



Zaštita od sunca

Informacije za roditelje i staratelje

Naše škole znaju da je zaštita od sunca ozbiljna stvar i sprovode niz strategija za podršku školskim sredinama, koje njihove đake štite od škodljivih posljedica sunca.

Svaka škola snosi odgovornost da obezbijedi bezopasnu sredinu za đake i školsko osoblje, a to uključuje i odgovarajuću zaštitu od sunca.

Škole koriste Smjernice za zaštitu od sunca za đake (Sun Safety for Students Guidelines), i popratne materijale, za planiranje i sprovođenje opsežne zaštite od sunca za đake. Školama se preporučuje da kod revizije i planiranja strategije za zaštitu od sunca, u to uključe predstavnike iz svoje školske zajednice. Direktora vaše škole možete kontaktirati za više informacija o zaštiti od sunca u školi koju vaše dijete pohađa.

Oštećenje kože u djetinjstvu i ranoj mladosti

Svim osobama u NSW-u, bez obzira na njihovo kulturno i tradicionalno porijeklo, prijeti rizik od prevelikog izlaganja ultravioletnom zračenju sunca.

Do svoje 15. godine, mnoga djeca već imaju nepopravljivo oštećenu kožu, kao posljedicu izlaganja suncu.

Rak kože je najčešća vrsta raka u Australiji, a procjenjuje se da se 95% slučajeva raka kože može spriječiti smanjivanjem izlaganja ultravioletnom zračenju sunca.

Zajednički rad za efikasnu zaštitu od sunca

Smanjujući izlaganje suncu i povećavajući strategije zaštite od sunca, škole mogu znatno doprinijeti u naporima zajednice da se smanji pojava raka kože i s tim povezanih kožnih oštećenja.

Škole pomažu đacima i djeci u predškolskom razredu da razumiju zašto je zaštita od sunca važna, i da preduzmu zaštitne mjere kao na primjer:

- da nose zaštitni šešir, odjeću i naočale
- da se sklone u hladovinu tokom najvećeg ultravioletnog zračenja (UVR) dok su u školi
- da koriste SPF30+ (ili više) kremu za zaštitu od sunca širokog spektra i otpornu na vodu.

Zaštita od sunca – odgovornost svih nas

Nastavnici, roditelji i staratelji, te posjetioci u školi, svi imaju odgovornost da vlastitim primjerom pokažu kako se zaštитiti od sunca, na primjer, da tokom školskih aktivnosti na otvorenom nose šešir sa širokim obodom.



Kad je indeks ultravioletnog zračenja (UV Index) 3 ili veći, podsjetite đake na potrebu zaštite od sunca.

Svi snosimo odgovornost da djecu i omladinu podstičemo da se pridržavaju mjera za zaštitu od sunca. Bez obzira da li su u dvorištu ili na plaži, djeca i omladina treba da nose šešir i koriste kremu za zaštitu od sunca. Ako mjere zaštite od sunca sprovode kod kuće, roditelji i staratelji time pojačavaju tu poruku o mjerama zaštite od sunca koja se podučava u školi.

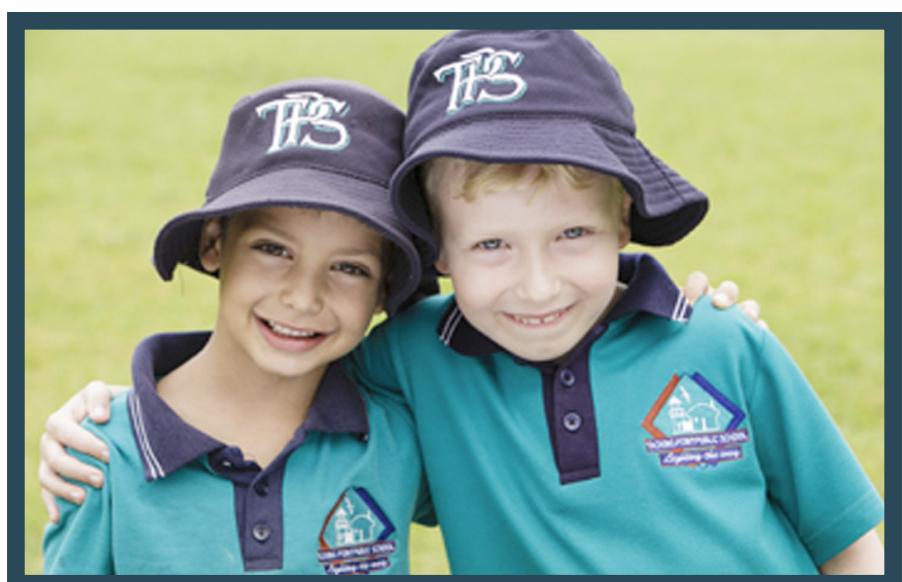
Djeca i omladina će s vremenom shvatiti važnost zaštite od sunca, ne samo tokom školovanja nego i tokom cijelog života.



Predloženi izvori informacija

Vebsajt NSW službe za multikulturalnu zaštitu zdravlja uključuje informacije na 19 jezika, pod naslovom *Spasite kožu od najčešće vrste raka u Australiji*. <http://www.mhcs.health.nsw.gov.au/>

Vebsajt NSW Odbora za borbu protiv raka uključuje Sunsmart informativni letak na 7 jezika
<http://cancercouncil.com.au/publications/multilingual-cancer-information/>



Ako imate ikakvih pitanja i trebate pomoći tumača da vam pomogne oko engleskog, molimo nazovite Telefonsku službu tumača na 131 450 i zatražite tumača za svoj jezik. Operateru dajte broj koji želite nazvati, a operater će organizovati tumača na liniji da vam pomogne oko sporazumijevanja. Ova usluga je za vas besplatna.

Za daljnje informacije
Sun safety website
Student Engagement and Interagency Partnerships

NSW Department of Education