

## Liebe Eltern,

wir nehmen an einem Programm teil.

Das Programm heißt **Clever in Sonne und Schatten – Für Kitas**.

Die Kinder lernen dabei Sonnen-Schutz.

Das heißt:

Sie lernen, wie sie sich vor den UV-Strahlen von der Sonne schützen.

Zu viel UV-Strahlen können zu Haut-Krebs führen.

Haut-Krebs ist eine Krankheit.

Menschen können an dieser Krankheit sterben.

Beim Sonnen-Schutz gibt es **4 wichtige Regeln**:

1. Man soll im Schatten bleiben.
2. Man soll keinen Sonnenbrand bekommen.
3. Kleidung schützt die Haut am besten.
4. Den Rest der Haut soll man mit Sonnen-Creme eincremen.

Diese Regeln sollen die Kinder lernen.

Danke, dass Sie uns und den Kindern dabei helfen!

## Weitere Informationen:

### UV-Strahlen

UV-Strahlen gehören zu den Sonnen-Strahlen.

UV bedeutet: **ultra-violett**.

Die UV-Strahlen sind unsichtbar.

Starke UV-Strahlen können aber zu Haut-Krebs führen.



Version 01/2020

## Jahres-Zeiten

Im Winter sind die UV-Strahlen schwach.

Im Frühling und Herbst sind die UV-Strahlen stark.

Im Sommer sind die UV-Strahlen sehr stark.

## Mittags-Zeit

Immer zwischen 11 Uhr und 15 Uhr sind die UV-Strahlen am stärksten.

In dieser Zeit soll man im Schatten bleiben.

## Sonnen-Brand

Bei Kindern ist die Haut empfindlicher als bei Erwachsenen.

Sie bekommen schneller einen Sonnen-Brand.

Bei einem Sonnen-Brand wird die Haut rot.

Wenn man einen Sonnen-Brand hat, kann man später eher Haut-Krebs bekommen.

Deshalb sollen Kinder keinen Sonnen-Brand bekommen.

## Kleidung

Kinder sollen Kleidung und Hut tragen, die vor der Sonne schützen.

Die Kleidung und der Hut sollen viel vom Körper bedecken:

- ✓ den Kopf
- ✓ den Nacken
- ✓ die Schultern
- ✓ den Rücken und den Bauch
- ✓ die Beine
- ✓ die Füße

## Sonnen-Creme

Wo keine Kleidung ist, soll man die Haut mit Sonnen-Creme eincremen.

Die Sonnen-Creme soll den Licht-Schutz-Faktor 30 oder 50 haben.

Die Abkürzung für Licht-Schutz-Faktor ist LSF.