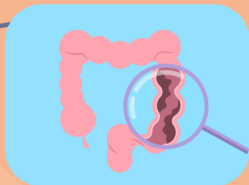


Comment je peux agir pour détecter un cancer précocement ?

S'informer sur le sujet, c'est avoir les bons réflexes



Je fais mon dépistage du cancer colorectal tous les 2 ans de 50 à 74 ans



Je fais ma mammographie tous les 2 ans de 50 à 74 ans



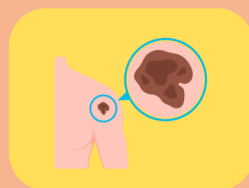
Je fais faire un frottis régulièrement de 25 à 65 ans



Je palpe mes seins tous les mois dès mon adolescence

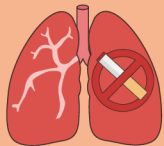


Je palpe mes testicules tous les mois dès mon adolescence



Je surveille mes grains de beauté 1 à 2 fois par an

Comment je peux agir pour diminuer mes risques d'avoir un cancer ?



Je ne fume pas



Je ne bois pas trop d'alcool



Je bouge tous les jours au moins 30 minutes



Je me protège des rayons du soleil



Je fais attention à ce que je mange



Je fais attention à l'air que je respire



Plus de conseils sur le site www.cptsduhautbocage.fr