



Les 10 commandements

- 

1 Les heures les plus dangereuses (entre 11 et 16 heures),

TU ÉVITERAS
- 

2 Vêtements sombres, large chapeau, lunettes anti-UV,

TU PORTERAS
- 

3 Pour bébé et jusqu'à trois ans, l'exposition solaire,

TU BANNIRAS
- 


4 Pour ne pas favoriser un cancer cutané ultérieur, au soleil dans l'enfance,

TU NE BRÛLERAS PAS
- 

5 Chaque année, ta peau de façon très progressive,

TU EXPOSERAS
- 

6 De la réflexion des UV par la neige, le sable et l'eau,

TU TE MÉFIERAS
- 

7 Toutes les deux heures un produit de protection solaire

TU APPLIQUERAS
- 

8 Avec un produit de protection solaire, augmenter la durée d'exposition,

TU ÉVITERAS
- 

9 L'indice de protection solaire, à ton phototype,

TU ADAPTERAS
- 

10 En altitude et sous les tropiques, l'indice de protection solaire,

TU MAJORERAS



Grains de beauté multiples

Faites-les vérifier régulièrement par votre dermatologue.