

SKRU NED FOR SOLEN - SOLPOLITIK FOR Cismofytten

Vi vil følge vores solpolitik, 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

Solpolitikken her i Cismofytten 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.

Når det gælder solbeskyttelse, benytter vi:

1. Skygge

- *Vi skal sikre at der på legepladsen er tilstrækkelig med skygge i form af træer, buske, overdækning og solsejl. Nye muligheder for skygge overvejes altid. Legeredskaber som sandkasse og gynger, der benyttes meget, placeres under solsejl eller i skygge fra træer. Når vi opsætter nye legeredskaber, konstruerer vi dem så vidt muligt, så de i sig selv skaber skygge.*
- *Medarbejderne overvejer altid mulighed for skygge, når de planlægger ture og udendørs aktiviteter.*
- *Det er en del af vores pædagogik, at vi aktivt sætter lege og socialt samvær i gang i havens mindre solrige kroge og skyggeområder.*

2. Solhat

- *Når børnene er ude, anbefaler vi, at de har hat på. En hat med god stor skygge beskytter deres ansigt, hals, ører og nakke.*
- *Vi anbefaler ikke baseball-kasket, da den ikke giver tilstrækkelig beskyttelse i nakken.*

3. Tøj

- *Når børnene er udenfor, har vi fokus på, at alle børn bærer løst tøj, der dækker så meget af huden som muligt. F.eks. t-shirts med albuelange ærmer og krave, som dækker nakken– og shorts og kjoler, der går nedover knæene.*
- *Vi anbefaler ikke, at børn bærer soltop, da den ikke giver tilstrækkelig beskyttelse.*

4. Solcreme

- *20 minutter inden børnene skal udenfor, påføres rigeligt med vandfast solcreme, minimum faktor 15. Vi smører altid igen efter badning, aftørring med håndklæde og megen sved.*
- *Er børnene ude mere end 3 timer henover middag, smører vi dem igen.*
- *Solcreme benyttes ikke til at forlænge den periode, børnene tilbringer i solen.*
- *Vandfast solcreme med minimum faktor 15 er altid tilgængelig i institutionen.*

Ultraviolett 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 – og antallet af hudkræfttilfælde giver os en kedelig 7. plads på verdensplan. Grunden er, at vi ikke beskytter os, når solen står højt på himlen.

VI ER ROLLEMODELLER

Institutionens medarbejdere er rollemodeller for børnene. De bærer hat, tøj og evt. solbriller. De søger skygge mellem 12 og 15 – og bruger vandfast solcreme, faktor 15.

VI DELER VIDEN OM SOLBESKYTTELSE

- *Vi lærer børnene om huden og om, hvordan de skal beskytte sig mod solen.*
- *Vores Solpolitik styrkes gennem børnenes og de voksnes aktiviteter, lege og projekter.*
- *Forældre og medarbejdere får jævnlig information om solbeskyttelse gennem skriftligt materiale og mundtlige orienteringer på møder.*

NYE BØRN

Vi informerer altid nye forældre om vores Solpolitik – og om vigtigheden af,

- *at barnet medbringer en solhat med en god, bred skygge.*
- *at de har smurt deres børn ind i solcreme hjemmefra inden de kommer i Cismofytten.*
- *at forældrene er rollemodeller for børnene, når de befinder sig i daginstitutionen.*

Vi fortæller også, hvornår institutionens medarbejdere smører børnene med solcreme – og hvornår forældrene forventes at gøre det.

EVALUERING AF SOLPOLITIKKEN

- *Alle tilfælde af solskoldning registreres – og forslag til forebyggelse udarbejdes.*
- *Bestyrelsen/personalegruppen vil hvert 3. år evaluere, om Solpolitikken virker efter hensigten og foretage nødvendige justeringer. Den evalueres næste gang <2012>.*

SKRU NED FOR SOLEN MELLEML 12 & 15

SIESTA

Giv solen en frokostpause mellem kl. 12 og 15 – og skab skygge over sandkasse og badebassin.

SOLHAT

Undgå at blive skoldet. Dæk bar hud til, når solen står højest.

SOLCREME

Husk altid rigeligt med faktor 15. Efter badning og aftørring bør du smøre igen.

- Vand og saltstænger
- Bliv inde hvis bageovn udenfor og gå ud hvis meget varmt inde.
- Forældrene smører børnene hjemmefra med solcreme. Er de ikke smurt kan de bruge Cismofyttens solcreme.
- Når der bruges solbriller må glasset ikke være for mørkt da børnene skal kunne se dine øjne