

## Comment ça marche ?

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

- > Seul
- > Avec un proche
- > Avec un professionnel de santé

### SUR ORDINATEUR

Je vais sur le site :

<https://www.icopemonitor.fr/>

### SUR MOBILE / TABLETTE

Je télécharge l'application

#### ICOPE Monitor



Télécharger dans l'App Store



DISPONIBLE SUR Google Play



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

Il **évalue ma situation** et peut me proposer des tests plus approfondis.

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

**En fonction de mes résultats**, une prise en charge personnalisée peut m'être proposée pour :

- > Entretenir mon audition
- > Stimuler ma mémoire
- > Equilibrer mon alimentation
- > Améliorer ma vision
- > Maintenir une activité sociale et mon moral
- > Préserver ma mobilité

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

**Tous les 6 mois à un an**, je refais le test pour vérifier l'évolution de ma situation et préserver ma vitalité.



Je suis accompagné(e)

**À tout moment**, une équipe médicale assure la surveillance de mes résultats et me contacte directement (ou via mon médecin traitant) si besoin.

N'attendez plus,  
**l'icopez-vous !**

