

Programme IS-ICOPE

« Le meilleur outil pour bricoler, c'est ma tête ! »

Pour Patrick, le bricolage, c'est du sérieux ! Vous ne le verrez jamais prendre les outils avant d'avoir réfléchi à chaque détail. Et comme il adore ça, il a testé ses capacités fonctionnelles, sa mémoire et même son moral grâce à l'application DIGICOPE. Tout va bien pour lui, mais s'il avait découvert une fragilité, il aurait bénéficié d'un accompagnement par un professionnel de santé pour éviter les complications. Pour lui, la santé, c'est comme le bricolage : il n'y a pas de place pour l'improvisation.

Et vous, vous en êtes où ?

Dès 60 ans, vous aussi, téléchargez gratuitement l'application et testez-vous en 10 minutes seulement !

DIGICOPE
L'ART DE BIEN VIEILLIR EN ISÈRE

isère LA POSTE GÉRONTOPOLE AUVERGNE RHÔNE-ALPES

« Je vous préviens, vous allez m'entendre chanter encore longtemps ! »

Bien chanter, c'est d'abord de l'écoute, de la concentration et de la mémoire. Et comme Fabienne veut apprendre le Requiem de Mozart avec sa chorale, elle a testé ses capacités cognitives, son audition, et même sa santé psychique grâce à l'application DIGICOPE. Elle est au top, mais elle aurait pu bénéficier de conseils ou d'un bilan approfondi réalisé par des professionnels en cas de fragilité détectée.

Et vous, vous en êtes où ?

Dès 60 ans, vous aussi, téléchargez gratuitement l'application et testez-vous en 10 minutes seulement !

DIGICOPE
L'ART DE BIEN VIEILLIR EN ISÈRE

isère LA POSTE GÉRONTOPOLE AUVERGNE RHÔNE-ALPES

« Vous n'imaginez quand même pas que j'allais les laisser gagner ! »

Gérard est sûr de sa tête. Ses amis vous le disent. Son prochain adversaire ? Une excellente mémoire, qu'il teste régulièrement avec DIGICOPE, une application qui lui permet aussi de vérifier son audition, sa vue ou sa santé psychique. S'il avait détecté une fragilité, il aurait immédiatement été pris en charge pour éviter les complications. Bref, Gérard a toutes les cartes en main pour garder la santé... et battre la pâtée aux copains.

Et vous, vous en êtes où ?

Dès 60 ans, vous aussi, téléchargez gratuitement l'application et testez-vous en 10 minutes seulement !

DIGICOPE
L'ART DE BIEN VIEILLIR EN ISÈRE

isère LA POSTE GÉRONTOPOLE AUVERGNE RHÔNE-ALPES

« J'ai peut-être l'âge de mes artères, mais pas celui d'arrêter ! »

C'est fou comme l'énergie d'Huguette la rajeunit ! Elle le sait bien mais, pour en être certaine, elle a voulu tester sa motricité avec l'application DIGICOPE. Elle en a profité pour vérifier ses capacités cognitives, son audition et même sa santé psychique. Bien à dire ! Tout va bien. Mais si elle avait détecté une fragilité, elle aurait immédiatement été prise en charge. Au fait, Huguette a 77 ans. Pas mal, non ?

Et vous, vous en êtes où ?

Dès 60 ans, vous aussi, téléchargez gratuitement l'application et testez-vous en 10 minutes seulement !

