

Le guide pratique de l'été pour profiter du soleil sans danger

Les attitudes à adopter face au soleil :

- Éviter de s'exposer au soleil entre 10h et 16h, et rechercher l'ombre.
- Sortir toujours protégé, adopter des lunettes de soleil, un tee-shirt, un chapeau...
- Avoir plus de vigilance face au soleil pour les personnes ayant des peaux claires et les enfants.
- Renouveler l'application de crème solaire régulièrement (environ toutes les 2 heures et après chaque baignade).

