

Vers qui faut-il se tourner ?

Les professionnels qui vous entourent
**médecins, infirmiers,
kinésithérapeutes, pharmaciens,
assistantes sociales, professeurs
d'activités physiques adaptées...**
peuvent vous accompagner
tout au long du parcours de soin.



Interreg
POCTEFA
Fonds Européen de Développement
Regional (FEDER)

 **aptitude**



OCCITANIE
Equipe Régionale **V**eilleissement
Et **P**révention de la **D**épendance
 

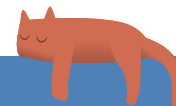
Design Couleur-citron.com



Vieillir en bonne santé, c'est possible !



Avec un
dépistage
précoce
des signes
de fragilité



Rendez-vous sur le site :

www.ensembleprevenonsladedependance.fr


**MUTUALITÉ
FRANÇAISE**
OCCITANIE

OCCITANIE
Equipe Régionale **V**eilleissement
Et **P**révention de la **D**épendance
 

Êtes-vous concerné ?

Vous avez 65 ans ou plus,
et au cours de ces
derniers mois :

Vous avez perdu du poids involontairement ?	<input type="radio"/> Oui	<input type="radio"/> Non
Vous vous sentez fatigué ?	<input type="radio"/> Oui	<input type="radio"/> Non
Vous avez des difficultés pour vous déplacer ?	<input type="radio"/> Oui	<input type="radio"/> Non
Vous vous plaignez de votre mémoire ?	<input type="radio"/> Oui	<input type="radio"/> Non
Vous marchez moins vite ?	<input type="radio"/> Oui	<input type="radio"/> Non

Si vous avez répondu Oui à l'une de ces questions :
vous êtes peut-être considéré comme fragile.



Comment prévenir la dépendance et conserver votre autonomie ?

Un bilan
de santé
complet

pour identifier les
causes de fragilité

Un plan
de prévention
et de soin
personnalisé

pour préserver votre
autonomie

Un suivi
adapté

en lien avec votre
médecin traitant et les
autres professionnels
de santé

La fragilité peut conduire à la perte d'autonomie,
mais elle est réversible.

Parlez-en à votre médecin traitant,
des solutions existent !

