



Comment protéger mon enfant du soleil

Une information de la Ligue contre le cancer



Mon enfant de 0-1 an



- Evitez toute exposition directe.
- Gardez votre bébé à l'intérieur ou à l'ombre entre 11 h et 15 h.

A l'extérieur

- Gardez le plus possible votre bébé à l'ombre.
- Mettez-lui un t-shirt qui couvre les épaules, un pantalon, un chapeau et des lunettes de soleil.
- Appliquez-lui de la crème solaire (indice de protection 30 au moins) sur les parties du corps non couvertes.
- En promenade, veillez à ce que votre bébé soit à l'ombre.



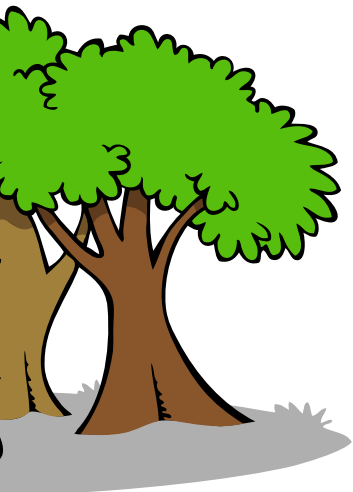
Mon enfant de 1–6 ans

- De manière générale, préférez l'ombre au soleil.
- Evitez le soleil entre 11 h et 15 h.



- Mettez-lui un t-shirt qui couvre les épaules, un pantalon, un chapeau et des lunettes de soleil.
- Pour jouer dans l'eau et au bord de l'eau, mettez-lui des textiles spéciaux anti-UV.





- Appliquez de la crème solaire avec un indice de protection 30 au minimum.
- Optez pour un produit qui protège des UVA et des UVB.
- Appliquez-lui la crème généreusement; si possible deux fois de suite.
- Renouvelez l'application après chaque baignade ou frottement même si le produit est résistant à l'eau.

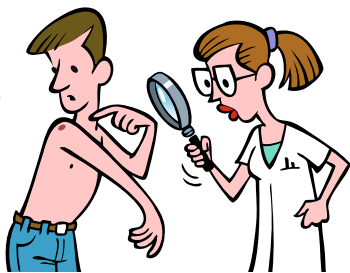


Et vous-même?



- Montrez l'exemple.
- Protégez-vous aussi du soleil.

- Observez les modifications de votre peau et faites-les contrôler par un médecin.



La ligue contre le cancer de votre région

Krebsliga Aargau

Tel. 062 834 75 75

www.krebsliga-aargau.ch

Krebsliga beider Basel

Tel. 061 319 99 88

www.klbb.ch

Bernische Krebsliga

Ligue bernoise

contre le cancer

Tel. 031 313 24 24

www.bernischekrebsliga.ch

Ligue fribourgeoise

contre le cancer

Krebsliga Freiburg

tél. 026 426 02 90

www.liguecancer-fr.ch

Ligue genevoise

contre le cancer

tél. 022 322 13 33

www.lgc.ch

Krebsliga Graubünden

Tel. 081 252 50 90

www.krebsliga-gr.ch

Ligue jurassienne

contre le cancer

tél. 032 422 20 30

www.liguecancer-ju.ch

Ligue neuchâteloise

contre le cancer

tél. 032 721 23 25

www.liguecancer-ne.ch

Krebsliga Ostschweiz

SG, AR, AI, GL

Tel. 071 242 70 00

www.krebsliga-ostschweiz.ch

Krebsliga Schaffhausen

Tel. 052 741 45 45

www.krebsliga-sh.ch

Krebsliga Solothurn

Tel. 032 628 68 10

www.krebsliga-so.ch

Thurgauische Krebsliga

Tel. 071 626 70 00

www.tgkl.ch

Lega ticinese

contro il cancro

Tel. 091 820 64 20

www.legacancro-ti.ch

Ligue vaudoise

contre le cancer

tél. 021 623 11 11

www.lvc.ch

Ligue valaisanne

contre le cancer (Sion)

tél. 027 322 99 74

www.lvcc.ch

Krebsliga Wallis (Brig)

Tel. 027 604 35 41

www.krebsliga-wallis.ch

Krebsliga Zentralschweiz

LU, OW, NW, SZ, UR

Tel. 041 210 25 50

www.krebsliga.info

Krebsliga Zug

Tel. 041 720 20 45

www.krebsliga-zug.ch

Krebsliga Zürich

Tel. 044 388 55 00

www.krebsligazuerich.ch

Krebshilfe Liechtenstein

Tel. 00423 233 18 45

www.krebshilfe.li

Impressum

Editrice

Ligue suisse contre le cancer

Effingerstrasse 40

Case postale, 3001 Berne

tél. 031 389 91 00

fax 031 389 91 60

info@liguecancer.ch

www.liguecancer.ch

Illustrations

www.trinco.ch

D'après une idée originale
de la Ligue vaudoise contre
le cancer

Brochures

tél. 0844 85 00 00

boutique@liguecancer.ch

www.liguecancer.ch/

brochures

© 2015 Ligue suisse
contre le cancer, Berne,
2^e édition inchangée

**Ligne
InfoCancer
0800 11 88 11**

du lundi au vendredi

9 h–19 h

appel gratuit

helpline@liguecancer.ch