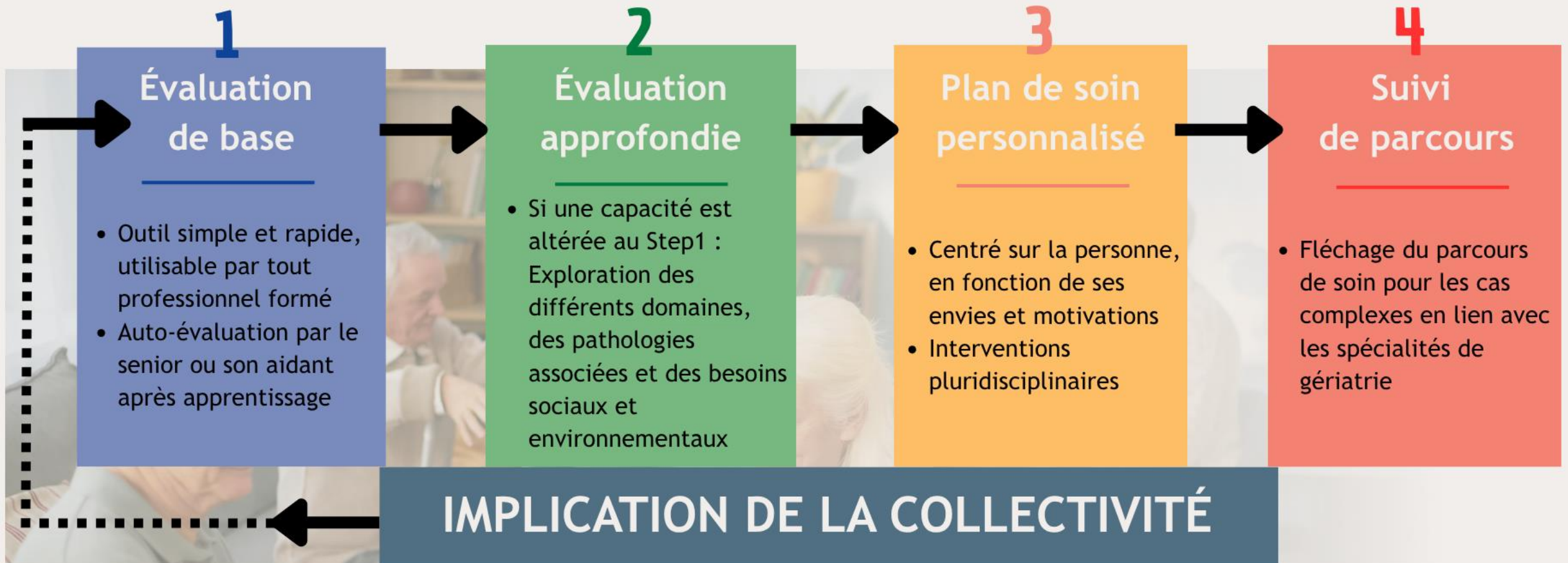


Incontinence
urinaire

EN PRATIQUE

- **Cible ?** : toute personne autonome (ADL > 5/6)
- **Quand ?** : A partir de 60 ans
- **Par qui ?** : Professionnels de santé (IDE, médecins, pharmaciens, MK, orthophonistes, diététiciens, ergo, psychomot...), mais aussi senior lui-même , proche, aides à domicile...
- **Où ?** : Soins de premier recours, actions aller vers avec les partenaires (CARSAT, Mutuelles, conseils départementaux, municipalités, ...)
- **Comment ?** : En s'appuyant sur les nouvelles technologies

