

## COMMENT FAIRE POUR ÊTRE « FUTÉ AU SOLEIL » ?

Une politique Futée au Soleil ne doit pas coûter cher. La plupart des adaptations à réaliser peuvent être réalisées à moindres frais.

Votre école ne doit pas devenir une École Futée au Soleil du jour au lendemain. Une politique, des activités, des changements dans l'environnement peuvent être mis en place progressivement.

### OMBRE - VÊTEMENTS - CRÈME SOLAIRE



1 Exposez-vous le moins possible au soleil entre 12 et 15h. Privilégiez l'ombre.



2 Protégez votre peau par des vêtements et un chapeau, et portez des lunettes de soleil.



3 Enduisez de crème solaire les zones de votre peau qui sont exposées au soleil toutes les 2 heures. N'oubliez pas vos lèvres ni vos oreilles.

RETROUVEZ PLUS DE CONSEILS FUTÉS AU SOLEIL  
DANS NOTRE COFFRET PÉDAGOGIQUE GRATUIT,  
SUR [WWW.CANCER.BE/ÉCOLESFUTÉSAUSOLEIL](http://WWW.CANCER.BE/ÉCOLESFUTÉSAUSOLEIL)



Fondation contre le Cancer

Chaussée de Louvain 479, 1030 Bruxelles  
T. 02 736 99 99 | F. 02 734 92 50  
[futeausoleil@cancer.be](mailto:futeausoleil@cancer.be)  
[www.cancer.be](http://www.cancer.be)



E.R. Benoit Koerperich, Chaussée de Louvain 479, 1030 Bruxelles

UN COFFRET PÉDAGOGIQUE ET DES CONSEILS « FUTÉS AU SOLEIL », POUR PRÉVENIR LES CANCERS DE LA PEAU

# Écoles Futées au Soleil

Chaque année, le nombre de cancers de la peau augmente en Belgique. Pourtant, 75% de ces cancers pourraient être évités par l'adoption de bonnes habitudes dès l'enfance. C'est pourquoi la Fondation contre le Cancer (re)lance sa campagne « Écoles Futées au Soleil ».

**Comment votre école peut-elle contribuer à faire la différence ?**



Fondation contre le Cancer

# Demandez votre coffret pédagogique



COMMANDEZ UN COFFRET PÉDAGOGIQUE  
POUR VOTRE CLASSE VIA  
[www.cancer.be/écolesfutéesausoleil](http://www.cancer.be/écolesfutéesausoleil)

## APPRENDRE EN S'AMUSANT

Notre coffret pédagogique destiné aux écoles primaires contient un jeu pour toute la classe, une série d'images éducatives et une bande dessinée, un index UV, un vrai ou faux, etc. Bref, toute une série de petits jeux éducatifs qui vont apprendre à l'enfant comment se protéger au mieux du soleil.



# Devenez une École Futée au Soleil



## COMMENT VOTRE ÉCOLE PEUT-ELLE DEVENIR UNE ÉCOLE FUTÉE AU SOLEIL ?

1. Inscrivez votre école sur le site : [www.cancer.be/écolesfutéesausoleil](http://www.cancer.be/écolesfutéesausoleil)
2. Instaurez une politique « Futée au Soleil » en mettant en pratique des actions à mener pour être reconnu Futé au Soleil.
3. Commandez le coffret pédagogique pour votre classe et demandez l'affiche « Écoles Futées au Soleil », des brochures pour les parents, des stickers et des tatouages. Tout est gratuit !
4. Aménagez l'environnement de l'école : zones ombragées, coin pour être enduit de crème solaire ou proposant des distributeurs de crème solaire, vêtements de protection, horaire approprié pour les activités de plein air au soleil...
5. Communiquez sur votre politique d'École Futée au Soleil. Commandez gratuitement des brochures pour les parents, des stickers et des affiches via [www.cancer.be/écolesfutéesausoleil](http://www.cancer.be/écolesfutéesausoleil) ou par e-mail à [futeausoleil@cancer.be](mailto:futeausoleil@cancer.be).
6. Téléchargez notre toolkit digital « Futé au Soleil » sur [www.cancer.be/écolesfutéesausoleil](http://www.cancer.be/écolesfutéesausoleil)  
Celui-ci contient :
  - ▶ une checklist des actions à mener pour être « École Futée au Soleil » ;
  - ▶ des fiches d'information sur les différents types de peau, l'indice UV, les produits solaires...
  - ▶ un questionnaire ;
  - ▶ des conseils pour aménager des zones ombragées.