

EAU THERMALE

# Avène

Von der Sonne geküsst.

Von EAU THERMALE Avène geschützt.



UNBESCHWERTE SONNENSTUNDEN FÜR DIE GANZE FAMILIE

Erfahren Sie alles  
rund um das Thema  
Sonnenschutz



Partner der  
Europäischen  
Hautkrebsstiftung

# VON DER SONNE GEKÜST. VON EAU THERMALE AVÈNE BESCHÜTZT.

Jeder liebt das sanfte Kitzeln der Sonne auf der Haut! Sonnenlicht ist für die Gesundheit des Menschen unentbehrlich. Es regt die Bildung von Vitamin D an, das eine wichtige Rolle in unserem Calciumhaushalt spielt und am Aufbau unserer Knochen beteiligt ist. Zu viel Sonne und exzessives Sonnenbaden führen jedoch zu einer schnelleren Hautalterung und können sogar gefährliche Hautschäden wie Hautkrebs verursachen. Und was viele nicht wissen: Übermäßige Sonnenexposition in der Kindheit gehört zu den Hauptrisikofaktoren für die Entstehung von Hautkrebs.

Deshalb möchte EAU THERMALE Avène Sie und Ihre Familie bestmöglich (be-)schützen und Ihnen unbeschwerte Sonnenstunden ermöglichen.

Die Sonnenschutzprodukte bieten empfindlichen Hauttypen höchstmöglichen Schutz und minimieren gleichzeitig das Allergiepotezial. Sie basieren auf hautberuhigendem Avène Thermalwasser und enthalten keine oder wenige, dafür aber fortschrittliche und hochverträgliche chemische Filter.

Um jedem Hauttyp den Schutz geben zu können, den er braucht, hat EAU THERMALE Avène zwei unterschiedliche Sonnenschutzlinien entwickelt: die orange Sonnenschutzlinie, die die ganze Familie mit einem hocheffektiven, wasserfesten Breitbandschutz versorgt und pflegt, und die weiße Sonnenschutzlinie, ein rein mineralischer UV-Schutz, besonders geeignet für Kleinkinder, Allergiker und Neurodermitiker.

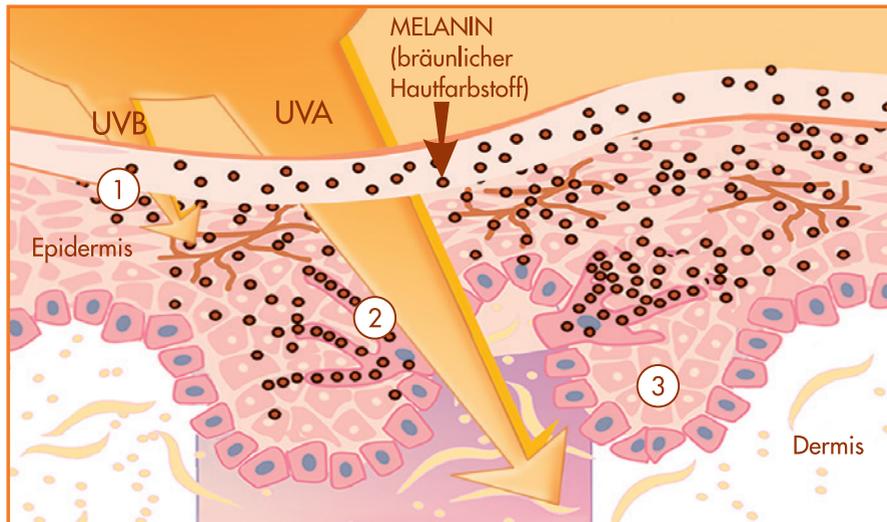
Da insbesondere Kinder vor den Gefahren der Sonne geschützt werden müssen, unterstützt EAU THERMALE Avène seit 2013 die Aufklärungsarbeit der Europäischen Hautkrebsstiftung (ESCF) in Kindergärten.