LES QUATRE ÉTAPES DU PARCOURS ICOPE

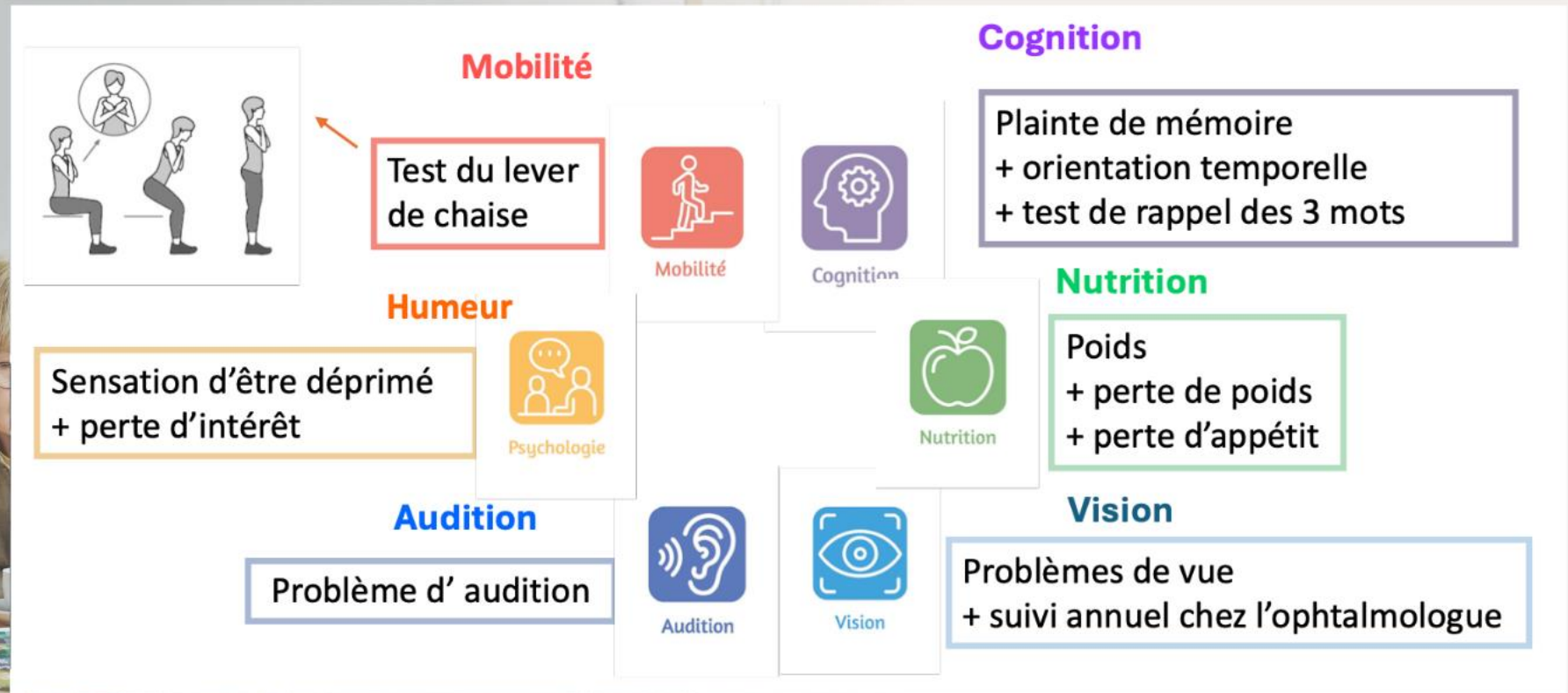


→ SUIVRE LES 6 CAPACITÉS : SÉRIE DE QUESTIONS (15 MINUTES)

1

Évaluation de base

- Outil simple et rapide, utilisable par tout professionnel formé
- Auto-évaluation par le senior ou son aidant après apprentissage



