

SICHER *im den* SONNNE

SONNE,
ABER
SICHER!

1.

Halte dich im Schatten auf!
Wann immer es möglich ist, solltest du in den Schatten gehen.



2.

Geh aus der Mittagssonne!
Zwischen 11 und 15 Uhr scheint die Sonne am stärksten.



3.

Zieh Kleidung an!
T-Shirt, Hose und Schuhe bieten den besten Sonnenschutz.



4.

Trage Sonnenhut und Sonnenbrille!
Diese schützen Kopf, Nacken und Augen.



5.

Creme dich ein!
Sonnencreme bietet zusätzlichen Schutz.