DER AVÈNE 3-FACH-SCHUTZ .....	04
WÄHLEN SIE IHREN PASSENDEN SONNENSCHUTZ .....	05
VORSICHT HAUTKREBS! .....	06
AVÈNE ALS PARTNER DES ESCF .....	10
AVÈNE SONNENSCHUTZ – DIE ORANGEFARBENE LINIE .....	12
Was macht Avène Sonnenschutz so sicher und verträglich? .....	13
Normale/Trockene Haut .....	14
Mischhaut/Akne .....	16
Für Kinder .....	17
Für unterwegs/Sportler .....	18
DIE WEISSE SONNENSCHUTZLINIE .....	20
ERGÄNZENDE PFLEGE .....	21
WIE CREME ICH MICH RICHTIG EIN? .....	22
MEIN PFLEGERITUAL RUND UM DEN SONNENSCHUTZ .....	23



# DER AVÈNE 3-FACH-SCHUTZ

WIRKSAMER SCHUTZ VOR DEN SCHÄDLICHEN UV-STRAHLEN



- 1 Schutz vor Schädigung durch UVB-Strahlen (Auslöser für Sonnenbrand)
- 2 Schutz vor Schädigung durch UVA-Strahlen (Fördern die HautAlterung und SonnenAllergien)
- 3 Schutz vor Zellschäden durch den patentierten Tiefen-Zellschutz Pro-Tocopherol®



# WÄHLEN SIE IHREN PASSENDEN SONNENSCHUTZ

	Phototyp	Sehr hohe Strahlungsintensität	Hohe Strahlungsintensität	Mittlere Strahlungsintensität
Typ 1	Extrem sonnenempfindliche Haut (blasse Haut, rötliche Haare, viele Sommersprossen, bräunt schlecht, immer Sonnenbrand)	Sehr hoher Schutz SPF 50+	Sehr hoher Schutz SPF 50+	Hoher Schutz SPF 30 – SPF 50
Typ 2	Sonnenempfindliche Haut (helle Haut, wenig Sommersprossen, rotbraune oder rotblonde Haare, kaum Bräunung, häufig Sonnenbrand)	Sehr hoher Schutz SPF 50+	Hoher Schutz SPF 30 – SPF 50	Mittlerer Schutz SPF 20
Typ 3	Normal sonnenempfindliche Haut (helle bis hellbraune Haut, die leicht bräunt, seltener, mäßiger Sonnenbrand, außer bei starker Sonneneinstrahlung)	Hoher Schutz SPF 30 – SPF 50	Mittlerer Schutz SPF 20	Mittlerer Schutz SPF 20
Typ 4	Nahezu sonnenunempfindliche Haut (braune Haut, die schnell bräunt, fast nie Sonnenbrand)	Mittlerer Schutz SPF 20	Mittlerer Schutz SPF 20	Mittlerer Schutz SPF 20

# VORSICHT HAUTKREBS!

Hautkrebs ist die häufigste Krebserkrankung in Deutschland. Die Hautkrebsrate in Deutschland ist in den letzten Jahren rasant angestiegen. Pro Jahr erkranken mehr als 220.000 Menschen neu an Hautkrebs, davon etwa 20.000 an schwarzem und 200.000 an hellem Hautkrebs. Früh erkannt, ist Hautkrebs jedoch in den allermeisten Fällen heilbar (meistens durch operative Entfernung).

