

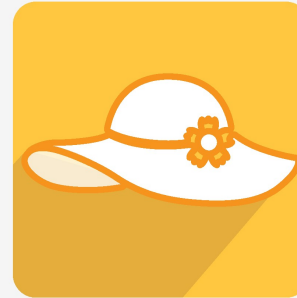
Złote Zasady Ochrony Skóry



Unikaj słońca między godziną 11:00 a 16:00



Unikaj korzystania z solarium



Noś kapelusz lub czapkę zakrywające kark i uszy



Stosuj kremy z filtrem SPF



Wybieraj odzież zakrywającą ramiona



Noś okulary przeciwsłoneczne z filtrem UV



Regularnie kontroluj znamiona u lekarza specjalisty