

☐☐:

- ☐☐
- ☐☐☐
- ☐☐☐☐ ☐☐☐ ☐☐☐ ☐☐ ☐☐

☐☐ ☐☐:

- ☐☐ 30-50☐☐
- ☐☐ ☐☐☐ ☐☐☐ (☐☐ ☐☐ ☐☐☐☐ ☐☐☐☐☐☐)
- ☐☐, ☐☐☐ ☐☐ -5°C (-10°C ☐☐)
- ☐☐☐ ☐ — ☐☐☐ ☐(☐☐☐)☐ ☐☐ ☐

☐☐ ☐ ☐☐:

- ☐☐☐☐ — ☐☐☐ ☐☐☐☐ ☐☐ ☐☐☐☐ ☐☐☐ ☐☐☐ ☐
- ☐☐☐ (☐☐☐☐)
- ☐☐ ☐☐☐ ☐☐☐☐ ☐☐ + ☐☐
- ☐☐☐ ☐☐ ☐☐
- ☐☐☐ ☐☐☐☐ ☐·☐
- ☐☐☐ ☐☐ ☐☐ ☐☐
- ☐☐☐ ☐☐
- ☐☐ ☐☐
- ☐☐☐ ☐☐ ☐☐
- (☐☐☐☐☐☐ ☐☐ ☐☐☐, ☐☐ ☐☐ ☐·☐☐ ☐☐☐☐☐☐ ☐☐ ☐☐)
- ☐☐
- ☐☐☐ ☐☐☐☐ ☐☐

☐☐:

- ☐☐☐☐ — ☐☐ 12☐☐ ☐☐ ☐☐ ☐☐☐☐ ☐
- ☐☐ ☐☐☐ (☐☐☐☐☐)
- ☐☐☐☐☐
- ☐☐
- ☐☐☐☐ ☐☐☐☐☐
- ☐☐☐ ☐☐ ☐☐ — 1☐☐
- ☐☐☐
- ☐☐☐ SPF 50
- ☐☐ SPF 10-15
- ☐☐ ☐☐
- ☐☐ ☐☐ ☐/☐☐☐ ☐☐☐☐ ☐☐
- ☐☐, ☐☐, ☐☐, ☐☐, ☐☐☐
- ☐☐
- ☐☐☐ (☐☐☐☐ ☐☐☐☐☐☐☐☐ ☐☐ ☐☐)