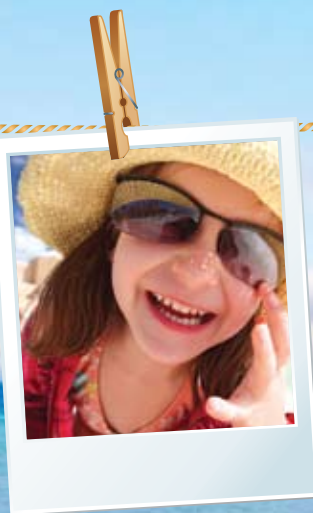


1, 2, 3... soleil !



Comment obtenir cette brochure ?

Téléchargez ou commandez via www.cancer.be

La Fondation contre le Cancer à votre écoute.



Cancerphone
0800 15 801

Fondation contre le Cancer ®

Tous les jours ouvrables de 9h00 à 13h00,
le lundi de 9h00 à 19h00.

Fondation contre le Cancer
Chaussée de Louvain 479
1030 Bruxelles
Tél. 02 736 99 99
Fax: 02 734 92 50
commu@cancer.be
www.cancer.be



**Fondation
contre le Cancer**

Fondation d'utilité publique



**Fondation
contre le Cancer**

Fondation d'utilité publique

www.cancer.be

1, 2, 3 ... soleil !

Une exposition légère est suffisante

Beaucoup de parents pensent que le soleil est bon pour la santé de leurs enfants. C'est vrai, mais à **petites doses seulement**. Une exposition légère, moins que ce qui est nécessaire pour bronzer, est suffisante pour la santé.

Les enfants aiment la luminosité et la chaleur du soleil. Ses rayons ultraviolets sont nécessaires à la formation de la **vitamine D** indispensable au développement des os. Cependant, il est **inutile d'exposer les enfants au soleil direct**. Les enfants reçoivent suffisamment d'ultraviolets s'ils jouent à l'extérieur et sortent régulièrement.

L'excès peut être un risque grave

En cas d'excès, le soleil peut devenir un risque pour les enfants. Leur peau est particulièrement fine. Elle laisse pénétrer en profondeur une grande quantité de rayons ultraviolets qui **abiment les cellules**.

Les cancers de la peau sont de plus en plus fréquents. Parmi eux, les mélanomes sont une forme particulièrement agressive de cancer. D'où l'importance de la prévention.

Les enfants (de 0 à 12 ans) sont très vulnérables au soleil et la nécessité de les protéger est encore sous-estimée.

Comment protéger les enfants ?

Tout simplement :
suivez les
4 conseils
suivants



Eviter
d'exposer
les bébés
de moins d'un an
au soleil.



Faire jouer
les enfants
à l'ombre
entre 11 et 15h.



Couvrir
la tête des enfants et
leur faire porter un
t-shirt sec et
des lunettes de soleil.



Appliquer régulièrement
aux enfants
une bonne couche de
crème solaire
'waterproof' avec
un indice de protection
minimum 30.

