

# SLIM met de ZON

## Zonprotocol op school volgens richtlijnen van KWF Kankerbestrijding

### Doel

Dit zonprotocol geeft richtlijnen voor het veilig omgaan met de zon, zodat:

1. Leerlingen en leerkrachten beschermd worden tegen de zon als de zonkracht hoog is.
2. Leerkrachten weten hoe ze moeten handelen bij hoge zonkracht (hoger dan niveau 3).

### Achtergrond

Huidkanker is de meest voorkomende vorm van kanker in Nederland. Het aantal gevallen van huidkanker is de laatste jaren enorm gestegen.

Juist bij kinderen kunnen beschadigingen door uv-straling uit zonlicht grote gevolgen hebben: hun huidcellen zijn extra kwetsbaar. Doordat kinderen in de groei zijn, gaat celdeling bij hen snel. Zo snel, dat niet alle beschadigde huidcellen kunnen herstellen voordat ze zich weer gaan delen. Zware zonverbranding in de jeugd verdubbelt de kans op het krijgen van melanoom, de meest ernstige vorm van huidkanker. Daarom is bescherming tegen de zon zo belangrijk, juist voor kinderen.

Kinderen brengen een groot deel van hun tijd op school door. De uren die zij op school doorbrengen zijn bovendien de uren waarop de zonkracht het hoogst is, met alle bijbehorende risico's. Dit maakt het belangrijk dat juist op deze plek aandacht is voor zonbescherming. Dit is uiteraard niet de volledige verantwoordelijkheid van de school. Hier is ook een rol weggelegd voor de ouders. Maar onder schooltijd valt de veiligheid van de kinderen onder de verantwoordelijkheid van de school.

### Procedures

De genoemde maatregelen ter bescherming van de zon worden ingezet bij alle activiteiten in de buitenlucht wanneer de zonkracht 3 of hoger is, meestal van april tot eind september.

### Algemeen

Waar mogelijk besteden we een of twee keer per jaar aan de hand van het lespakket '[Slim met de Zon](#)' aandacht aan het gevaar van de zon voor de huid.

### Zoncoördinatoren

We stellen een of meerdere personen aan die verantwoordelijk is/zijn voor het naleven van dit zonprotocol. De taken van deze zoncoördinatoren:



'Slim met de Zon' is onderdeel van de campagne 'smeren, kleren, weren' van KWF Kankerbestrijding.

- In de gaten houden wanneer het zonprotocol in werking treedt, namelijk wanneer de zonkracht hoger is dan niveau 3, in de maanden april t/m september.
- Wanneer de zonkracht boven niveau 3 uitkomt ([KNMI/zonkracht](#)) en de zonprocedures in werking treden.
- Of er zonnebrandcrème op school is.
- Of er voldoende schaduw is.
- Of alle collega's op de hoogte zijn van het op school afgesproken zonprotocol.

## Ouders

In de nieuwsbrief zullen we ouders verzoeken de kinderen in te smeren voordat ze naar school komen. Tevens vragen wij ouders om hun kind bedekkende kleding en een pet of hoed te laten dragen of mee te geven.

## Bescherming

Bescherming is mogelijk door kinderen in te smeren, het dragen van bedekkende kleren en af en toe de zon te weren.

## Smeren

Smeer kinderen een half uur in voordat ze de zon ingaan. Herhaal dit iedere twee uur. Dus voordat de kinderen in de middagpauze (overblijf) naar buiten gaan, smeren we ze weer in met zonnebrandcrème, de oudere kinderen (vanaf groep 5) smeren zichzelf in. We kunnen kiezen voor 'smeermaatjes'. De smeermaatjes helpen elkaar herinneren dat ze zich moeten insmeren met zonnebrandcrème. Bij het buitenspelen heeft de leerkracht altijd een fles zonnebrandcrème bij de hand. De fles zet hij of zij later terug op de afgesproken plek. Smeer je in bij zonkracht 3 of hoger als er meer dan een half uur wordt buiten gespeeld. Bij zonkracht 3 kan de huid namelijk al na ongeveer een half uur verbranden.

Zonkracht / uv-index	Omschrijving	Roodkleuring na x aantal minuten	Huid verbrandt
1 - 2	Vrijwel geen	100 - 50	
3 - 4	Zwak	35 - 25	
5 - 6	Matig	25 - 15	Gemakkelijk
7 - 8	Sterk	15 - 10	Snel
9 - 10 en hoger	Zeer sterk	Minder dan 10	Zeer snel

## Kleren

Een hoed of pet beschermt het gezicht tegen de felle zon. Een zonnebril met uv-werende glazen beschermt de ogen tegen de zon.

## Weren

We zoeken zoveel mogelijk de schaduw op. We hebben bomen op/rond het schoolterrein staan of we bezitten een aantal schaduwdoeken. We kunnen ook binnen blijven tussen 12:00u en 14.30u, als de zon op zijn felst schijnt.



'Slim met de Zon' is onderdeel van de campagne 'smeren, kleren, weren' van KWF Kankerbestrijding.