

Sol

Sådan forholder vi os for at forhindre, at børnene får for meget sol:

I forårs- og sommerperioden, når solen er stærk, er det relevant at give børnene solbeskyttende tøj på.

Det betyder, at forældrene giver barnet tyndt og luftigt tøj på herhen. Løstsiddende tøj af tætvet stof giver den bedste beskyttelse og virker køligt, når det er varmt. Det anbefales, at børnene bærer tøj, som mindst går til knæ og albuer.

Og solhat 😊 Det er bedst med en bredskygget hat, der dækker hoved og ører, og som skygger for ansigt og nakke.

Børnene smøres ind i solcreme hjemmefra - med en creme der kan holde i mange timer.

De steder, hvor huden ikke er dækket af tøj, smøres med solcreme, eks ansigt og hænder. Husk, at solcreme ikke forhindrer al UV-stråling i at nå huden – en lille del vil altid trænge igennem.

I Uglen arbejder vi med at skabe steder med skygge, hvor børnene opfordres til at lege.

De dage hvor der er skyfrit eller kun få skyer på himlen, laver vi lidt siesta-lignende tilstande, og arbejder særligt ihærdigt på at få børnene til at opholde sig i skyggen i tidsrummet mellem kl.12 & 15.

Børnene leger her fortrinsvis i skygge af solsejl og træer, eller indenfor.

De dage, hvor solen er meget stærk og UV-strålingen høj, kan det være relevant at smøre med solcreme om eftermiddagen. Der er solcreme i Uglen til det.

Er dit barn lidt sart og har brug for ekstra beskyttelse, kontakter du medarbejderne og aftaler hvordan det klares.