



Frivilligvejledning - besøg i børnehaver





Den lokale soluge

Kære frivillig

Tak for, at du vil være med til at solbeskytte børn i børnehaver i Den lokale soluge. Dit arbejde er en vigtig del af Kræftens Bekæmpelse indsats for at forebygge Danmarks hyppigste kræftform: kræft i huden.

Der er to måder, hvorpå institutionerne kan deltage i Den lokale soluge.

1. Den ene mulighed er, at du/I som frivillig i Den lokale soluge tager ud og besøger de børnehaver som du/I har lavet aftaler med og afholder soltema, af f.eks. en halv dags varighed.
2. Den anden mulighed er, at institutionen selv afholder soltema med børnene, hvis det ikke er muligt at få besøg af frivillige. Her kan I dog vælge at hjælpe med at bestille soltemapakker og tage ud og aflevere pakkerne.

Denne vejledning beskriver både, hvordan besøget kan forløbe og giver dig gode råd om, hvordan du kan forberede dig på besøget og også, hvordan du kan hjælpe institutionen til selv at afholde soltema. Vi anbefaler, at I er to frivillige pr. besøg. Så kan I supplere hinanden og hjælpes ad med at lave uv-armbånd med børnene. Under alle omstændigheder er det afgørende, at I oplyser om at den lokale soluge finder sted.

Formål

De overordnede formål med Den lokale soluge er:

- Børnehaven vedtager en solpolitik, der beskriver, hvordan personalet vil solbeskytte børnene i løbet af foråret og sommeren.
- At informere institutionens personale om, hvordan de beskytter børnene i solen og fortælle børnene om, hvordan de kan være ven med solen hele livet.
- Der bliver synlighed om solbeskyttelse i lokalområdet. Lokalpressen omtaler institutionsbesøgene og gør forældre, borgere og øvrige institutioner opmærksomme på solbeskyttelse.



Vær godt forberedt

I gruppen "Den lokale soluge" på frivillig.dk vil der løbende være informationer om den lokale soluge. Vi opfordrer derfor til, at du/I følger med her, så I er bedst muligt forberedt og kender til vigtige datoer mm. Det er også her soltemapakken bestilles.

Du kan læse mere om Solkampagnen på solkampagnen.dk.

Mødet med børnene

Børnene vil ofte være stille og spændte på at få besøg udefra. Derfor er det godt at prøve at inddrage dem så meget som muligt, når I snakker med dem. Her er en række forslag til, hvordan besøget kan foregå. I er velkomne til selv at tilpasse forløbet. I Soltemapakken er der et katalog med forslag til hvordan solugen kan afholdes.

1. **Samling.** Bed pædagogen, som er ansvarlig for besøget, om hjælp til at samle børnene. Fortæl, at du forventer, at han/hun hjælper til med at holde ro på børnene under besøget.
1. **Introduktion.** I mødes typisk med 10-15 børn ad gangen, og mødet tager højst 1 time pr. børnegruppe. Start med at præsentere jer.
2. **Valder og solen.** Tag en snak om solbeskyttelse ud fra "Valder og solen – Mission solsmarte dyr". Tag gerne en snak om de tre solråd (skygge, solhat/soltøj og solcreme).
3. **Plakaten "Smør dig ind i solcreme".** Vis børnene plakaten, og tag en snak om, at skygge, tøj og solhat giver den bedste beskyttelse. Solcreme er det tredje solråd. Tal f.eks. om, at det er vigtigt at smøre et tykt lag solcreme på huden.
4. **Uv-armbånd.** Fortæl, at I har uv-perler med til børnene, så de kan lave et armbånd. Tal om, at perlerne skifter farve, når der er uv-stråling fra solen. De skifter **ikke** farve, når man skal solbeskytte sig, men viser den usynlige uv-stråling, der kommer fra solen. Man skal beskytte sig, når uv-indekset er 3 eller mere – tjek dagens uv-indeks. Lav armbånd med børnene. Gå samlet ud på legepladsen med de færdige armbånd, så børnene kan se, at perlerne skifter farve.
5. **Skyggeleg.** Slut af med en kort stafet i skyggen, hvor børnene står i en række og skal løbe frem til en solhat, bold eller lignende og tilbage for at give stafetten videre til den næste.
6. **Evt. møde med anden børnegruppe** (varighed højst 1 time).
7. **Information til leder og forældre.** Uddel foldere og informationsbreve til alle forældre. Bed evt. pædagogen eller lederen om hjælp til dette.



Obs. Brevet til forældrebestyrelsen og institutionslederen er vedlagt pakken. I soltemapakken er der vedlagt 30 flyers til forældrene om, at institutionen har afholdt soltema. De kan lægges på børnenes pladser ifm. soltema.

Møde med lederen

1. Udlever dokumenter (solpolitik, foldere mm.)
2. Spørg, hvordan institutionen beskytter børnene i solen om sommeren
3. Gennemgå forslaget til solpolitikken
4. Diskuter, hvordan lederen vil arbejde på at indføre en solpolitik
5. Foreslå, at institutionen modtager dagens uv-indeks via den gratis app "UV-INDEKS", der er udarbejdet af Kræftens Bekæmpelses Solkampagne, TrygFonden, Sundhedsstyrelsen og Miljøstyrelsen
6. Materialerne i soltemapakken er til foræring til den institution, som besøges. I kan forære materialerne på dagen for besøget
7. Informer evt. lederen om, at du/I gerne vil holde kontakten ved lige efter besøget – og høre, hvordan det går med solpolitik og solbeskyttelse

Efter besøget

Vi opfordrer dig til at ringe til institutionen ca. en måned efter besøget for at høre, hvor langt de er nået med vedtagelse af en solpolitik.



Hvis institutionen selv afholder soltema (telefonisk/mail)

1. Hjælp institutionen med at bestille en soltemapakke, eller informer om, at pakken kan bestilles på www.denlokalesoluge.dk
2. Spørg, hvordan institutionen beskytter børnene i solen om sommeren
3. Gennemgå forslaget til solpolitikken
4. Diskuter, hvordan lederen vil arbejde på at indføre en solpolitik
5. Foreslå, at institutionen modtager dagens uv-indeks via den gratis app "UV-INDEKS", der er udarbejdet af Kræftens Bekæmpelses Solkampagne, TrygFonden, Sundhedsstyrelsen og Miljøstyrelsen
6. Materialerne i soltemapakken er til foræring til institutionen. Hvis I hjælper med at bestille en pakke, kan I enten selv levere den til institutionen, eller få den leveret direkte til institutionen.
7. Spørg evt. lederen om, du må kontakte vedkomne og høre, hvordan det er gået med afholdelse af soltema og vedtagelse af en solpolitik.



Efter besøget

Vi opfordrer dig til at ringe til institutionen ca. en måned efter besøget for at høre, hvor langt de er nået med vedtagelse af en solpolitik.



Materialer

Til besøget i børnehaverne skal I bruge følgende materialer, der kan bestilles på frivillig.dk:

1. En solkampagne t-shirt (hvis du ikke har en i forvejen).
2. En soltemapakke, som indeholder alle de materialer I skal bruge til et besøg i en institution.

Obs:
Vi opdaterer og udvikler løbende materialer, hvorfor indholdet i pakken kan variere fra år til år. Følg med på Frivillig.dk og se den løbende opdatering.