

Perte
de poids ?

Fatigue ?

Chute ?

Problèmes
de mémoire ?

Et vous,
êtes-vous
concerné ?

Faites le test !

Clinique de la fragilité

Secrétariat: 081 72 71 71

Localisation: Suivre la route 7

Consultations:

Les mercredis après-midi,
sur rendez-vous



CHRSM - site Meuse

Avenue Albert 1^{er}, 185
5000 Namur

Tél : +32 (0)81 72 61 11

www.chrsm.be

www.chrn.be

Suivez l'actualité du CHRSM
sur les réseaux sociaux



Vous avez dit fragile ?

Clinique de la fragilité

Dépistage de la fragilité et prévention
des dépendances



30 à 40%
des personnes de
+ de 65 ans sont
fragiles

La fragilité est le stade précoce de la **cascade de la dépendance**.

Ce stade est **réversible** lorsqu'on met en place des interventions ciblées. Des solutions de santé et de soins durables existent.

La prévention du déclin

fonctionnel est donc possible!

Si vous avez 65 ans ou + faites le test



	Oui	Non
Vous avez perdu du poids sans le vouloir	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Vous vous sentez plus fatigué	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Vous avez des difficultés pour vous déplacer	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Vous vous plaignez de votre mémoire	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Vous marchez moins vite	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Si vous répondez «oui» à au moins une de ces questions, vous êtes peut-être fragile.

Parlez-en à votre médecin traitant!

Il pourra vous prescrire une évaluation via la Clinique de la fragilité du CHR Sambre et Meuse - Site Meuse.

Comment cela fonctionne-t-il ?

- 1 Vous bénéficiez d'un **bilan de santé complet**: revue des pathologies et des médicaments, évaluation nutritionnelle, de la marche et de la mémoire, bilan du domicile, évaluation de vos objectifs de vie...
- 2 Suite à cette évaluation et avec votre collaboration, un **plan d'action personnalisé** vous est proposé, afin de préserver concrètement votre autonomie en luttant contre votre fragilité.
- 3 Ce plan d'action est communiqué à votre médecin traitant.

