

# Solråd på arbejdspladsen

Undgå skoldninger!

Søg skygge mellem kl. 12 og 15, når der er få skyer på himlen.

Let tøj og hat er den bedste beskyttelse mod solens skadelige stråler.

Brug solcreme, hvor tøjet ikke dækker.

Brug rigeligt, vandfast, faktor 15. Smør dig ca. 20 minutter, før du går ud.

Efter svedfremkaldende aktivitet, badning og aftørring bør der smøres igen.

Hav altid sol-passende tøj, hat og solcreme med på arbejde.

Husk, at solcreme ikke er en undskyldning for længere ophold i solen.



Kræftens Bekæmpelse