

Für mich



- Ich bin ein Vorbild
- Ich schütze mich selber auch vor der Sonne

- Ich gehe regelmäßig zur Hautkrebsvorsorge
- Ich achte auf Veränderungen der Haut und zeige diese einer Ärztin oder einem Arzt



Niedersächsische Krebsgesellschaft e.V.
Königstraße 27
30175 Hannover
Tel. 0511 3885262
www.nds-krebsgesellschaft.de

Illustration: www.trinco.ch
Idee: Ligue vaudoise contre le cancer

Der Inhalt wurde uns freundlicherweise von der Krebsliga Schweiz in Bern zur Verfügung gestellt.

Sonnenschutz für mein Kind



NIEDERSÄCHSISCHE
KREBSGESELLSCHAFT E.V.



*Wir sind da – für Menschen
in Niedersachsen*

Mein Kind ist 0 bis 1 Jahr alt



- Direkte Sonnenstrahlung meiden
- Insbesondere die Mittagszeit im Haus oder im Schatten verbringen

Im Freien

- Möglichst im Schatten bleiben
- Schulterbedeckende Kleidung, Hose, Hut und Sonnenbrille tragen
- Auf die ungeschützte Haut Sonnenschutzmittel auftragen (mindestens LSF 30)
- Auch unterwegs für Schatten sorgen



Mein Kind ist 1 bis 6 Jahre alt

- Generell Schatten der Sonne vorziehen
- Insbesondere die Mittagssonne von 11 bis 15 Uhr meiden



- Schulterbedeckende Kleidung, Hose, Hut und Sonnenbrille tragen
- Im und am Wasser bedarf es besonderem Schutz. Hierzu eignen sich spezielle UV-Schutz-Textilien



- Sonnenschutzmittel mit mindestens LSF 30 verwenden
- Produkt wählen, das vor UVA- und UVB-Strahlen schützt
- Großzügig auf die ungeschützte Haut auftragen, idealerweise 30 Minuten vor Aufenthalt im Freien
- Auch wasserfeste Produkte nach dem Baden oder Abreiben erneut auftragen

