

“ **Préparer et bien profiter de sa retraite, c'est avant tout prendre soin de sa santé.**

Le Centre Prévention Santé Longévité vous propose de bénéficier d'un dispositif de médecine préventive innovant, destiné aux plus de 60 ans et retraités, résidant en région Hauts-de-France :

**le Parcours Longévité** ”



### Qu'est-ce que le Parcours Longévité ?



Un auto-questionnaire



Un bilan de santé complet

réalisé par une infirmière, une psychologue, une diététicienne, un éducateur médico-sportif, un médecin, finalisé par une synthèse médicale



Un accompagnement personnalisé et individuel

nutrition, activité physique, sommeil, gestion du stress, mémoire, tabacologie...

1/2 journée

rendez-vous de suivi

### Les objectifs

- ▶ Vous permettre de réaliser, en une demi-journée, un bilan de santé complet de médecine préventive
- ▶ Repérer précocement les situations et facteurs de risque afin de vous orienter vers un vieillissement actif et réussi
- ▶ Vous délivrer des informations et conseils adaptés à vos besoins, à votre parcours de vie, vos motivations et vos difficultés

### La prise de rendez-vous, l'accès au parcours

Vous souhaitez avoir des renseignements et/ou bénéficier de ce parcours ?

**Contactez-nous !**

- Par téléphone au **03.20.87.72.10** ou par mail [parcours.longevite@pasteur-lille.fr](mailto:parcours.longevite@pasteur-lille.fr)
- Le Centre Prévention Santé Longévité se situe au sein de l'Institut Pasteur de Lille (à proximité du Bd. Louis XIV - Métro Grand Palais)

Participation  
sur  
inscription