

Conférence gratuite



Le **Comité Action Sociale Agirc-Arrco Rhône-Alpes** et le **Département de l'Isère**, en partenariat avec le **Centre de prévention AGIRC-ARRCO**, **La Poste**, le **CHU Grenoble Alpes**, le **Gérontopôle AURA** et la **Communauté de Communes Le Grésivaudan**, vous invitent à une conférence de prévention gratuite :

« Comment préserver son capital santé ? » & présentation du programme IS-ICOPE

 **Mardi 09 juin 2026**


 **De 14 h 30 à 16 h 30**

 **Communauté de Communes Le Grésivaudan**
390, rue Henri Fabre
38920 Crolles

Entrée gratuite sur inscription au 09 70 81 81 55

Au programme :

- Intervention d'un médecin du Centre de Prévention de Grenoble sur les enjeux du maintien de la santé et de l'autonomie tout au long de la vie
- Conseils pratiques pour préserver son capital santé
- Découverte du dispositif IS-ICOPE, destiné au repérage précoce des signes de fragilité dès 60 ans
- Présentation de l'application gratuite **Digicope**, utilisable seul ou accompagné d'un **facteur de La Poste**

 **À l'issue de la conférence**, les participants pourront s'inscrire à un atelier nutrition « **Bien manger, bien bouger** », proposé dans les semaines suivantes.