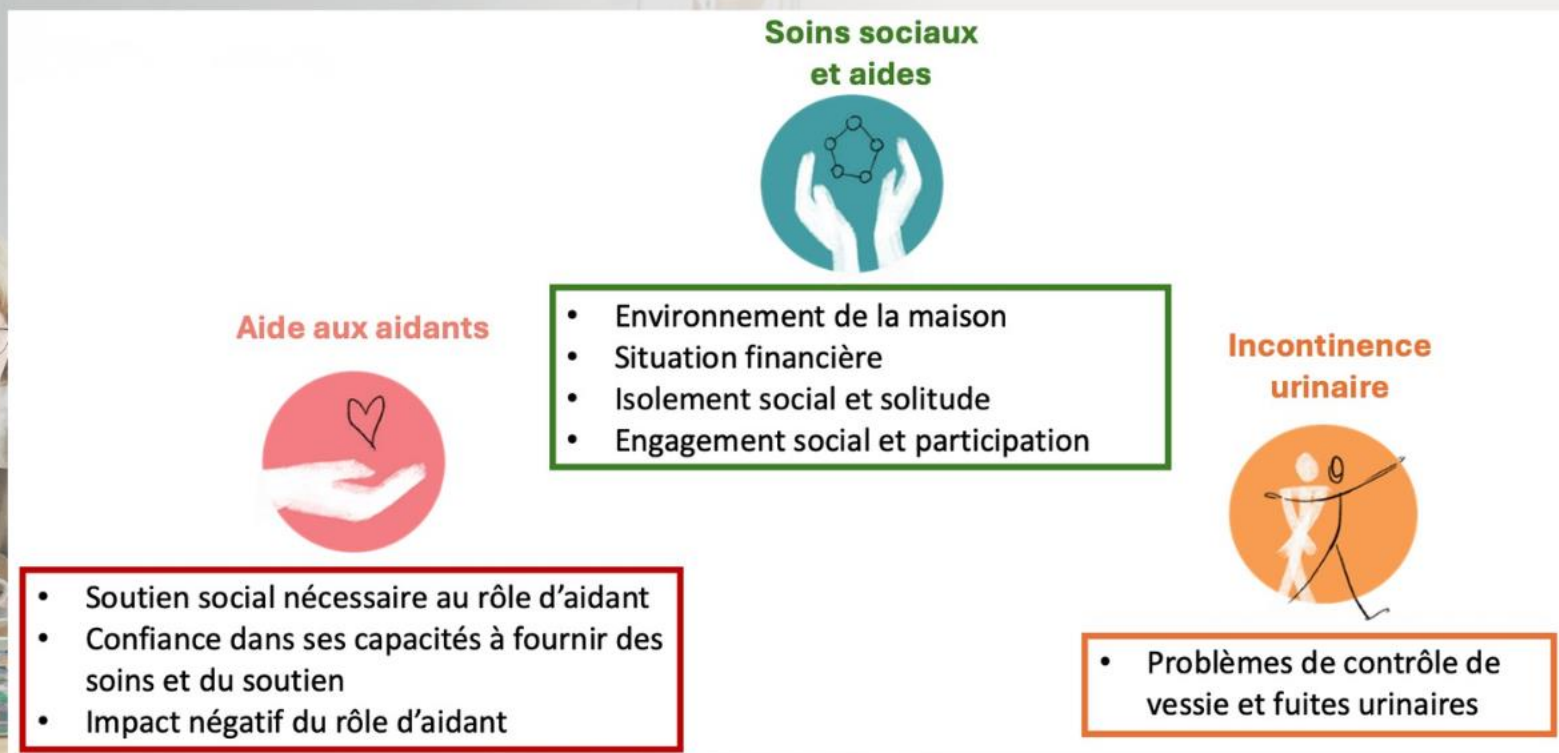
→ Réitération de l'étape 1 tous les 6 mois

→ SUIVRE LES 3 FACTEURS IMPORTANTS QUI INFLUENCENT LA SANTÉ, SÉRIE DE QUESTIONS (3 MINUTES)

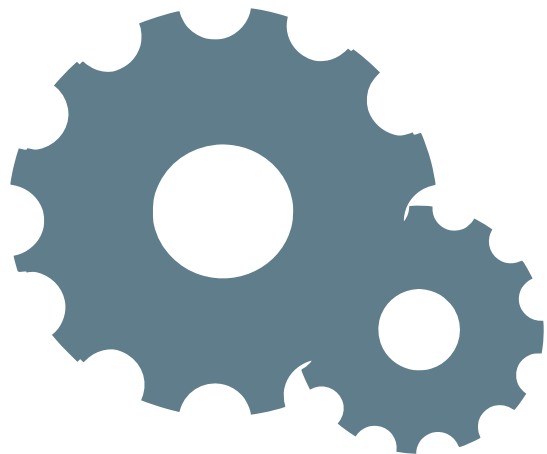
1

Évaluation de base

- Outil simple et rapide, utilisable par tout professionnel formé
- Auto-évaluation par le senior ou son aidant après apprentissage



→ Réitération de l'étape 1 tous les 6 mois



Oui mais comment ?



