



08-04-2025

Solbeskyttelse i Dagtilbud Østbirk

Lad os hjælpe hinanden med at passe på børnene i solen. Vi elsker sommer og varme, samt at være ude.

Vi følger sundhedsstyrelsens anbefalinger:

Skygge mellem 12 & 15

Solens uv-stråling er stærkest mellem kl. 12 og 15. Næsten halvdelen af uv-strålingen falder i dette tidsrum. Derfor kan vi undgå rigtig meget uv-stråling ved at finde skygge midt på dagen.



Solhat/tøj

Hvis vi ikke har mulighed for at være i skyggen, er den bedst solbeskyttelse en solhat med bred skygge og en langærmet t-shirt.

Solcreme

Solkampagnen anbefaler svanemærket og miljømærket solcreme på de dele af kroppen, der ikke er dækket af tøj. Brug faktor 30 i Danmark.

Vi holder løbende øje med UV-indekset via APP'en på alle vores tablet. Vi kan anbefale at I også installere denne. Er UV-indekset højere end 3, tager vi ovenstående anbefalinger i brug.



- Vi er gode rollemodeller og lærer børnene at søge skygge i middagstiden, hvor solen har størst magt. Vi tilbyder legestationer i skyggen.
- Vi opfordrer til, at I altid har solbeskyttende tøj i børnenes garderober – altså solhat og bluser/skjorter med ærmer. Ingen bare skuldre.
- **Vi forventer I har smurt jeres børn i solcreme hjemmefra**, hvis UV-indekset forventes at blive over 3. Vi smører børnene ind i svanemærket solcreme faktor 30 ved behov i løbet af dagen.
- Vi hjælper børnene med at få vand i varmen.

Mange solskinshilsner

Personale og ledelse Dagtilbud Østbirk

