



# GUT ZU WISSEN

SO MACHT SONNE SICHER SPASS

**1** Trage im Sommer immer einen Sonnenhut oder ein Piratentuch.



**2** Eine Sonnenbrille schützt Deine Augen vor den Sonnenstrahlen.



**3** Creme Dich vor dem Rausgehen richtig gut mit Sonnencreme ein.



**4** Auch wasserfeste Sonnencreme musst Du nach dem Schwimmen neu auftragen.



**5** Halte Dich möglichst oft im Schatten auf, besonders zwischen 11 und 15 Uhr.



**6** Es ist wichtig, dass Du viel Wasser oder ungesüßten Kräutertee trinkst.

