

RICHTIGE ANWENDUNG DES SONNENSCHUTZES

Kinder sind besonders empfindlich gegenüber Sonneneinstrahlung. Sie bekommen sehr schnell einen Sonnenbrand und es besteht die Gefahr auf Dehydrierung. Auch wenn sich die Kinder unter einem Sonnenschirm befinden, werden bis zu 30 % der Strahlung reflektiert.

WELCHE SONNENCREME KÖNNEN WIR BENUTZEN?

PHYSIKALISCHE/MINERALISCHE FILTER

Die Strahlen werden von der Creme abgewehrt. Sie sind von dem Moment an wirksam, an dem sie aufgetragen werden. Manchmal sind sie eher dickflüssig und nicht ganz wasserfest. Das Auftragen sollte häufiger erfolgen. Sie sind besonders für empfindliche und atopische Haut geeignet.



CHEMISCHE/ORGANISCHE FILTER

Sie müssen einen Sonnenschutzfaktor von mindestens 30, vorzugsweise 50, aufweisen und für Kinder geeignet sein. Sie wirken 20 Minuten nach dem Auftragen. Wähle wasserfeste Produkte. Das Auftragen alle 2-3 Stunden wiederholen.



GEMISCHTE FILTER (CHEMISCHE/PHYSIKALISCHE)

ALLE MÜSSEN EINEN SCHUTZ GEGEN UVB- UND UVA-STRAHLEN ENTHALTEN



ALTERSGRUPPEN UND RICHTIGER SONNENSCHUTZ



< **unter 6 Monaten** sollte keine Sonnencreme aufgetragen und längere Sonnenaussetzung vermieden werden. Haut bedecken, Mütze aufsetzen und im Schatten bleiben.

Zwischen 6 Monaten und 2-3 Jahre entscheiden wir uns für physikalische/mineralische Filter



Ab 3 Jahren entscheiden wir uns für chemische Filter

NICHT VERGESSEN...



Achte auf dieses Symbol, damit Du weißt, wie lange Du sie nach dem Öffnen verwenden kannst.



Zusätzlich zur Sonnencreme solltest Du eine Sonnenbrille, dunkle, dichte Kleidung aus Baumwolle oder elastischen Stoffe, Hüte usw. tragen.

Trinke viel Wasser und vermeide maximale Hitzestunden (11-18 Uhr)

