

SOLPOLITIK FOR GUG SKOLE

Kræftens Bekæmpelse anbefaler

- at børn og voksne solsikrer sig mellem kl. 12 & 15, når UV-indexet er 3 eller mere
- at en navngiven voksen – fx klasselærer eller klassepædagog – opfordrer børnene til at beskytte sig med en kombination af skygge, solhat og tøj samt solcreme (hvor tøjet ikke dækker) mellem kl. 12 & 15, når UV-indexet er 3 eller mere.

Skru ned for solen i Skole/DUS med en solpolitik

I Danmark er kræft i huden den hyppigste kræftform. Grunden er, at vi ikke beskytter os godt nok, når solen står højt på himlen. Solskoldninger i barndommen giver øget risiko for at udvikle kræft i huden senere i livet. En god solpolitik sikrer, at alle børn og medarbejdere bliver beskyttet mod solens skadelige UV-stråling, når UV-indexet er 3 eller mere.

Solbeskyttelse og D-vitamin går fint hånd i hånd. D-vitamin dannes i huden i løbet af ganske kort tid, og de fleste får tilstrækkelig med D-vitamin, når de om sommeren færdes udendørs i det daglige. Ophold i solen med solcreme på mellem kl. 12 & 15 eller ophold i skyggen giver også produktion af D-vitamin.

FORMÅL	Vi følger vores solpolitik i perioden april-september for at sikre, at ingen børn og voksne oplever at blive røde, forbrændte og/eller solskoldede	X
OBLIGATORISK	Vi følger vores solpolitik mellem kl. 12 & 15, når UV-indexet er 3 eller mere ved at: <ul style="list-style-type: none">• søge skygge under træer/overdækning, når det er muligt• opfordre børnene til at beskytte huden med solhat og tøj• en navngiven voksen (fx klasselærer, klassepædagog eller afdelingsleder) i vores Skole/DUS har ansvar for at opfordre til, at alle børn smører sig med solcreme, hvor tøjet ikke dækker, umiddelbart før vi leger udendørs• fungere som gode, solsikre rollemodeller i vores Skole/DUS• minde forældrene om indhold af vores solpolitik hvert år i april• evaluere vores solpolitik hvert år efter sommeren	X
SIESTA	Vi overvejer nye muligheder for skygge, når vi bygger om udendørs	X
	Vi planlægger mulighed for skygge ved udendørs aktiviteter midt på dagen	X
	Vi sætter lege og socialt samvær i gang på steder med skygge midt på dagen	X
	Vi abonnerer på UV-indexet på www.skrunedforsolen.dk . Vi vil formidle dagens UV-index til alle andre, eks på INTRA opslagstavle	X
SOLHAT	Vi husker forældrene på, at det er bedst, hvis børnene bærer tøj, der dækker så meget af huden som muligt – minimum til knæ og albuer	X
	Vi husker forældrene på, at børnene skal medbringe en solhat med bred skygge, og at kasketter ikke er gode solhatte, fordi de ikke beskytter nakke og ører	X
SOLCREME	Vi husker forældrene på, at børnene skal medbringe en solcreme, minimum faktor 15 til brug i Skole/DUS	X
NYE BØRN	Vi informerer nye forældre om vores solpolitik, via skolens hjemmeside.	X