Une application mobile

ICoPE monitor
L'INNOVATION AU SERVICE DU BIEN VIEILLIR

ICOPE MONITOR ÉTAPE 1 AUTO-ÉVALUATION

Questionnaire participant

INFORMATIONS DU PARTICIPANT	
Date du test	
Nom et prénom	
Sexe	☐ Homme ☐ Femme ☐ Indéterminé
Date et ville de naissance	
Téléphone portable	
Adresse mail	
Nom et ville du médecin traitant	
N° de sécurité sociale	

Fonctions	Tests / Questions	Résultats
Cognition	1. Avez-vous des problèmes de mémoire ou d'orientation (comme ne pas savoir où l'on est ou quel jour on est) ? 2. Avez-vous constaté une aggravation de ces problèmes au cours des 6 derniers mois ou depuis la dernière évaluation ? 3. Apprentissage de 3 mots : Cléon, clé, ballon 4. Orientation temporelle : Quelle est la date complète d'aujourd'hui ? — Année — Mois — Jour de la semaine — Jour du mois Merci d'indiquer votre taille. Merci d'indiquer votre poids actuel.	☐ Oui ☐ Non ☐ Oui ☐ Non Taille : cm Poids actuel : kg IMC : kg/m ²
Nutrition	Calcul de l'Indice de Masse Corporelle (IMC). 1. Avez-vous perdu involontairement plus de 3 kg au cours des 3 derniers mois ? 2. Avez-vous perdu de l'appétit récemment ?	☐ Oui ☐ Non ☐ Oui ☐ Non

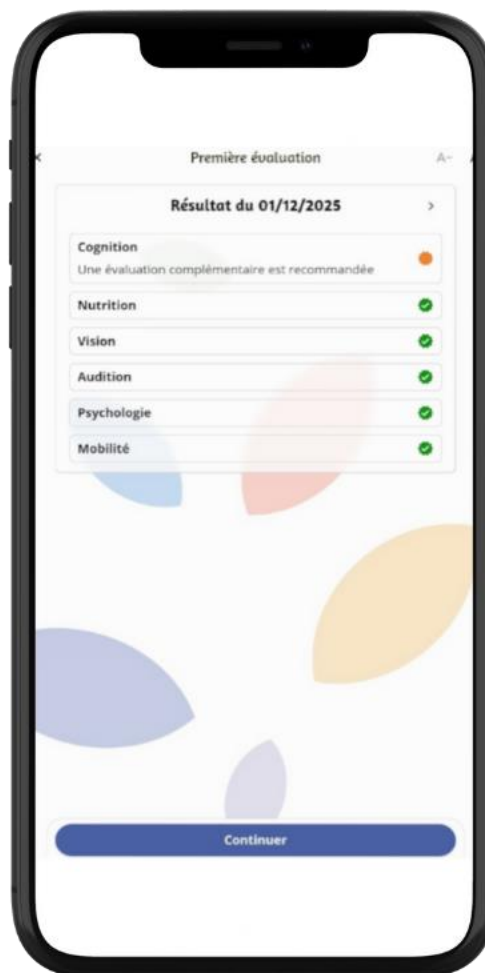
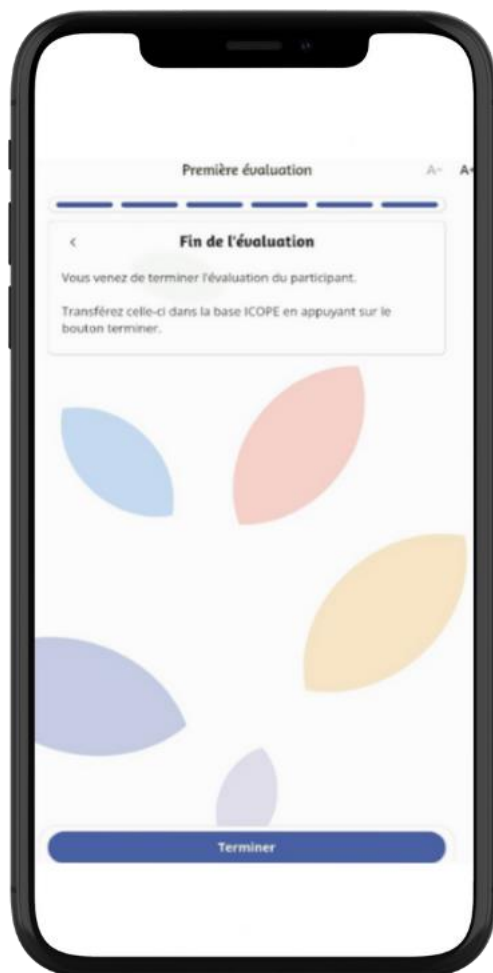
Ce document est la propriété du CHU de Toulouse, il ne peut être reproduit, représenté, modifié, traduit ou utilisé sans l'accord express et préalable de l'IHU HealthAge - CHU de Toulouse. Toute demande de représentation, reproduction, exploitation ou extraction intégrale ou partielle sous quelque support que ce soit doit être adressée à l'IHU HealthAge, Equipe Régionale Vieillesse et Prévention de la Dépendance (ERVPD), hôpital La Grave, 78 Rue Reclusane, 31300 Toulouse (contact@icope-monitor.com).