DIGICOPE
L'ART DE BIEN VIEILLIR EN ISÈRE

isère LA POSTE GÉRONTOPOLE AUVERGNE RHÔNE-ALPES



Présentation CTS du Voironnais Chartreuse le 3/11/25

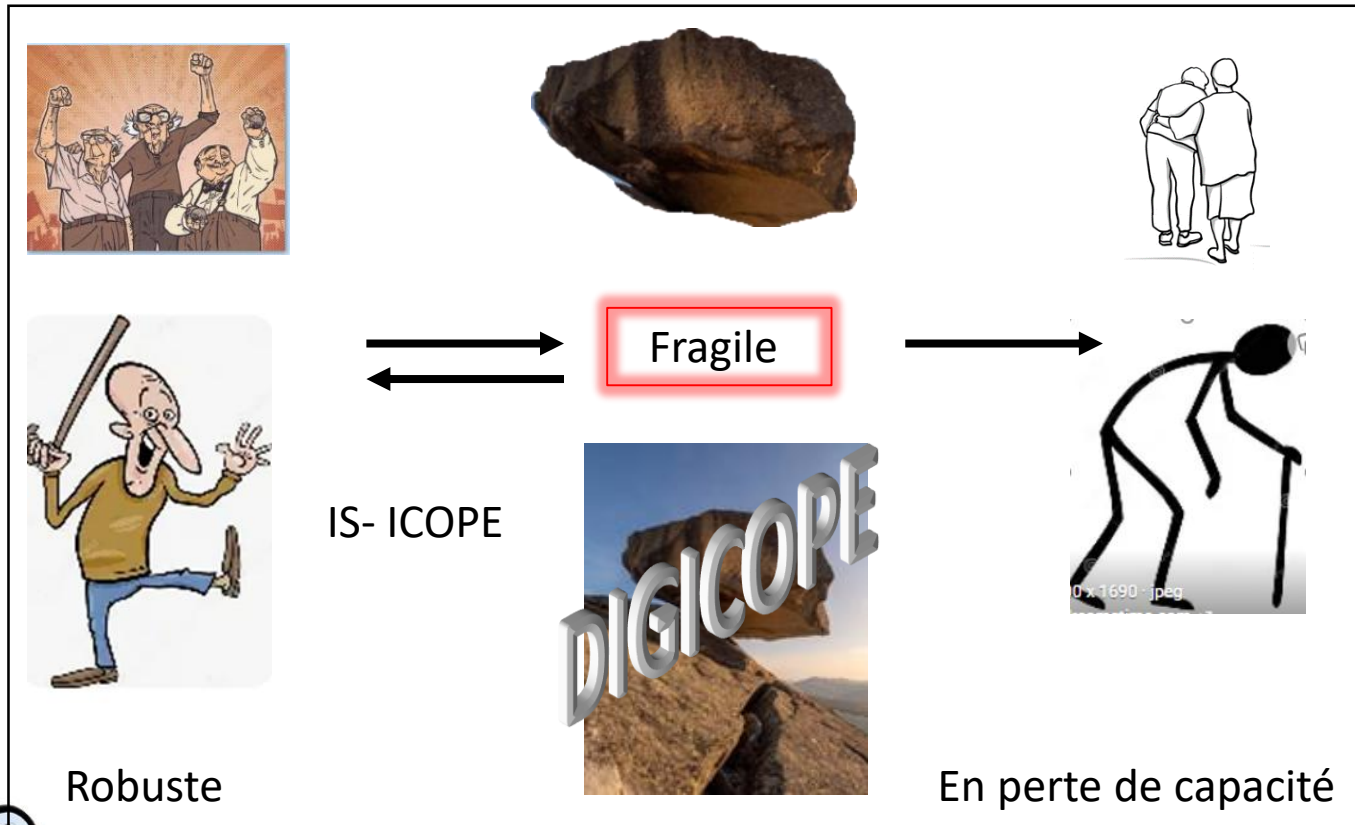
I-COPE programme de l'Organisation mondiale de la santé

Integred **C**are for **O**lder **P**Epole

Programme de prévention pour les personnes âgées ?



Prévention pour les personnes âgées ?



Objectif ICOPE en France : **150 000 personnes dépendantes en moins**

- **Dépister le plus tôt possible les fragilités**
- **Modifier les habitudes & comportements : un déterminant majeur du bien-vieillir**

AMELIORER L'ESPERANCE DE VIE SANS INCAPACITE:

En 2023, à 65 ANS¹ :
12 ans (Femmes)
10,5 ans (Hommes)



ICOPE, c'est l'aller-vers au service de l'autonomie et du vieillir en bonne santé.

ICOPE (pour Integrated Care for Older People) est un programme de santé publique développé par l'Organisation mondiale de la santé (OMS), et mis en œuvre en France pour prévenir la perte d'autonomie chez les personnes âgées de 60 ans et plus.

Le **déploiement d'ICOPE** est inscrit dans la loi société du bien vieillir et de l'autonomie du 08/04/2024

Il repose sur une idée simple : repérer le plus tôt possible les premiers signes de fragilité, mieux accompagner les personnes et structurer des parcours de prévention.

Ce **programme gratuit** est déployé progressivement en France et sur le territoire isérois de 2025 à 2027.