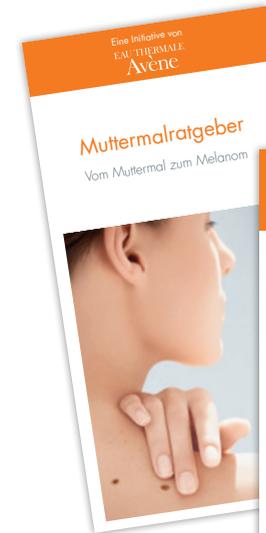
## SCHWARZER HAUTKREBS

Der schwarze Hautkrebs (malignes Melanom) ist die gefährlichste Hautkrebsvariante. Das Melanom betrifft alle Altersstufen und ist für die meisten Todesfälle unter allen Hautkrebsarten verantwortlich. Ein erhöhtes Risiko tragen Menschen, die

- kurzen, intensiven UV-Belastungen ausgesetzt sind.
- häufig Sonnenbrand im Kindes- und Jugendalter hatten.
- regelmäßig Solarien nutzen.
- eine hohe Anzahl an Muttermalen haben.
- eine genetische Disposition haben: heller Hauttyp (Phototyp I und II), mit rötlichen bzw. blonden Haaren und Sommersprossen.

Der schwarze Hautkrebs entsteht aus den Pigmentzellen der Haut und ähnelt auf den ersten Blick harmlosen Pigmentflecken (Leberflecken/Muttermalen). Melanome treten hauptsächlich an normalerweise bekleideten Körperstellen auf, aber auch am behaarten Kopf, unter Finger- und Fußnägeln und an den Fußsohlen. Untersuchen Sie Ihre Muttermale regelmäßig nach der ABCDE-Regel. Wenn Sie das Gefühl haben, dass sich ein Muttermal verändert hat, fragen Sie Ihren Dermatologen. Melanome können Tochtergeschwülste (Metastasen) bilden, diese breiten sich im Körper aus und sind dann oft nicht mehr heilbar. Je früher ein malignes Melanom jedoch erkannt wird, desto besser ist die Heilungschance.

Weitergehende Infos zum Thema Melanom, ABCDE-Regel und Eigenuntersuchung finden Sie in unserer Broschüre „Muttermalratgeber – Vom Muttermal zum Melanom“. Fragen Sie in Ihrer Apotheke.



# VORSICHT HAUTKREBS!

## Früherkennung schwarzer Hautkrebs

Untersuchen Sie regelmäßig Ihre Muttermale mit der ABCDE-Regel

### A

#### Asymmetrie

Muttermale vs. Melanome

- Rund
- Symmetrisch



- Unregelmäßige Form

### B

#### Begrenzung

- Regelmäßige Begrenzung



- Unregelmäßig, raue und zackige Begrenzung

### C

#### Colour (Farbe)

- Gleichmäßiger dunkler oder hellbrauner Farbton



- Unregelmäßiger Farbton, hell und dunkel

### D

#### Durchmesser

- Kleiner Durchmesser (<6mm)



- Größerer Durchmesser (>6mm)

### E

#### Erhabenheit / Entwicklung

- Flach
- Eben



- Knötchen
- Gefurchte Oberfläche

Fragen Sie Ihren Dermatologen.  
Nur er kann eine professionelle Diagnose erstellen.

# VORSICHT HAUTKREBS!

## HELLER HAUTKREBS

Die häufigste Form von Hautkrebs ist der helle Hautkrebs. Man unterscheidet Basalzellkrebs und Stachelzellkrebs. Sie bilden so gut wie nie (Basaliom) oder sehr selten (Spinaliom) Tochtergeschwülste (Metastasen), müssen aber behandelt werden. Hauptsächlich ältere Menschen sind betroffen. Zunehmend erkranken jedoch auch junge Erwachsene aufgrund des geänderten Sonnenverhaltens.

### Ein erhöhtes Risiko tragen Menschen,

- die über viele Jahre intensiver UV-Strahlung ausgesetzt sind (z.B. bei Arbeiten im Freien).
- einen hellen Hauttyp (Phototyp I und II) haben, mit rötlichen bzw. blonden Haaren.

Meist tritt der helle Hautkrebs im Gesicht auf, vor allem auf den sogenannten Sonnenterrassen. Das sind die Körperstellen, die besonders intensiv der UV-Strahlung ausgesetzt sind, z.B. Nase, Ohren, Unterlippe, Nacken und Handrücken.

