

# Franc-Comtois : du soleil, méfie-toi !

[www.asfoder.net](http://www.asfoder.net)



La fréquence des cancers de la peau, majoritairement induits par le soleil (UV), augmente.  
A la différence de la pluie et du vent, les UV sont invisibles quand ils abiment notre peau...

**Adopter les bons comportements contre les méfaits du soleil est facile!**

**Eviter les heures les plus ensoleillées (11h-16h)**

**!! Se méfier des nuages !!  
et des vitres !!** = fausse protection, les  
UVA passent au travers.

**Montagne = prudence !!**

L'intensité des UV augmente avec l'altitude.

**Attention à la réverbération  
des UV** sur le sable, la neige, l'eau...

**Sport en extérieur = prudence !**

bouger ne diminue pas les risques...

**Métiers en extérieur = Vigilance !**

(agriculteurs, BTP, paysagistes, employés des stations de ski, des bases de navigation, pêcheurs...)

La protection solaire est l'affaire du quotidien !

**La meilleure protection de la  
peau est vestimentaire !**

**La crème SPF 50, c'est bien...**

Application toutes les 2h,  
et après chaque baignade

**Les vêtements, c'est mieux !**

(chapeaux, manches longues,  
T shirt anti UV pour les baignades...)

**Protéger encore plus  
vos enfants!**

L'exposition solaire dans l'enfance  
prépare le cancer de la peau  
40 ans plus tard...

**N'en prenez pas plein les yeux !**

Adoptez le look lunettes de soleil !

**Le meilleur anti ride?**

La protection solaire !



**Consultez votre médecin devant tout grain de beauté évolutif  
ou bouton qui ne guérit pas.**

**Le soleil brille, l'imprudence brûle!**