



VI SKRUER NED FOR SOLEN I BØRNEHUSET TOMMELIDEN

Det er dejligt at være ude, når solen skinner. Men det er vigtigt at beskytte sig mod solens stråler. UV-stråling kan nemlig give kræft i huden. Børn er særligt udsatte, fordi de leger udenfor på legepladsen i mange timer hver dag.

Børnehuset Tommeliden har en solpolitik for at skabe solsikre vaner for både børn og voksne. Vi opfordrer forældrene til at læse og følge vores solråd nedenfor.



Alle børn SKAL være smurt med minimum faktor 15 solcreme i rigelig mængde hjemmefra, når UV-indekset er 3 eller mere. Vi vurderer om der er brug for at smøre igen, hvor tøjet ikke dækker før vi går udendørs, hvis barnet har svedt meget, blevet vasket, har sovet til middag, og vi mærker efter, om barnet har fået gnedet solcremen af fx hvis barnet skifter fra lange bukser /ærmer til noget lettere tøj.



Det er bedst, at børnene bærer tøj, der dækker så meget af huden som muligt, minimum til knæ og albuer. Desuden skal I sørge for at sende solhatte med børnene, så vi kan hjælpe dem med at få dem på, når de skal ud. Kasketter anbefales ikke, da de ikke giver tilstrækkelig beskyttelse.



Personalet overvejer muligheden for at søge skygge, når de planlægger ture.



Vi sørger for, at børnene kan lege i skygge mellem 12 og 15.



Ved sandkasserne og bænke opsættes solsejl.



Eftermiddags maden spiser vi på bænkene i skyggen eller inde.



Vi taler med børnene om, hvorfor det er vigtigt at beskytte sig mod solen, og hvordan man gør.
Vi skal stadig nyde tiden ude – og solen.