

# SUNNY SIDE

## TIPPS FÜR EINEN SONNIGEN LIFESTYLE

- ✓ **Check deinen Hauttyp!**
- ✓ **Besorg dir eine hochwertige Sonnencreme mit hohem Lichtschutzfaktor.** Lass dich am besten in der Apotheke beraten.
- ✓ **Regelmäßig nachcremen!** Etwa alle 2 Stunden – speziell nach dem Baden!
- ✓ **Keine Sonnenbäder in der Mittagssonne** (11–15 Uhr).
- ✓ **Schatten!** Lange Aufenthalte in der prallen Sonne vermeiden.
- ✓ **Sonnenbrille schützt die Augen!** Stylish und sinnvoll zugleich!
- ✓ **Maximal 50 Sonnenbäder pro Jahr!** Dazu zählt jeder Aufenthalt in der Sonne oder im Solarium!
- ✓ **Verzichte auf Solarien!** Das Risiko gesundheitlicher Schäden ist hoch! Runzelige Haut im Erwachsenenalter ist vorprogrammiert. Gar nicht schön!

**Ready2win?!** Mach mit beim Online-Gewinnspiel auf [www.schulaerzte.at](http://www.schulaerzte.at)!

MIT FREUNDLICHER UNTERSTÜTZUNG VON:

**Eucerin**<sup>®</sup>



**GfÖ**

Gesellschaft der Schularztinnen  
und Schularzte Österreichs