

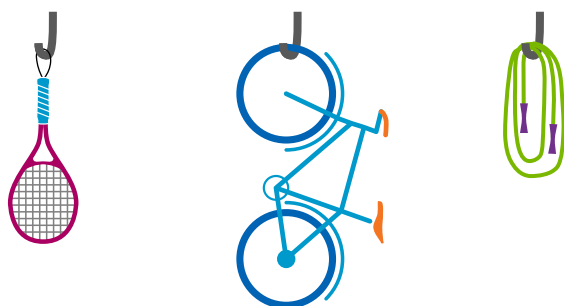
# Bouger plus pour réduire son risque de cancer



**7 adultes canadiens sur 10**  
ne font pas assez d'activité physique\*.



L'activité physique  
**réduit le risque de cancer.**



**11 600** nouveaux cas de cancer  
sont dus à l'inactivité physique.



Si la tendance se maintient,  
le nombre de nouveaux cas  
de cancer dus à l'inactivité physique  
passera de 11 600 à **16 500** en 2042.



**Ensemble, nous pourrions prévenir environ 26 200 cas de cancer  
d'ici 2042 si plus de Canadiens étaient actifs.**

\*L'inactivité physique se définit comme moins de 30 minutes de marche par jour. Des données détaillées et d'autres définitions se trouvent sur le site Web.