

# Bra val i vardagen

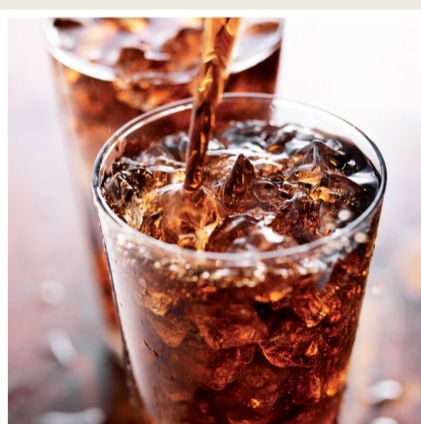
## minskar risken att få cancer



### BRA – MER OCH OFTA



### INTE BRA – MINDRE OCH INTE SÅ OFTA



Forskning visar att goda matvanor, fysisk aktivitet och en hälsosam kroppsvikt kan minska risken att drabbas av ungefär en tredjedel av de vanligaste cancerformerna. Råden överensstämmer med de nordiska näringsrekommendationerna. Läs mer på: [www.livsmedelsverket.se/matvanor-halsa-miljo/sjukdomar-allergier-och-halsa/cancer/](http://www.livsmedelsverket.se/matvanor-halsa-miljo/sjukdomar-allergier-och-halsa/cancer/)