

Il Sole per amico

Grazie a questo progetto ho imparato a proteggermi dal Sole.

Inoltre mi sono divertita ad accumulare informazioni per poi attuarle all'aperto.

Ho imparato che per proteggersi dal Sole devo indossare abiti che coprano gambe e braccia.

Devono essere di un tessuto a maglia stretta.

I vestiti bagnati sono meno protettivi.

Oltre alla pelle vanno protetti anche gli occhi.

Per fare questo bisogna indossare gli occhiali da sole.

Dobbiamo approfittare anche dell'ombra, perché anche se non ci protegge intensamente, impedisce l'incidenza dei raggi UV sul nostro corpo.

I raggi UV ci rendono più felici e ci fanno produrre vitamina D per assorbire il calcio.

Stanno però anche effetti negativi: se stiamo troppo tempo al Sole senza proteggerci con la crema

- solare, potremmo notare sul
nostro corpo l'attività e accorramen-
ti

- Gli UV possono anche causare
importanti malattie sulla pelle

- Ho imparato che tra le 11:00 e
le 3:00 del pomeriggio non si
può stare al sole, perché i raggi
sono più forti e dannosi

- Io pensavo che restando in acqua
il sole non ci ^{potesse} scottare.

- Ma mi sbagliavo.

- I raggi del sole sono così potenti
che passano anche attraverso l'acqua.

- Per questo dobbiamo applicare la
crema prima e dopo il bagno.

- Esistono diversi fototipi e il meno
protetto dai raggi solari è il
fototipo ①.

- Esso ha la pelle e i capelli chiari,
gli occhi chiari e presenta lentiggini
sul volto.

- Il fototipo che può stare più
tempo al sole è il fototipo ⑥.

- Esso ha la pelle e i capelli scuri,
gli occhi scuri e non si scotta mai.

- Io sono il fototipo ③.

- Ho gli occhi marroni, la pelle
moderatamente scura, i capelli
marrone chiari, posso scottarmi ma

mi allowed!

QUESTE INFORMAZIONI MI SARANNO

MOLTO UTILI!