# VORSICHT HAUTKREBS!

## FRÜHERKENNUNGSMASSNAHMEN

- Selbstuntersuchung: u.a. Anwendung der ABCDE-Regel
- Hautkrebs-Screening: Gesetzlich Versicherte haben ab dem 35. Lebensjahr alle 2 Jahre Anspruch auf eine Früherkennungs-Untersuchung auf Hautkrebs. Diese führen qualifizierte Haus- und Hautärzte durch.

## WICHTIG: SONNENSCHUTZ!



Meiden Sie die Sonne in der heißesten Zeit des Tages zwischen 11 und 16 Uhr.



Setzen Sie Babys und Kleinkinder keiner direkten Sonneneinstrahlung aus.



Verwenden Sie einen textilen Sonnenschutz (Sonnenhut, Sonnenbrille, T-Shirt,...).



Creemen Sie alle unbedeckten Körperstellen mit einem Sonnenschutzmittel ein. Um den angegebenen Lichtschutzfaktor auf dem Sonnenschutzprodukt zu erreichen, genügend Sonnenschutzmittel auftragen (siehe S.16: „Wie creme ich mich richtig ein?“).

Regelmäßiges Nachcremen nicht vergessen, denn durch Schwimmen, Schwitzen oder Abtrocknen der Haut geht ein Teil der Schutzwirkung verloren.

## AVÈNE ALS PARTNER DES ESCF

Die **European Skin Cancer Foundation-Institute** (ESCF) haben es sich u.a. zur Aufgabe gemacht, die Öffentlichkeit über Risikofaktoren, die Hautkrebs verursachen können, zu informieren und die Menschen dafür zu sensibilisieren, sich besser in der Sonne zu schützen.



## AVÈNE ALS PARTNER DES ESCF



Ein Projekt der ESCF-Institute ist das **SunPass-Projekt**: Es zeichnet Kindergärten für aktive Bemühungen im Sonnenschutz aus. Kindergärten, die alle Punkte der vorgegebenen Sonnenschutzvereinbarung erfüllen, erhalten die Auszeichnung „Sonnenschutz-Kindergarten“.

Erzieher/-innen und Eltern erhalten Schulungen und Infomaterial zum Thema Sonnenschutz und welche Auswirkungen die Sonne auf die Haut hat. Auch die Kinder lernen spielerisch durch eine Bildergeschichte den Umgang mit der Sonne.

Avène ist Partner der ESCF-Institute und unterstützt das SunPass-Projekt mit Infomaterial und Produkten, die an teilnehmende Kindergärten verteilt werden. Diese Aufklärungsarbeit stärkt das Bewusstsein für einen verantwortungsvolleren Umgang mit der Sonne.

Weiterführende Infos zur Arbeit der ESCF finden Sie im Internet:  
[www.escf-network.eu](http://www.escf-network.eu)



# AVÈNE SONNENSCHUTZ DIE ORANGEFARBENE LINIE

- ALS TÄGLICHER SONNENSCHUTZ
- FÜR EMPFINDLICHE HAUT
- FÜR KINDER

50<sup>+</sup>  
SPF

## SPF 50+ – Sehr hoher Schutz

- blasse Haut, Kinder
- extrem sonnenempfindliche Haut
- sehr intensive Sonneneinstrahlung (Meer, tropische Länder, hohe Berge)



30  
SPF

## SPF 30 – Hoher Schutz

- helle Haut
- sonnenempfindliche Haut
- hohe Sonneneinstrahlung



20  
SPF

## SPF 20 – Mittlerer Sonnenschutz

- vorgebräunte Haut
- sonnenunempfindliche Haut
- normale Sonneneinstrahlung



## Was macht Avène Sonnenschutz so sicher und verträglich?

EINZIGARTIGER 3-FACH-SCHUTZ:



Maximaler Schutz bei minimalster Filterkonzentration

- 4 Filter

Starker Tiefen-Zellschutz

- Pro-Tocopherol®  
Patentierter Radikalfänger

Avène Thermalwasser

- Hautberuhigend, reizlindernd, entzündungshemmend

Ohne Parabene • Ohne Silikone\* • Ohne Octocrylene\* •  
Ohne Alkohol • Wasserfest



