

Qu'est-ce que c'est LILT ?

Nous de LILT depuis plus de 70 ans nous affrontons le problème du cancer.

Nous travaillons aussi à côté des communautés étrangères pour promouvoir la valeur de la prévention du cancer et impliquer toutes les communautés de migrants présentes sur le territoire.

La prévention est un droit pour tous.

Voilà quelques-uns de nos Espaces Prévention où tu peux réserver la visite:

- **Via Francesco Viganò, 4 Milano** - 02 6571233
- **Via Neera, 48 Milano** - 02 8461227
- **Viale Caterina da Forlì, 61 Milano** - 02 417744
- **Via Fatebenefratelli, 7 Cernusco sul Naviglio** - 02 9244577
- **Via Alessandro Manzoni, 8 Novate Milanese** - 02 87244082
- **Via Fratelli Cairoli, 76 Sesto San Giovanni** - 02 9738 9893
- **Via San Gottardo, 36 Monza** - 03 93902503

Poste électronique: prenotazionepazililt@legatumori.mi.it

Il progetto Salute Senza Frontiere II è stato parzialmente finanziato dal Community Award Program 2019 di Gilead.

Community Award
PROGRAM
UN'INIZIATIVA GILEAD



Con il patrocinio di:



PATROCINIO
Comune di
Milano

Prima stampa 2022

Moi aussi je fais de la prévention





L'histoire de Henry

« Je m'appelle Henry et je suis arrivé en Italie en 1995. Mon cousin Saliou m'a accueilli chez lui et aidé à trouver du travail. Deux ans après Saliou est tombé malade.

Il avait le cancer. J'ai été proche de lui durant sa maladie. J'ai aidé les enfants à l'école et sa femme pour les courses. Toutes la famille a vécu des moments difficiles, mais aujourd'hui mon cousin se porte bien.

Sa maladie m'a enseigné qu'il est très important de faire de la prévention avant l'arrivée du cancer. Une consultation peut sauver la vie. »

Toi, fais de la prévention

Si tu manges correctement, tu ne fumes pas et tu fais de l'exercice, tu peux éloigner le plus possible le développement du cancer.

Si tu te rends chez le médecin pour un diagnostic précoce, tu peux détecter la maladie à temps.

Découvrir plus tôt une tumeur, représente beaucoup de chance pour guérir.

Adopte un mode de vie sain.

Réduis le risque de cancer.



Il est important de faire de l'exercice tous les jours pendant au moins **30 mn**. Ne reste pas assis trop longtemps.



Mange chaque jour des **fruits, des légumes, des Légumineuses et des céréales intégrales**. Limite la consommation de **viande rouge, de salaisons et de viande conservée**.



Pour prévenir le cancer, mieux vaut **arrêter de fumer et éviter de boire de l'alcool**.



Reste mince **durant toute la vie**.

Qu'elles sont les visites nécessaires??

Quelques visites préconisées dans les cliniques LILT

Visite urologique

Visite courte et indolore qui étudie le volume et les caractéristiques de la prostate.

Quand ?

A partir de 50 ou 40 ans s'il y a des antécédents familiaux.



Visite de prévention du cancer de la peau

Examen de la peau et des grains de beauté.

Quand ?

Une fois par an à partir de 20 ans.

Visite d'oto-rhino-laryngologiste

Pour examiner le nez et la gorge.

Quand ?

A partir de 40 ans, surtout si tu es un buveur et/ou un fumeur.



Reserve ta visite
auprès de nos Espaces Prévention
www.legatumori.mi.it