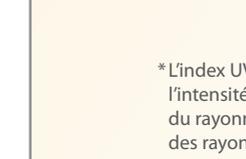
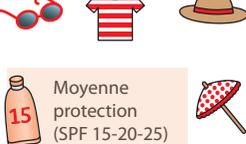
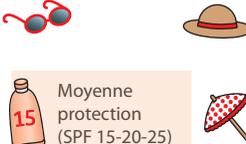
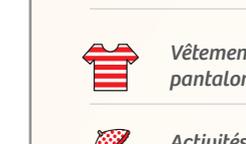


Mémo

des précautions à prendre selon l'index UV*

Index UV	Exposition modérée (vie au grand air)		Exposition importante (plages, activités extérieures longues...)		Exposition extrême (glaciers, tropiques...)	
	Intensité faible 	Intensité modérée 	Intensité forte 	Intensité très forte 	Intensité extrême 	
Phototype 1 Peau extrêmement sensible au soleil et les enfants 	  Haute protection (SPF 30-50)	  Haute protection (SPF 30-50)	  Très haute protection (SPF 50+)	  Très haute protection (SPF 50+)	  Très haute protection (SPF 50+)	  Très haute protection (SPF 50+)
Phototype 2 Peau sensible au soleil 	  Moyenne protection (SPF 15-20-25)	  Moyenne protection (SPF 15-20-25)	  Haute protection (SPF 30-50)	  Haute protection (SPF 30-50)	  Très haute protection (SPF 50+)	  Très haute protection (SPF 50+)
Phototype 3 Peau intermédiaire 	  Faible protection (SPF 6-10)	  Faible protection (SPF 6-10)	  Moyenne protection (SPF 15-20-25)	  Moyenne protection (SPF 20-25)	  Haute protection (SPF 30-50)	  Haute protection (SPF 30-50)
Phototypes 4/5 Peau assez résistante au soleil 	  Faible protection (SPF 6-10)	  Faible protection (SPF 6-10)	  Moyenne protection (SPF 15-20-25)	  Moyenne protection (SPF 15-20-25)	  Haute protection (SPF 30-50)	  Haute protection (SPF 30-50)
Phototype 6 Peau résistante au soleil 	  Faible protection (SPF 6-10)	  Faible protection (SPF 6-10)	  Faible protection (SPF 6-10)	  Moyenne protection (SPF 15-20-25)	  Haute protection (SPF 30-50)	  Haute protection (SPF 30-50)

* L'index UV exprime l'intensité du rayonnement des rayons ultraviolets.

Légende



Ne l'expose pas



Indice de protection de la crème solaire minimal conseillé



Lunettes de protection solaire



Chapeau



Vêtements (tee-shirt, pantalon, bermuda, etc.)



Activités à l'ombre à privilégier