Une application web

BILAN DE L'ÉVALUATION

QUE SE PASSE T'IL ?



Première évaluation A- A+

< **Résultat du 01/12/2025** >

Cliquez ici pour télécharger vos résultats

Voir le document de résultats

N'oubliez pas de partager vos résultats avec votre médecin traitant et de les enregistrer dans Mon Espace Santé

14:45 lun 1 déc. 100%

× Résultat du 01/12/2025 1 / 1

 **icope monitor**
L'INNOVATION AU SERVICE DU BIEN VIEILLIR

Identifiant du participant (notez-le) : mt-824315
Date de l'évaluation : 01/12/2025
Évaluation initiale

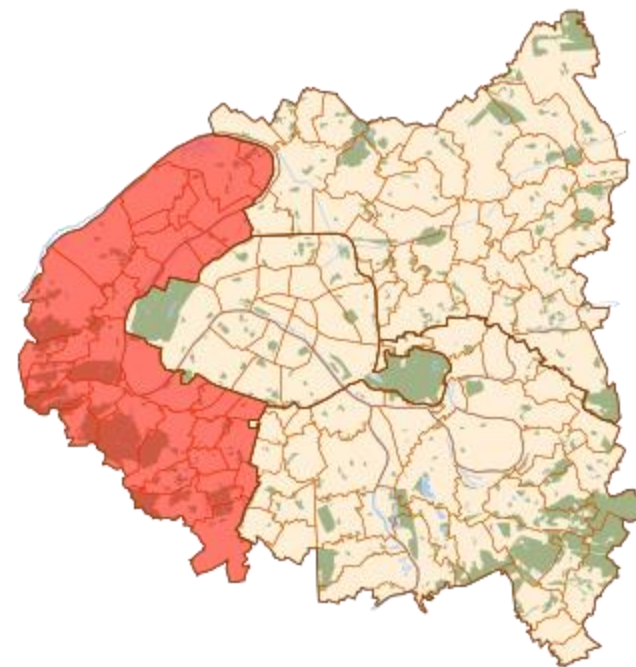
Vous trouverez ci-dessous les résultats pour chacune des 6 fonctions évaluées.

Dans le cas où une évaluation complémentaire est recommandée pour l'une des 6 fonctions, nous vous conseillons de contacter votre médecin traitant.

COGNITION : Une évaluation complémentaire est recommandée
NUTRITION : NORMAL
VISION : NORMAL
AUDITION : NORMAL
PSYCHOLOGIE : NORMAL
MOBILITE : NORMAL

Merci pour votre participation aujourd'hui et RDV dans 6 mois.

