

# LES BONS GESTES A ADOPTER POUR SE PROTEGER DU SOLEIL CET ETE:



Mettre une casquette ou un chapeau anti-uv SFP 50+ qui couvre la nuque.



Mettre des habits anti-UV SFP50+.



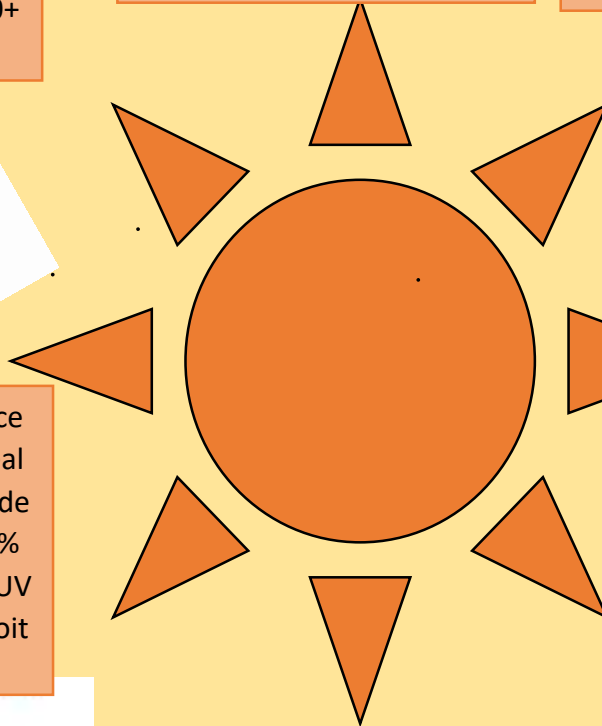
Prévoir une tente anti-UV pour les bébés pour les protéger du soleil, privilégier l'ombre au maximum.



Vérifier le marquage « CE », indice de protection minimum à 3, l'idéal est 4 qui absorbera jusqu'à 97 % de la lumière et fera barrage à 100 % des UV. La garantie « protection UV normalisée » pour UVA et UVB doit être mentionnée.



Faire boire l'enfant pour éviter la déshydratation



Ne pas s'exposer au soleil de 11h à 16h, là où les UV sont les plus forts.



Utiliser une crème solaire minérale sans nanoparticules avec un indice de protection 50+ qui protège des UVB et UVA, avec une nouvelle application toutes les 2 heures, voire toutes les 30 minutes en cas de fort ensoleillement, et après chaque baignade.