Cancer : tous concernés, comment ça marche ?

- **Des visioconférences gratuites et interactives…**
  Pour tous les allocataires retraite Malakoff Humanis.
- **… et pratiques**
  Retrouvez-nous avec votre ordinateur, tablette ou smartphone, en direct et en replay !
- **Des conférences pour tous**
  Les malades, mais aussi leurs proches Tous ceux qui sont en bonne santé et souhaitent le rester longtemps !
- **Des experts reconnus**
  Cancérologues, diététiciens, éducateurs, soignants : nous avons sollicités les meilleurs spécialistes pour vous répondre.

Comment participer ? 3 possibilités :

- Directement sur ce lien https://lien.happyvisio.com/CTC
- En vous connectant sur happyvisio.com et en entrant le code partenaire MHCONF
- Ou en flashant le QR code

Pour vous aider à vous inscrire aux conférences, un service d'aide téléphonique gratuit se tient à votre disposition au **+33 01 76 28 40 84** du lundi au vendredi, de 8h30 à 17h30 (heure de Paris).

MHR-21663_2206 - Crédit photos : AdobeStock

malakoff humanis | RETRAITE COMPLEMENTAIRE agirc-arrco

Malakoff Humanis Agirc-Arrco - Institution de retraite complémentaire régie par le code de la sécurité sociale, adhérente de l'Agirc-Arrco, N° SIREN 877 849 265 - Siège social : 21 rue Laffitte - 75009 Paris.
malakofhumanis.com

malakoff humanis

SANTÉ
PRÉVOYANCE
RETRAITE
ÉPARGNE

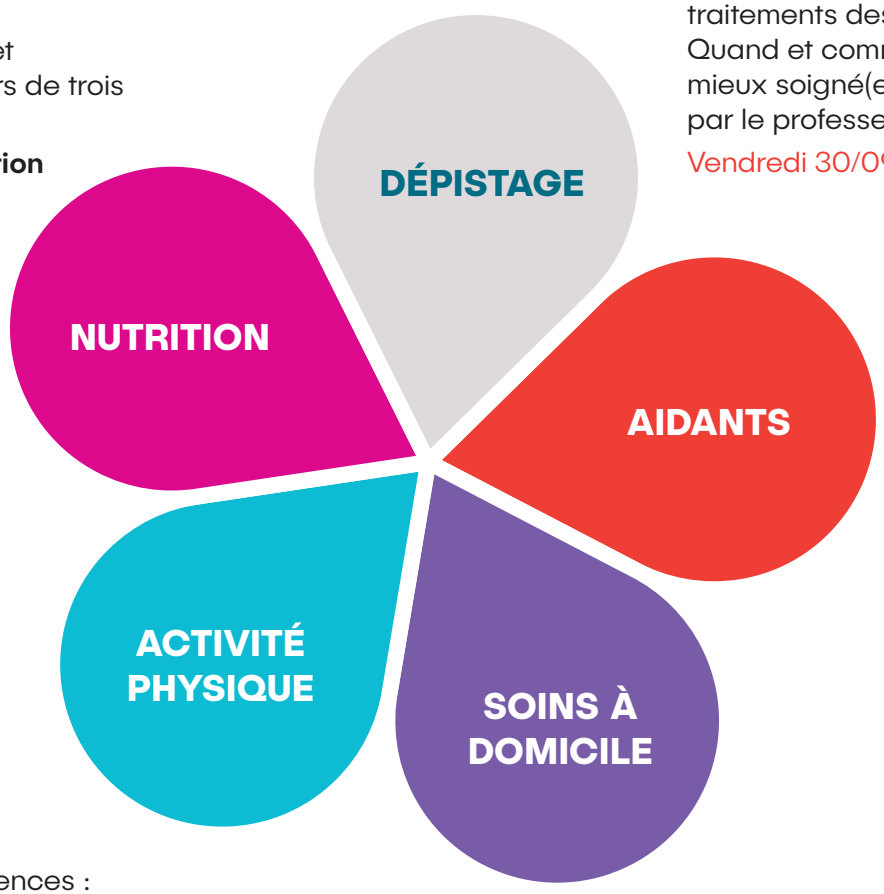
Cancer : tous concernés

Le sujet vous interpelle ? Les diagnostics s'affinent et les traitements progressent. Pour vous accompagner Malakoff Humanis vous propose **une série de 5 conférences intéractives gratuites,** animées par des experts reconnus pour vous donner des conseils et répondre à vos questions.

Alimentation et cancer

L'alimentation joue un rôle clé contre le cancer.
Que manger pour une meilleure santé ?
Votre intervenant **Thierry Michel**, diététicien et nutritionniste vous apportera des réponses lors de trois conférences :

- **La prévention des cancers par l'alimentation**
  Jeudi 22/09 à 14 h et Jeudi 10/11 à 14 h
- **Les stratégies nutritionnelles à la découverte d'un cancer**
  Jeudi 06/10 à 14 h et Mardi 22/11 à 14 h
- **Les clés nutritionnelles après un cancer**
  Jeudi 20/10 à 14 h et Mardi 06/12 à 14 h



Activité physique adaptée : bouger pour (re)trouver la forme

Se maintenir (ou se remettre en forme), prévenir, soigner, et regonfler son moral : vive l'exercice physique !
Cyprien Peronet, spécialiste de l'activité physique adaptée vous propose deux conférences :

- **Bouger pour rester en forme**
  Jeudi 15/09 à 14 h et Jeudi 24/11 à 14 h
- **Retrouver l'envie et la forme pendant et après la maladie**
  Mardi 18/10 à 14 h et Jeudi 08/12 à 14 h

Dépistage des cancers : comprendre pour agir

Bonne nouvelle : la médecine progresse et les traitements des cancers avec.
Quand et comment se faire diagnostiquer pour être mieux soigné(e) ? Réponses lors de cette conférence par le professeur **Eric Solary**.
Vendredi 30/09 à 14 h et Lundi 28/11 à 14 h

Aidant : trouvez votre juste posture

Vous êtes aidant(e) d'un proche malade du cancer. Surmonter vos peurs, prendre la mesure de ce que vous pouvez (et ne pouvez pas) apporter : lors de cette conférence, notre coach **Olivier Dhondt** vous aidera à trouver la bonne posture.
Mercredi 14/09 à 14 h
et Mardi 15/11 à 14 h

Soins à domicile et cancer

Quels soins peuvent être donnés hors hôpital ?
À quelles conditions, comment, à quel prix ?
Et avec quel bienfait pour le patient et ses proches ?
Toutes nos réponses avec le docteur **Olivier Trédan**.
Lundi 03/10 à 14 h et Lundi 14/11 à 14 h