3 solutions existantes référencées dans Mon Espace Santé dont DIGICOPE



ICOPE ou IS-ICOPE en Isère : en vidéo

Vidéo de présentation

<https://www.bing.com/videos/riverview/relatedvideo?q=youtube+video+is-icope&mid=52EEBE0BBD9891CBAB4B52EEBE0BBD9891CBAB4B&FORM=VIRE>

<U:\TVC06\Espace Encadrement\CTS\00 - Conférences\25-11-03 - CTS\ICOPE>



ICOPE : la modélisation du programme en Isère

Décloisonné : Sanitaire, social, médico-social

Partenarial : Complémentarité pour plus d'efficience

CHU Grenoble Alpes, La Poste, Département de l'Isère et ses 1ers territoires-Grésivaudan, Porte des Alpes, Voironnais Chartreuse, Bièvre, Agglomération Grenobloise, le GÉrontopôle AURA

ARS Aura, CARSAT Rhône-Alpes, CPAM de l'Isère, Association des Centres de Prévention AGIRC ARRCO, CPTS du Grésivaudan, CPTS du Voironnais (en cours)

URPS médecins-infirmiers-kinésithérapeutes,

GHND, CH Voiron, Conseils des Ordres médecins et infirmiers,

Communauté de Communes Le Grésivaudan, CC Bièvre Isère et Bièvre Est, CC Pays Voironnais

CCAS-Ville de Grenoble, CCAS Pont de Claix

UIAD, TADSA, et autres associations (en cours)

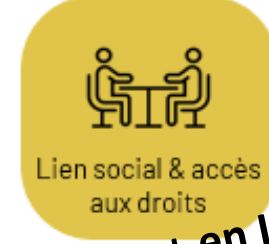
Bailleurs sociaux....et d'autres à venir!

Seul ou accompagné : avec les facteurs de La Poste pour les personnes les plus fragiles et en rupture numérique

Avec un parcours de prévention proposé aux personnes en mobilisant différents professionnels de santé et sociaux du territoire



