



## SKRU NED FOR SOLEN – SOLVEJLEDNING FOR SFOerne I SOLRØD KOMMUNE

I Solrød Kommune vil vi gerne passe godt på børnene, også når de opholder sig i solen.

Vi følger Solvejledningen, når UV-indexet er på 3 eller derover. Det er typisk mellem kl. 12 og 15 fra april til september, når der er få eller ingen skyer på himlen.

### FLERE VEJE TIL SOLBESKYTTELSE

Solvejledningen skal sikre, at alle børn og medarbejdere bliver beskyttet mod den skadelige ultraviolette stråling fra solen. Det er bedst at kombinere forskellige typer af solbeskyttelse, når UV-strålingen midt på dagen er på sit højeste.

### Solcreme

Det er vigtigt at skabe en balance mellem fornuftig brug af solcreme, og at børnene optager D-vitamin. D-vitamin har betydning for immunforsvar, stærke knogler osv.

- Vi forventer at børnene er smurt ind i solcreme hjemmefra. Så får børnene den faktor, som passer til deres hud.
- Alle børn skal have solcreme med hjemmefra, således at de får den faktor der passer til deres hudtype. SFO personalet vil være behjælpelige i løbet af dagen med at børnene bliver smurt ind igen, når det er påkrævet.
- HVIS et barn har glemt solcreme og vi skal kunne foretage supplerende beskyttelse, har vi indkøbt vandfast solcreme med godkendt svanemærke i faktor 15, og anbefaler brug af solcreme uden 4-methylbenzylidene camphor.
- Husk at tage en snak med dit barn, så det får en sund indstilling til det at være i solen

### Solhat & Tøj

- Er dit barn sart i huden, så giv dit barn en hat/kasket, langærmet bluse/bukser med.

### Skygge

- Vi bestræber os på, at der på legepladsen er steder med skygge i form af træer, buske og overdækning.

Denne solvejledning er udarbejdet med udgangspunkt i kræftens bekæmpelses anbefalinger og Sundhedsstyrelsens vejledning.

Denne solvejledning gælder for alle SFOer i Solrød Kommune.  
Vedttaget den 28. juni 2012, af SFOledelsesgruppen!

Ultraviolet stråling fra solen kan give solskoldninger og skader i huden.

Det er videnskabeligt bevist, at solskader i barndommen giver risiko for at udvikle kræft i huden senere i livet.

I Danmark er hudkræft den hyppigste kræftform.