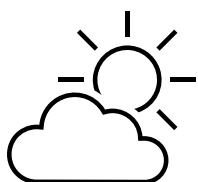


# Solpolitik for Dagtilbud i Vejle Kommune



Vi ønsker at beskytte børnene mod solens skadelige stråler og fremme sunde solvaner. Solpolitikken følger Sundhedsstyrelsens anbefalinger og integrerer gode råd fra Kræftens Bekæmpelse.

En kombination af skygge, tøj, solhat samt solcreme (hvor tøj ikke dækker) er den bedste måde at solsikre børn og voksne i dagtilbuddene.

## Solcreme

Forældrene sørger for at børnene har solcreme på fra morgenen, vandfast solcreme anbefales.

På dage med UV-indeks over 3 sikrer dagtilbuddet, at børnene er solbeskyttet hele dagen. Ifølge sundhedsstyrelsen er børn som smøres i løbet af formiddagen solbeskyttet resten af dagen. Da de fleste børn kommer i dagtilbud om morgenen, skal alle børn smøres med solcreme i løbet af dagen for at sikre solbeskyttelse.

Institutionens solcremen skal mindst have solfaktor 30 og skal være allergimærket.

Beskyttelse af ansigt og ører:

Vi sikrer, at børnene får solcreme på ansigt, ører og nakke, da disse områder er særligt udsatte.

## Tøj og hat

Vi opfordrer til, at børnene bærer tøj, der dækker skuldre, arme og ben. Tøjet bør være løstsiddende, let og åndbart.

Det er en god ide at børnene bærer solhatte med skygge, der beskytter ansigt og nakke. En kasket beskytter ikke i nakken. Solhatte skal være uden snore.

## Skygge

Mellem kl. 12 og 15 søger vi så vidt muligt skygge under træer, solsejl eller overdækning, når vi leger udendørs. Vi prioriterer at indrette steder med skygge på legepladsen for lege og socialt samvær.

## Gode råd

Vand og væske: Vi sørger for, at børnene får rigeligt med vand og væske, især på varme dage.

UV: For at finde information om UV-indekset kan man besøge hjemmesiden [www.skrunedforsolen.dk](http://www.skrunedforsolen.dk), hvor man kan tilmelde sig en service, der sender dagens UV-varsel via sms.

D-vitamin: Sollys er nødvendig for at danne D-vitamin, og derfor skal børnene ikke holdes indenfor, når solen skinner. Kroppen danner D-vitamin selvom den er solbeskyttet.

Disse retningslinjer hjælper med at sikre, at både børn og voksne er beskyttet mod solens stråler, især i perioden fra april til september, hvor UV-indekset er højt.

**Kilder:**

[Solbeskyttelse-i-dagtilbud.ashx \(sst.dk\)](#)

[Solbeskyttelse-for-børnX.ashx \(sst.dk\)](#)

[Beskyt særligt børn og unge - Kræftens Bekæmpelse \(cancer.dk\)](#)

[Solbeskyttelse - Sundhedsplejen \(vejle.dk\)](#)