

Kinder sind besonders gefährdet

Die Haut von Kindern ist dünner und empfindlicher als die von Erwachsenen. Die hauteigene UV-Schutzbarriere entwickelt sich primär ab dem zweiten Lebensjahr und ist erst im Teenageralter vollständig abgeschlossen. Das ist der Grund, weshalb Kinder eine sehr kurze Eigenschutzzeit vor UV-Strahlung von nur fünf bis zehn Minuten haben.

Auch die langfristige Schädigung der Haut durch einen Sonnenbrand ist bei Kindern noch gefährlicher als bei Erwachsenen. Die empfindlichen Stammzellen liegen bei Kindern viel dichter unter der Hautoberfläche und werden mit jedem Sonnenbrand geschädigt. Mit dem Wachstum der Haut kommt es zur permanenten Zellteilung eben dieser geschädigten Zellen, die sich dadurch vervielfachen. Somit erhöht sich das Risiko, an Hautkrebs zu erkranken.

Der Sonnenbrand mag optisch nach wenigen Tagen vergehen, doch die Schäden in den Hautzellen bleiben ein Leben lang.

Die Haut vergisst nie!

Ein Präventionsprojekt der Thüringischen Krebsgesellschaft e. V. in Kooperation mit der Europäischen Hautkrebsstiftung (ESCF)




Sie möchten mit Ihrer Kita an unserem kostenlosen Projekt teilnehmen? Gern stehen wir Ihnen für Fragen und weitere Informationen zur Verfügung.

Thüringische Krebsgesellschaft e. V.
Am Alten Güterbahnhof 5, 07743 Jena
Telefon: 036 41 / 33 69 86
info@thueringische-krebsgesellschaft.de
www.thueringische-krebsgesellschaft.de

Weitere Informationen finden Sie auf der Webseite der Thüringischen Krebsgesellschaft e. V.

 [Thueringische.Krebsgesellschaft](https://www.facebook.com/Thueringische.Krebsgesellschaft)

 [thuring_krebs](https://twitter.com/thuring_krebs)

 [thuringer_krebsgesellschaft](https://www.instagram.com/thuringer_krebsgesellschaft)

Die Arbeit der Thüringischen Krebsgesellschaft e. V. wird unterstützt vom Spitzenverband der Gesetzlichen Krankenversicherung (GKV) und dem Verband der Privaten Krankenversicherung (PKV) sowie der Deutschen Rentenversicherung Mitteldeutschland.

THÜRINGISCHE
KREBSGESELLSCHAFT E.V.
Gemeinsam gegen Krebs

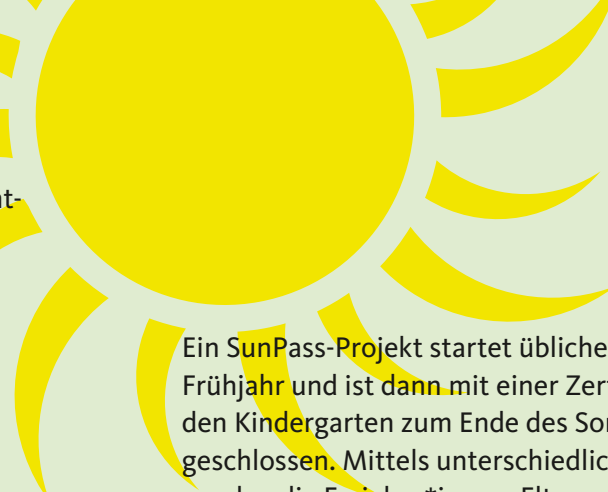


Sicher in der Sonne



SunPass

Gesunder Sonnenspaß für Kinder



Die Anzahl der Menschen, die in Deutschland an Hautkrebs erkranken, steigt jährlich an. Der größte Risikofaktor für Hautkrebs ist die unsichtbare UV-Strahlung der Sonne. Gerade Sonnenbrände in der frühen Kindheit und eine wiederkehrende hohe UV-Belastung können eine Hautkrebserkrankung begünstigen.

Deshalb wurde 2010 das Projekt „SunPass – Gesunder Sonnenspaß für Kinder“ von der Europäischen Hautkrebsstiftung (ESCF) entwickelt. Dabei ist es nicht das Ziel, die Sonne komplett zu meiden. Vielmehr geht es um wichtige Regeln, die das Risiko zu erkranken deutlich senken. Die Thüringische Krebsgesellschaft e. V. setzt dieses Projekt in Thüringen um und wendet sich direkt an Kindergärten, um Eltern, Kinder und pädagogische Fachkräfte für das Thema Sonnenschutz zu sensibilisieren.

Folgende Ziele möchten wir mit dem Programm SunPass erreichen:

- ▶ Erzieher*innen, Eltern und Kinder sollen ein Bewusstsein zum Thema Sonnenschutz entwickeln
- ▶ Ein achtsamer und verantwortungsbewusster Umgang mit der Sonne soll erlernt werden
- ▶ Kinder sollen weniger der Sonne ausgesetzt sein und so vor der schädlichen UV-Strahlung geschützt werden
- ▶ Die Neuerkrankungsrate von Hautkrebs soll langfristig gesenkt werden

Ein SunPass-Projekt startet üblicherweise im Frühjahr und ist dann mit einer Zertifizierung für den Kindergarten zum Ende des Sommers abgeschlossen. Mittels unterschiedlicher Angebote werden die Erzieher*innen, Eltern und Kinder in das Projekt eingebunden. Die Teilnahme am Projekt ist kostenfrei.

Das SunPass-Projekt umfasst folgende Angebote:

- ▶ Erstgespräch mit der Einrichtung oder mit dem Träger
- ▶ Schulungs- und Informationsveranstaltungen für pädagogische Fachkräfte und Eltern
- ▶ Leitfaden für Betreuer*innen
- ▶ vielseitige Materialien und Anleitungen für jede Altersgruppe zum Basteln und Gestalten in der Kita
- ▶ Ortsbegehung in der Kita, um gemeinsam geeignete Sonnenschutzmaßnahmen in der Kita zu planen und umzusetzen
- ▶ Auszeichnung zum Sonnenschutzkindergarten nach erfolgreicher Teilnahme am SunPass-Projekt



Sicher in der Sonne



...mach's wie Sunny

Vermeide die stärkste Sonneneinstrahlung zur Mittagszeit zwischen 11 und 15 Uhr.

Nutze die Vormittags- und Nachmittagsstunden für Aktivitäten im Freien.

Halte Dich bei starker Sonneneinstrahlung im Schatten auf.

Auch Wolken halten nur 20 Prozent der UV-Strahlung ab.

Schütze Deine Haut durch angemessene Bekleidung.

Schultern, Ellenbogen und Knie sollten bedeckt sein. Denke an eine Kopfbedeckung mit breiter Krempe und Nackenschutz.

Schütze nicht bekleidete Hautpartien mit Sonnencreme.

Trage die Produkte immer großzügig auf und creme mehrmals täglich nach, um den Schutz aufrecht zu erhalten.

Trage die Sonnencreme 30 Minuten vor den Aktivitäten im Freien auf.

Benutze speziell für Kinder entwickelte Präparate mit hohem Lichtschutzfaktor (ab LSF 30). Achte auf vom Verbraucherschutz als „gut“ bewertete Produkte.

Babies und Kleinkinder unter einem Jahr sollten nicht in die direkte Sonne.