

Dragi roditelji,

zalažemo se za prevenciju raka kože i sudjelujemo u programu kampanje **Clever in Sonne und Schatten** (Pametna na suncu i u hladu). Ovaj se program zalaže za trajno uvođenje zaštite od UV zračenja u svakodnevni život i podizanje svijesti djece o pravilnoj zaštiti od sunca. Program se temelji na nacionalnim i međunarodnim preporukama za prevenciju raka kože:

Potražite hlad!

Otprilike polovica dnevne doze UV zraka doseže zemljinu površinu oko podneva odnosno u vremenskom okviru od dva sata prije do dva sata poslije trenutka u kojem se sunce nalazi u najvišoj točki. Dnevna izloženost UV zračenju izražena je indeksom UV zračenja (UVI). Aktualne prognoze možete, primjerice, pronaći na stranicama njemačkog saveznog ureda za zaštitu od zračenja (Bundesamt für Strahlenschutz; www.bfs.de/uv-prognose) i njemačke meteorološke službe (Deutscher Wetterdienst; www.dwd.de/uvindex). U slučaju srednjeg i visokog izlaganja UV zračenju (UVI 3–7) oko podneva treba potražiti hlad. U slučaju vrlo visokog izlaganja UV zračenju (UVI od 8) treba izbjegavati boravak na otvorenom oko podneva. Aktivnosti po mogućnosti treba obavljati u jutarnjim ili večernjim satima. *Čak i pri blagim temperaturama UVI može biti toliko visok da su moguća oštećenja kože!*

Izbjegavajte opekline od sunca!

La protezione autonoma della pelle dei bambini non è ancora completamente sviluppata. Pertanto la pelle dei bambini è molto più sensibile ai raggi solari rispetto alla pelle degli adulti. I danni cutanei da irradiazione UV subiti durante l'infanzia o l'adolescenza aumentano sensibilmente il rischio di contrarre il tumore della pelle. Per questo motivo si dovrebbe evitare di far scottare i bambini. I neonati non andrebbero mai esposti ai raggi diretti del sole.

Pokrijte kožu!

In caso di indici UVI medi o alti si consiglia di indossare vestiti protettivi, cappellini e occhiali da sole quando si esce. Soprattutto le parti del corpo che sono maggiormente esposte al sole (p.e. naso, nuca, spalle), hanno bisogno di una protezione efficace. La protezione solare va utilizzata per le parti del corpo che non vengono coperte dall'abbigliamento. Non è concepita per prolungare l'esposizione al sole. La protezione solare deve avere un fattore di protezione adeguato (minimo 30) e va spalmata abbondantemente. Inoltre va riapplicata ogni 2 ore (oppure dopo aver fatto il bagno o aver sudato molto).



Cari genitori, noi abbiamo bisogno della vostra collaborazione nell'attuare i nostri consigli presso la nostra sede. Nei mesi da aprile a settembre per favore aiutateci nel proteggere il vostro bambino dai raggi solari!

Grazie mille!

Version 01/2021