IS-ICOPE: Les fragilités à évaluer

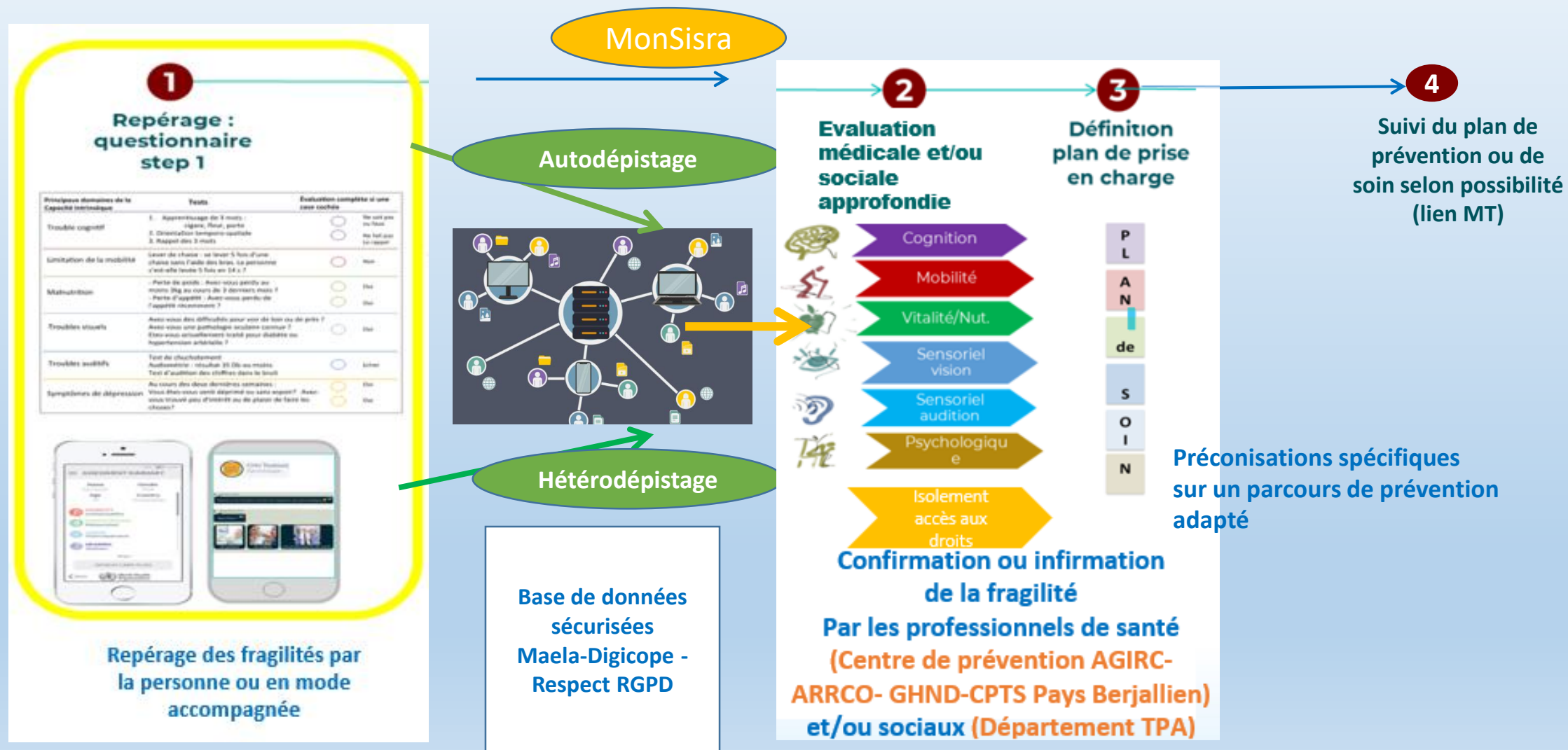


Le + en Isère

- mémoire : évaluer sa capacité à retenir et à se souvenir ;
- nutrition : vérifier si son alimentation couvre ses besoins ;
- vision : testez ses acuités visuelles ;
- audition : contrôler sa capacité à entendre discrètement ;
- bien-être psychologique : identifier d'éventuels signes de stress, d'anxiété ou de déprime ;
- mobilité : évaluer sa capacité à se déplacer sans difficulté
- Lien social et accès aux droits : évaluer son sentiment d'isolement, son besoin d'accès aux droits sociaux



Le principe d'ICOPE et ses spécificités en Isère : prise en charge de toutes les personnes présentant des fragilités



IS-ICOPE: un modèle spécifique testé et éprouvé

510 personnes dépistées

2 sur 5 sont entrées dans un parcours
et ont bénéficié de préconisations préventives
ou d'un plan de soin pour agir sur leur Bien Vieillir

Capacité
à mobiliser et à
déployer IS-ICOPE
à large échelle

1 personne sur 3

embarquée
lorsque le projet est
présenté en confiance
par le facteur

Questionnaire de dépistage
simple, rapide et efficace
pour repérer les fragilités

88%

de personnes avec
au moins une fragilité
« fonctionnelle » présumée

51%

de personnes avec
au moins 1 fragilité
« sociale » présumée

Tous disent percevoir des
bienfaits du programme
sur leur bien-être

87%

des personnes
ont mis en œuvre
les conseils ou
préconisations reçus
lors du bilan de prévention



Is-Icope : lancement sur votre territoire

Campagne de communication départementale sur l'auto-dépistage à relayer localement



Aller-vers facteurs : hétéro-dépistage

- 23 Oct / 28 Nov 2025
 - 1 000 « aller vers » des personnes de 70 ans et +
 - Ciblage : fichiers bailleurs sociaux (SDH, Pluralis, Alpes Isère Habitat)
 - Objectif : 80 hétérodépistages
 - Puis tous les 3 ou 4 mois en 2026 et 2027,
 - Une programmation d'aller-vers facteurs sur fichiers bailleurs

Des ateliers « L'art de bien vieillir » programmation 2025- A venir 2026

Pour vous inscrire à l'un des ateliers, composez-le : **09 70 81 81 55**
du lundi au vendredi de 9h à 17 h. Prix d'un appel local.

Lieu	Date	Horaire	Adresse
MOIRANS	jeudi 20 novembre	15H à 17H	SERVICE ACTION MEDICO-SOCIALE, 2 place Adelino Gasparini
VOIRON	lundi 1 ^{er} décembre	15H à 17H	INNOVADOM, Campus de la Brunerie, 180 Bd de Charavines

IS-ICOPE: une dynamique partenariale sur laquelle s'appuyer – comment contribuer?

- **Mobiliser le réseau local de partenaires avec mise en place d'un Comité opérationnel Ad'hoc territorial « Is-Icope »**
 - Impulser une communication et des actions locales pour la connaissance du parcours de prévention Is-Icope en s'appuyant sur les **instances existantes** : instance vieillir au pluriel...

Propositions : panneau pocket? Gazettes des communes? MAG du Pays Voironnais? sites internet? Autres ?

- Relai de proximité pour proposer des lieux de réalisation de bilans
- Appui par le service civique pour faire le point sur les actions existantes sur les communes en appui de la cartographie BIEN VIEILLIR

- Avec l'appui équipe pilotage départemental du projet Is-Icope



Parce que l'âge, c'est dans la tête mais pas que !



Pour l'OMS, vieillir en bonne santé, « c'est garder ses fonctions pour continuer à faire ce qui est important pour chacun d'entre nous ».

Merci à vous pour votre implication dans ce programme !

