Nous travaillons avec le Gérontopole de Toulouse depuis Avril 2015 sur le dépistage de la fragilité chez les personnes âgées de 60 ans et +.
A Cugnaux, nous allons démarrer avec le Gérontopole un nouveau projet qui s'appelle APTITUDE PROXI.
Ce projet consiste :
Temps 1 : Conférence " Prendre ma santé en main après 60 ans" **le vendredi 13 Juin 2025 à 15h au Théâtre des Grands Enfants**.
Elle sera animée par une gériatre du Gérontopole.
Gratuit, pré inscription auprès de la Coupe d'or (05 61 92 64 44)
A l'issue de la conférence, nous serons disponible pour vous donner des RV pour l'étape suivante (voir ci dessous).

Temps 2 : **Le samedi 14 Juin de 8h30 à 12h20 et de 14h à 16h40**.
A la Coupe d'or, des professionnels de santé de la Maison de Santé du Pré Vicinal de Cugnaux vous recevront toute la journée, sur RV ou sans RV pour évaluer les 6 domaines qui s'altère en vieillissant (la mémoire, la vision, l'audition, le moral, la nutrition, la mobilité).
Si vous voulez prendre un RV (durée 20 minutes), contactez la Coupe d'or ou venez nous voir au 1 avenue de Francazal.
Priorité aux Cugnalais.

Temps 3 : Pour les personnes qui auront des domaines altérés à l'étape précédente, 2 ateliers multi domaines seront proposés.
Ces ateliers seront constitués pour chaque séance de contenu mixte d'activité physique + mémoire ou activité physique et nutrition....
1 atelier multi domaine = 3 mois à raison de 2 ateliers/semaine.

Temps 4 : Clôture du projet par un événement culturel prévu à **CAMUS le 4/11/2025 amidi.**

Ci dessous, le lien qui vous renvoi vers le site de la Ville où vous retrouverez le projet + des vidéos vous expliquant en quoi consiste cette évaluation ICOPE.

https://www.ville-cugnaux.fr/agenda/conference-ma-sante-apres-60-ans/

Nous restons à votre disposition dès à présent pour plus de renseignements.
Au plaisir de vous retrouver.

L'équipe de la Coupe d'or

HADDADI Christelle
Responsable du Lieu Ressources Seniors
CCAS de Cugnaux - Pôle Senior - Mairie de Cugnaux
05 36 47 72 01 / 06 01 12 23 58