



## Sol politik



Sundhedsstyrelsen har lavet en pjece, hvor der står beskrevet, hvordan vi skal forholde os, når sol og sommer kommer. Den hedder mindre sol til små børn. Samtidig opfordrer Kræftens bekæmpelse og trygfonden at vi får lavet en sol politik i alle børnehaver.

Man har fundet ud af at den vigtigste årsag til hudkræft er at vi i dag solbader meget mere end tidligere. Nyeste forskning viser at små børn, der bliver udsat for alt for meget sol, senere i livet vil have stor risiko for at udvikle modernærkekræft. Det er derfor muligt at forebygge mange hudkræftstilfælde. Børn skal naturligvis ikke holdes indendørs, når solen skinner. De skal blot omgås solen med forsigtighed og beskyttes mod de brændende stråler. Men et lille barn ved ikke selv, hvornår det har fået sol nok.

Derfor har vi valgt at lave denne sol politik, så vi kan skabe sol sikre vaner for både børn og voksne:

### SOL CREME:

- Her i børnehaven forventer vi, at alle børn er blevet smurt ind hjemmefra.
- Vi smører dit barn på de udsatte steder – ansigt, ører, hals, nakke skuldre ca. ved 14 tiden eller i det omfang, der er behov for. Vi bruger børnenes solcreme og vores eget.
- Vi forventer at dit barn har solcreme til at stå i garderoben så I forældre hurtig kan smøre jeres barn ind i børnehaven, hvis I har glemt det hjemmefra
- Vi benytter os af vandfast sol creme med høj faktor 25, der beskytter mod UVA og UVB
- Vi smører ekstra, hvis barnet har svedt meget eller leget med vand

### SIESTA:

- I tidsrummet 12-15, hvor solen er mest brændende sørger vi for at børnene kommer ind i skygge
- Der er mange muligheder for at skygge under træerne
- Vi sætter parasoller op
- Solsejl ved sandkassen
- Vi laver forskellige aktiviteter i skyggen – bl.a under halvtaget

### SOL HAT:

- Børnehaven har købt 60 sol hatte, som børnene får på
- En kasket giver ikke tilstrækkelig beskyttelse, så derfor opfordrer vi børnene til at bruge vores solhat

### VÆSKE:

- Børnene har deres vandkrus og der er vand ude på legepladsen til fri afbenyttelse
- Vi opfordrer børnene til at drikke meget vand hver dag

### TØJ:

- Når børnene er ude har vi fokus på at alle børn bærer løst tøj, der dækker så meget af huden som muligt. Det er derfor en god ide at medbringe en løs, tynd, langærmet bluse/ skjorte til beskyttelse af skulder og arme