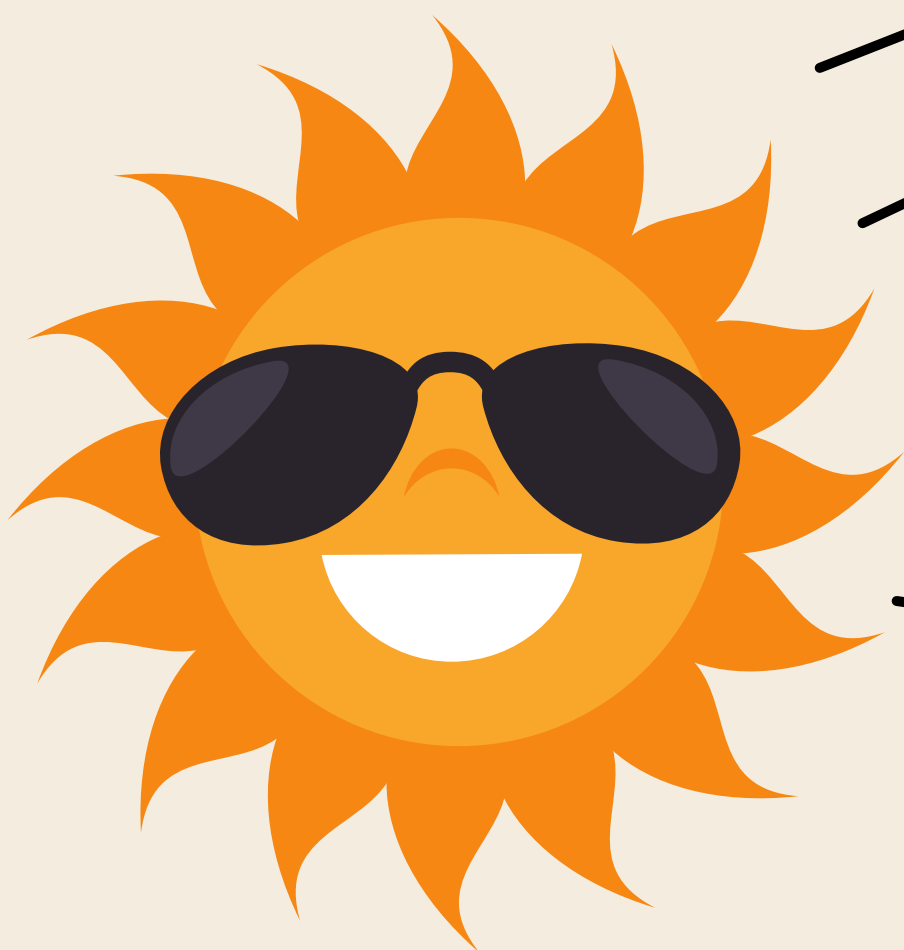




## LES RECOMMANDATIONS POUR PROFITER DU

# SOLEIL

CHAQUE ANNÉE EN FRANCE, 10 700 PERSONNES SONT DIAGNOSTIQUÉES D'UN CANCER DÛ AUX RAYONS UV. IL EST DONC IMPORTANT DE BIEN SE PROTÉGER.



LA LUMIÈRE NATURELLE FAVORISE LA SYNTHÈSE DE LA VITAMINE D

EVITEZ LE SOLEIL ENTRE 12H ET 16H

LIMITEZ AU MAXIMUM L'EXPOSITION DES ENFANTS

NE PAS EXPOSER LES BÉBÉS AU SOLEIL, NOTAMMENT AVANT 3 ANS

### COUVREZ-VOUS !

- Portez des vêtements avec un tissage serré ou traités anti-UV
- Préférez un chapeau à larges bords
- Optez pour des lunettes de soleil norme CE3 en général et CE4 en haute montagne

RENOUVELEZ SOUVENT LA CRÈME SOLAIRE (TOUTES LES 2 HEURES ET APRÈS CHAQUE BAIGNADE)

PRÉFÉREZ L'OMBRE ET EXPOSEZ-VOUS PROGRESSIVEMENT EN LIMITANT LA DURÉE ! (ARBRE, PARASOL, VOILE D'OMBRAGE)

LES UV ARTIFICIELS SONT DANGEREUX POUR LA PEAU ET SONT INTERDITS AVANT 18 ANS.

LIMITONS NOTRE EXPOSITION POUR NE GARDER QUE LES BÉNÉFICES DU SOLEIL !