L'équipe ICOPE

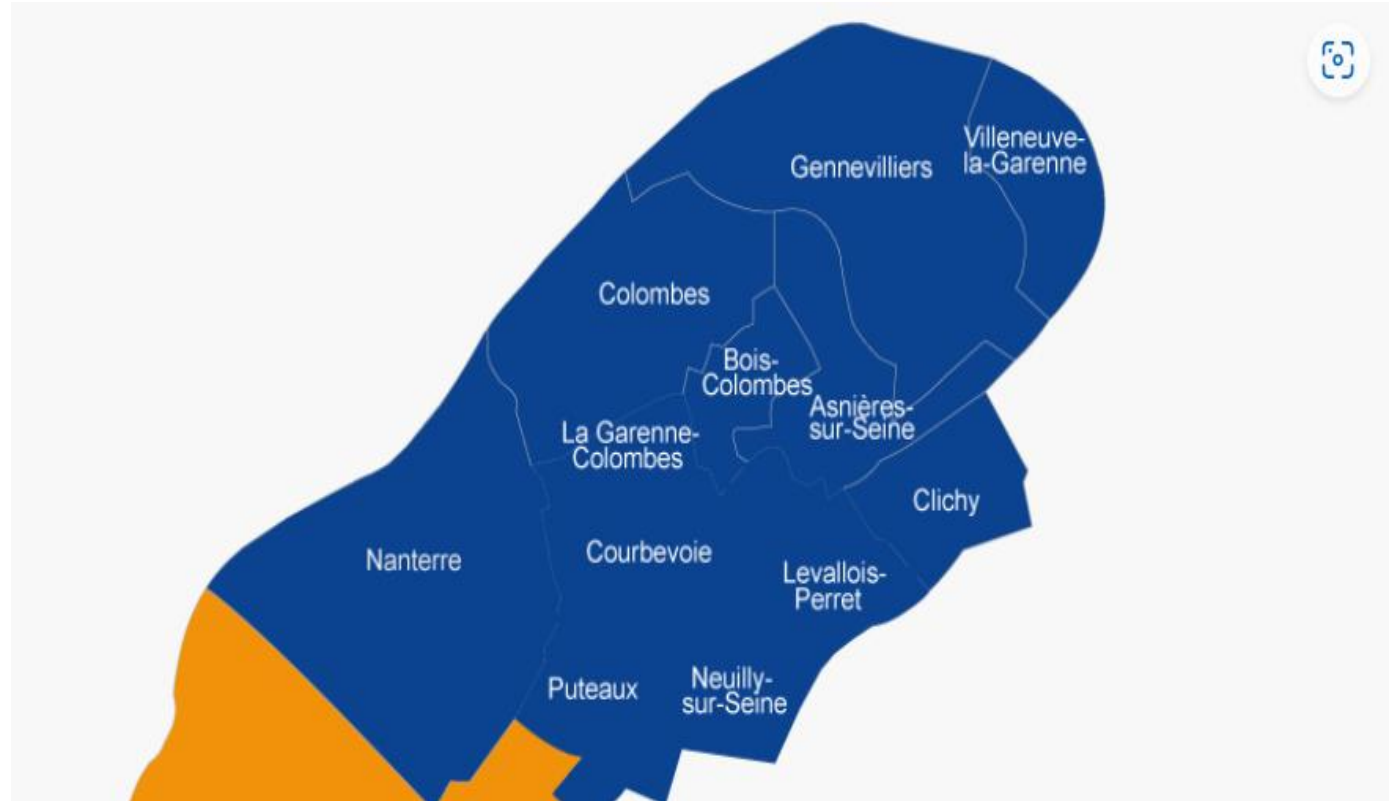


Dans les Hauts-de-Seine...



Sur quelles les communes ?

- Asnières sur Seine
- Clichy
- Colombes
- La Garenne Colombes
- Gennevilliers
- Villeneuve la Garenne
- Puteaux
- Neuilly sur Seine
- Levallois
- Courbevoie
- Bois Colombes
- Nanterre





Fonctionnement du programme dans les hauts de seine

L'expérimentation ICOPE a été mis en place, progressivement en 2024, dans 12 communes du nord des Hauts de Seine, offrant aux séniors la possibilité de bénéficier d'un accompagnement personnalisé grâce à la coordination des professionnels.



La personne réalise son questionnaire seule ou accompagnée

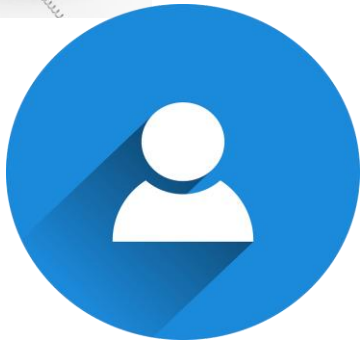
L'infirmière de suivi ICOPE vous contacte pour vérifier avec vous les alertes

Avec votre accord, une évaluation approfondie est organisée auprès d'un professionnel de santé formé

Avec votre participation, un plan de soins est proposé



Coordonnées Infirmière ICOPE Nord 92



Mme Sandra FLOURY



07 45 15 84 13



icope@dac92nord.fr

MERCI



Cognition



Mobilité



Nutrition



Audition



Vision



Psychologie



Soins sociaux
et aides



Aide aux aidants



Incontinence
urinaire



MERCI POUR VOTRE ATTENTION 😊

L'application ICOPE Monitor

