

# Centre Prévention Santé Longévité

## Parcours LONGÉVITÉ

Institut Pasteur de Lille & CHU de Lille

Le Centre Prévention Santé Longévité propose **aux aidants** de la région Hauts-de-France, **âgés de 45 à 70 ans**, de bénéficier d'actions de prévention personnalisées au travers du **Parcours Longévité**.

“ Vous aidez un proche ayant une pathologie grave, un handicap ou âgé dépendant. Prendre soin de vous est essentiel. ”



À DESTINATION **DES AIDANTS**

Participation  
sur  
critères  
médicaux



Université  
de Lille



Action co-financée par :



Voir plus d'informations  
afin de vous inscrire, au dos 

# Centre Prévention Santé Longévité

## Parcours LONGÉVITÉ

Institut Pasteur de Lille & CHU de Lille

“ Vous êtes **AIDANT(E)**,

**Vous aidez un proche ayant une pathologie grave, un handicap ou âgé dépendant**, vous résidez dans la région Hauts-de-France et vous êtes âgé(e) de 45 à 70 ans : prendre soin de vous est essentiel.

Le Centre Prévention Santé Longévité vous propose des actions de prévention personnalisées au travers du

**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 !**

Participation  
sur  
critères  
médicaux

- Par téléphone au **03.20.87.72.45** 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)



Université  
de Lille



Action co-financée par :



Centre Prévention Santé Longévité

1, rue du professeur Calmette  
BP 245 - 59019 Lille Cedex

[www.pasteur-lille.fr](http://www.pasteur-lille.fr)