

Vieillir en bonne santé...

C'est possible !



Évaluation des fragilités et prévention de la dépendance

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

- Vous avez perdu du **poids** involontairement ?
- Vous vous sentez plus **fatigué** ?
- Vous avez plus de difficultés pour vous **déplacer** ?
- Vous vous plaignez de votre **mémoire** ?
- Vous **marchez** moins vite ?

Si vous répondez « oui »
à au moins
une de ces questions :

*Parlez-en
à votre médecin traitant !*