



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.



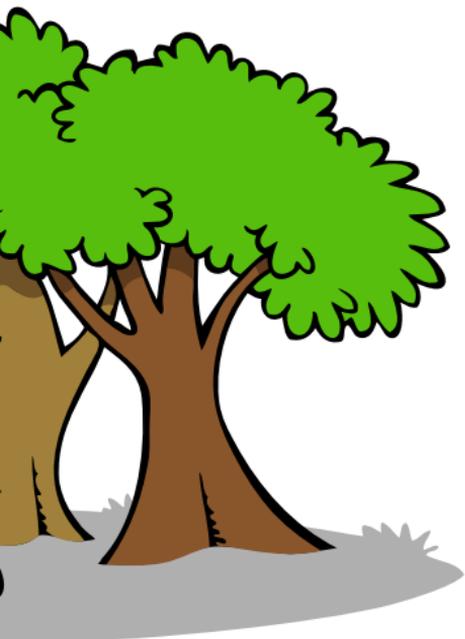
Mon enfant de 1–6 ans

- 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

© 2016 Ligue suisse
contre le cancer, Berne,
3e édition inchangée

**Ligne
InfoCancer
0800 11 88 11**

du lundi au vendredi
9 h–19 h
appel gratuit
helpline@liguecancer.ch