

ON PEUT AGIR CONTRE LE CANCER

MES
COMPORTEMENTS

MON
ENVIRONNEMENT
(pollution, soleil...)

MOI
EN TANT
QU'INDIVIDU
(âge, hérédité)

EN AGISSANT
SUR CES FACTEURS,
ON ESTIME QUE
40% DES CANCERS
POURRAIENT ÊTRE
ÉVITÉS

CE QUE JE PEUX FAIRE AU QUOTIDIEN

JE PEUX LIMITER MES RISQUES :



en arrêtant
de fumer



en limitant
ma consommation
d'alcool



en ne s'exposant
pas au soleil
entre 12h et 16h



en pratiquant
une activité
physique régulière



en variant
mon alimentation
avec fruits,
légumes, céréales
et produits laitiers



en limitant
viande rouge,
charcuterie
et aliments salés

LE SAVIEZ-VOUS ?

- + UN CANCER EST DÉTECTÉ TÔT
- LE TRAITEMENT SERA LOURD
- + LES CHANCES DE GUÉRISONS SERONT ÉLEVÉES

ALORS FAITES VOUS DÉPISTER !

Le dépistage est un ensemble
d'examens pour détecter
une maladie que l'on ne sent pas