

VOUS PARTEZ dans le SUD?

Voici quelques conseils de sécurité
que vous devriez connaître
concernant les effets du soleil

ÉVITEZ le bronzage intérieur puisqu'il accroît les risques de cancer et n'offre aucune protection contre les rayons UV.

UTILISEZ UN ÉCRAN SOLAIRE AYANT UN FPS DE 30 ou plus. Réappliquez-en après la baignade, les sports aquatiques ou une transpiration abondante.

COUVREZ-VOUS de vêtements amples—les mélanges de fibres synthétiques offrent une meilleure protection que le coton.

PORTEZ des lunettes de soleil pour protéger vos yeux.

PORTEZ un chapeau à larges bords.

CHOISISSEZ l'ombrage plutôt que l'exposition directe aux rayons du soleil.

ÉVITEZ le bronzage intérieur avant de partir pour le Sud puisque tous les rayons UV sont dangereux.

SOUVENEZ-VOUS que certains médicaments et cosmétiques et certaines lotions rendent la peau plus sensible aux rayons UV.

RÉAPPLIQUEZ, RÉAPPLIQUEZ ET RÉAPPLIQUEZ de l'écran solaire, surtout si vous passez du temps dans l'eau.