MATT-EFFEKT



OHNE  
WEISSELEFFEKT



ZIEHT SCHNELL  
EIN

\*außer Lippensonnenstick SPF 30, Sonnenstick empf. Hautpartien SPF 50+



Sonnencreme SPF 50+ mit und ohne Duftstoffe  
 Gefönte Sonnencreme SPF 50+

Sonnenmilch SPF 50+

Sonnenstick für empfindl. Hautpartien SPF 50+

Lippen-Sonnenstick SPF 30

Sonnencreme SPF 30  
 Gefönte Sonnencreme SPF 30

Sonnenmilch SPF 30

Sonnenöl SPF 30

Sonnenspray SPF 30  
 Sonnenspray SPF 20

GESICHT

KÖRPER

EMPFINDLICHE HAUTAREALE

GESICHT

KÖRPER



CREME



MILCH



STICK



STICK



CREME



MILCH



ÖL



SPRAY



# Mischhaut/Akne/Mallorca-Akne



# Für Kinder



Partner der Europäischen Hautkrebsstiftung

Réflexe Solaire  
SPF 50+

Sonnenemulsion  
SPF 50+  
mit und ohne  
Duftstoffe

Cleanance  
Sonne SPF 30  
oder SPF 50+

Sonnenemulsion  
SPF 20

Kinder-  
Réflexe Solaire  
SPF 50+

Kinder-  
Sonnenspray  
SPF 50+

Kinder-  
Sonnemilch  
SPF 50+

GESICHT &  
KÖRPER

GESICHT

GESICHT & KÖRPER

Ohne Parabene • Ohne Silikone • Ohne Duftstoffe • Wasserfest

Taschen-  
Format



EMULSION



EMULSION



EMULSION

NEU



EMULSION



EMULSION

Taschen-  
Format

NEU



MILCH



SPRAY



MILCH

# Für unterwegs/ Sportler

# Für unterwegs/ Sportler



Tipp:  
Thermalwasserspray Zur Erfrischung (kein Sonnenschutz)

Sonnenspray  
SPF 20

Sonnenspray  
SPF 30

Lippen-  
Sonnenstick  
SPF 30

Sonnenstick  
empfindliche  
Hautpartien  
SPF 50+

Réflexe Solaire  
SPF 50+

Kompakt-  
sonnencreme Sand  
SPF 50

Kompakt-  
sonnencreme Gold  
SPF 50

Kinder-  
Réflexe Solaire  
SPF 50+

KÖRPER

EMPFINDLICHE HAUTAREALE

GESICHT &  
KÖRPER

GESICHT

GESICHT &  
KÖRPER



SPRAY



SPRAY



Taschen-  
Format



STICK



STICK



Taschen-  
Format



EMULSION



KOMPAKTCREME



KOMPAKTCREME



MILCH

# DIE WEISSE SONNENSCHUTZLINIE



- FÜR ÜBEREMPFINDLICHE HAUT
- FÜR ALLERGIKER, NEURODERMITIKER
- FÜR ALLE, DIE AUF CHEMISCHE LICHTSCHUTZFILTER VERZICHTEN WOLLEN

SPF 50/SPF 50+ – Hoher/Sehr hoher Schutz

Ohne chemische Filter • Ohne Parabene • Ohne Duftstoffe • Sehr wasserfest\*

Mineralische  
Sonnencreme  
SPF 50+

Mineralische  
Sonnenmilch  
SPF 50+

Sonnencreme  
SPF 50+

Kompaktsonnencreme  
Sand / Gold  
SPF 50

Thermalwasserspray

Repair-Lotion

Feuchtigkeitsspendender  
Selbstbräuner

GESICHT

KÖRPER

EMPFINDLICHE  
HAUTPARTIEN

GESICHT

GESICHT & KÖRPER



CREME

MILCH

CREME



KOMPAKTCREME



SPRAY



LOTION



LOTION



LOTION

Ab 2016  
NEUE  
TEXTUREN

## NACH DER SONNE

Das Avène Thermalwasserspray erfrischt und kühlt die Haut. Die neue Formulierung der Repair-Lotion lässt sich noch leichter auftragen, zieht schnell ein und beruhigt die Haut langanhaltend nach jedem Sonnenbad. Jetzt für noch mehr Feuchtigkeit und zur Erhaltung einer längeren Bräune.

