





# J'ai 60 ans et +

## Je préserve ma santé avec le programme ICOPE



Je fais le point  
sur mes capacités :

-  Vision
-  Audition
-  Mémoire
-  Nutrition
-  Humeur
-  Mobilité



**1** Je fais un **test simple**  
en 10 minutes

**> SUR ORDINATEUR**

Je vais sur le site :  
[icopebot.botdesign.net](http://icopebot.botdesign.net)

**> SUR MOBILE / TABLETTE**

Je télécharge l'application  
**ICOPE Monitor**



**2** J'en parle à mon **médecin  
traitant**

**3** Je reçois des **conseils  
personnalisés**

**4** Je fais **mon suivi**

## N'attendez plus, **Icopez-vous!**

Pour plus de renseignements :  
[icope@chu-toulouse.fr](mailto:icope@chu-toulouse.fr)