

Θα το έκανες
αυτό επίτηδες
στο δέρμα σου;

Τότε γιατί επιτρέπεις
στην ηλιακή ακτινοβολία
να καίει το δέρμα σου;

Προστάτευσε το Δέρμα σου
από την ακτινοβολία, εάν έχεις:

- Σπίλους ποηλοούς
- Φωτοευαισθησία στο δέρμα
- Ηλιακές βλάβες (ποηηές)
- Νεαρή ηλικία (κάτω από 18)
- Ανοιχτόχρωμο δέρμα
- Καψίματα ηλιακά (ποηηά)
- Ιστορικό καρκίνου δέρματος (ο ίδιος ή κάποιος από την οικογένεια)

Ποτέ
solarium
όποιος έχει
ΣΦΗΝΑΚΙ

Κείμενα: Δρ ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΑ ΦΡΑΓΚΙΑ, MD, PhD Παθολογοανατόμος
Πρόεδρος Δ.Σ. ΜΕΛΑΜΠΟΥΣ

www.melampous.gr

Ηλιοπροστασία με το ΜΑΓΙΚΟ Ρολόι

Μπλούζα



Αντηλιακό



Γυαλιά



Ϊσκιος

Καπέλο



Ομπρέλα



CREATIVE: A. BERDEBE • TEL. 2106036634

Προστάτευσε το Σέρμα σου από τον ήλιο

Το μεσημέρι **απόφυγε** τον ήλιο
γιατί οι ακτίνες του «**καίνε επικίνδυνα**» το δέρμα σου

9:00-11:00 & 17:00-20:00 : Απόλαυσε τον ήλιο
όταν η **σκιά σου είναι μεγάλη** φορώντας άνετη,
στεγνή, **σκουρόχρωμη μπλούζα** πυκνής ύφανσης,
καπέλο, γυαλιά και αντηλιακό που ταιριάζει
στο φωτότυπό σου

Μυστικά της Ηλιοπροστασίας

Το δέρμα σου μπορεί να καεί:

Όταν περπατάς στην **πόλη**,

Όταν κολυμπάς στη **θάλασσα** ή στην **πiscίνα**,

Όταν πας στο **βουνό** ή στο **χιόνι**