## ANSTATT SONNE

Die neue, zartschmelzende Textur des feuchtigkeitsspendenden Selbstbräuners schenkt Ihrer Haut das ganze Jahr über auch ohne Sonne einen natürlichen, sanft gebräunten Teint.

\*außer Kompaktsonnencremes (wasserfest)

## WIE CREME ICH MICH RICHTIG EIN? VIEL HILFT VIEL.

Am besten cremen Sie sich ein, bevor Sie in die Sonne gehen. Um den auf dem Produkt angegebenen Lichtschutzfaktor zu erzielen, tragen Sie das Sonnenschutzprodukt in ausreichender Menge auf.

### WIE VIEL SOLL ICH AUFTRAGEN?

2 mg/cm<sup>2</sup> Haut d.h. ca. 36 ml (bei Kindern ca. 30 ml) für den ganzen Körper.  
Zur Vereinfachung: Aufteilung des Körpers in 11 Zonen.



#### Pumptube:

7 Pumpstöße für das Gesicht und den Hals eines Erwachsenen\*



#### Creme:

1 Fingerlänge für Zone 1, 2 Fingerlängen für jede der Zonen 2-11\*



#### Stick:

7-mal über die zu schützende Hautzone fahren (für empfindliche Hautpartien)



#### Spray:

12 Sprühstöße für jede der Zonen 2-11\*

## MEIN PFLEGERITUAL RUND UM DEN SONNENSCHUTZ



### AM VORABEND – PEELING

Das **milde reinigende Peeling** und das **milde Körperpeeling** entfernen trockene Hautschüppchen, für eine gleichmäßige Bräunung. Ideal auch vor der Anwendung des feuchtigkeitsspendenden Selbstbräuners.



### AM MORGEN – FEUCHTIGKEIT

Das **Hydrance Optimale Feuchtigkeitsserum** versorgt die Haut vor dem Sonnenbad intensiv mit Feuchtigkeit, für strahlende Bräune.



### ZWISCHENDURCH – BERUHIGUNG

Das **Thermalwasserspray** beruhigt und erfrischt sonnengestresste Haut und versorgt sie mit Feuchtigkeit.



### AM ABEND – FEUCHTIGKEIT

Die **beruhigende Feuchtigkeitsmaske** und die **Repair Lotion** beruhigen die Haut nach dem Sonnenbad und spenden ihr Feuchtigkeit.

### AM ABEND – VERWÖHNPROGRAMM

Das **Körperöl** nährt die Haut und sorgt für einen seidigen Schimmer. Es zieht schnell ein und hinterlässt keine Rückstände.



\*Geringere Auftragsmenge = Reduzierung des Sonnenschutzes

EAU THERMALE  
**Avène**



Avène ist Partner der ESCF-Institute  
und unterstützt das SunPass-Projekt

Möchten Sie mehr über den Avène Sonnenschutz erfahren?  
Dann kontaktieren Sie uns!

PIERRE FABRE DERMO-KOSMETIK GmbH  
Jechtinger Straße 13 – D-79111 Freiburg  
info.dermo\_de@pierre-fabre.com  
Kostenlose Service-Hotline: 0800 – 70 50 600  
www.avene.de



**Pierre Fabre**  
Dermo-Kosmetik



Jetzt Fan werden!  
[www.facebook.com/avene.de](http://www.facebook.com/avene.de)