## ЕТО И НЯКОИ ПРАВИЛА ЗА ЗАЩИТА НА ДЕЦАТА НИ ОТ СЛЪНЦЕТО:

☼ Използвайте сянка!

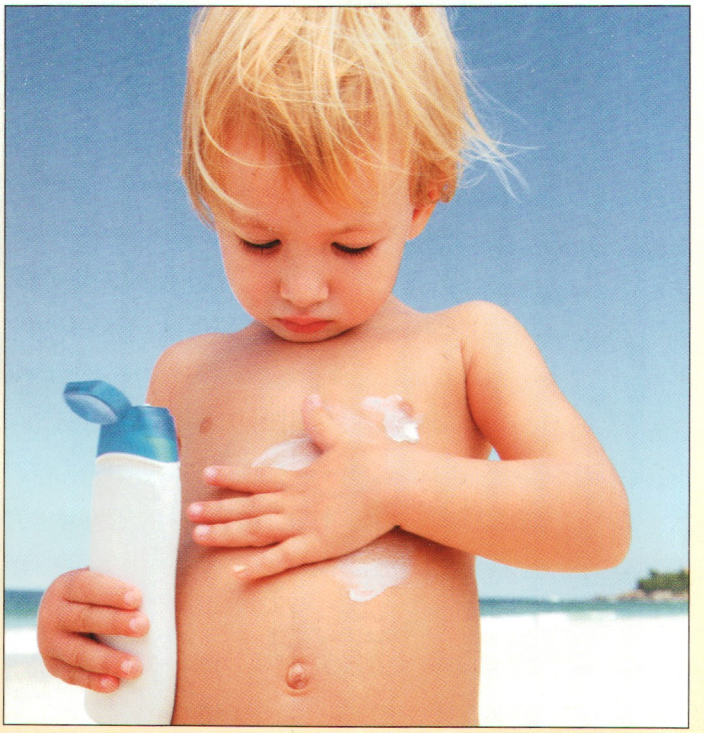
☼ Оставете бебетата на пълна сянка – използвайте дървета, чадъри, навеси или стойте на закрито.

☼ **Познавайте правилото на сянката!** Ако сянката е по-дълга от вашата височина, вие сте в безопасност при излагане на слънце. Когато вашата сянка е по-къса от вашата височина, може да получите изгаряне при излагане на слънце.

☼ **Покрийте децата!** Обличайте ги в памучни дрехи, които са широки, плътно изтъкани и леки. Тениските с по-голям размер са добри за покриване на по-голямата част от тяхната кожа.

☼ **Сложете на детето си шапка с широка периферия!**





☼ **Използвайте слънцезащитни кремове!** Винаги, когато детето излиза навън, използвайте слънцезащитен крем за защита от УВ – А и УВ – В лъчи със слънцезащитен фактор над 30. Втривайте достатъчно количество крем по всички открити части на тялото, поне 30 минути преди излизане. Запомнете, че трябва да прилагате крема на всеки два часа и след всяка морска баня, даже, ако кремът е „водоустойчив“. Прилагайте крема и в случай, че времето е облачно.