



**Beste ouders, gastouders,**

De zomer is prachtig begonnen, dus de kinderen kunnen weer volop buiten spelen. Heerlijk in de zandbak, het bad, de (speel)tuin of naar het strand. Geniet ervan, maar pas wel op in de zon. Daarom nog wat informatie over veilig zonnen met kinderen. We wensen jullie allemaal een fijne zomer(vakantie) toe!

**Etentje:**

Op 16 maart hadden we een etentje gepland bij Tapasrestaurant De Beurs in Vlissingen. Het was fijn om eens op een informele manier samen te komen, elkaar wat beter te leren kennen en met elkaar te praten over allerlei zaken onder het genot van verschillende lekkere hapjes.



**Cursus:**

Bemiddelingsmedewerkers Anytsa en Bianca zijn bezig met een cursus die gericht is op baby's in de kinderopvang. Bij deze cursus komen aan bod:

- de ontwikkelingsgebieden van baby's
- communicatie met baby's
- dag- en groepsindeling
- spelactiviteiten met baby's
- leefomgeving van baby's
- samenwerken met ouders

**Kinderen in de zon:**

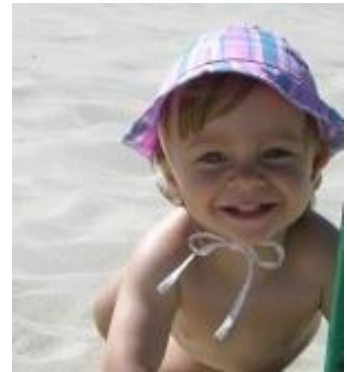
Het is belangrijk om jonge kinderen goed tegen de zon te beschermen. Dit komt doordat de **huid** van baby's en peuters kwetsbaarder is dan die van volwassenen. Tot hun vierde ontbreekt de natuurlijke bescherming van de huid zelfs vrijwel helemaal.

Daarnaast zijn kinderen in de groei en dit betekent dat de celdeling erg snel gaat. Hierdoor krijgen beschadigde huidcellen niet de kans om zich te herstellen voordat ze weer gaan delen. De huidcellen raken aan de binnenkant beschadigd en dit zorgt ervoor dat kinderen die op jonge leeftijd vaak verbranden op latere leeftijd een grotere kans op **huidkanker** hebben. Bescherming van de huid van baby's, peuters, kleuters en tieners is dan ook zeer belangrijk voor nu én voor later.

## Tips voor veilig zonnen kinderen

Om te zorgen dat je kind niet **verbrandt**, kun je de volgende tips opvolgen zodat hij veilig in de zon kan spelen:

- Houd kinderen tussen 12.00 en 15.00 zo veel mogelijk uit de zon. Dan is namelijk de zon op zijn sterkst.
- Houd kinderen jonger dan 1 jaar helemaal uit de directe zon. Zet bijvoorbeeld de box of kinderwagen in de schaduw, bijvoorbeeld onder een parasol.
- Laat kinderen niet te lang in een hun blootje of zwemkleding lopen, maar geef ze op tijd een droog T-shirtje aan. Natte kleding laat meer UV-straling door.
- Laat kinderen een petje dragen en eventueel een zonnebril om hun **ogen** tegen het scherpe zonlicht te beschermen.



De beste manier om de huid van je kind tegen de zon te beschermen is om hem/haar kleding aan te trekken die armen en benen bedekt. Natuurlijk is het niet altijd mogelijk en wenselijk je kind van top tot teen aangekleed te houden. Daarom kun je ook antizonnebrandcrème gebruiken om de tere kinderhuid te ontzien:

- Gebruik een antizonnebrandcrème – in de volksmond ook wel zonnebrandcrème - met minimaal beschermingsfactor 20.
- Smeer je kind een half uur voor het naar buiten gaan in, zodat de zonnebrandcrème alvast in kan trekken.
- Smeer je kind elke twee uur en direct na het zwemmen opnieuw in, ook al is de zonnebrandcrème waterbestendig.

Ook als je in de schaduw zit kunnen de UV-stralen tot je huid doordringen. Dus niet alleen als je kind in de zon speelt, moet je hem met antizonnebrandcrème insmeren, maar ook als hij onder een parasol of boom zit te spelen.



### **Op de hoogte blijven:**

Voor actuele zaken van De Zoete Inval kunt u onze pagina liken op Facebook en/of ons volgen op Instagram. Ook vindt u veel informatie op onze site: [www.kinderdagverblijfdezoeteinval.nl](http://www.kinderdagverblijfdezoeteinval.nl)

### **Contactgegevens:**

Gastouderbureau De Zoete Inval  
Burgemeester Stemerdinglaan 42a  
4388 AB Oost-Souburg

T: 0118-794514/ 06-30666397

M: [gastouderbureau@kinderdagverblijfdezoeteinval.nl](mailto:gastouderbureau@kinderdagverblijfdezoeteinval.nl)

S: [www.kinderdagverblijfdezoeteinval.nl](http://www.kinderdagverblijfdezoeteinval.nl)

