

Sonnenschutzquiz

1. Um welche Tageszeit sollte man die Sonne meiden und lieber im Schatten bleiben?

- | | |
|---|-------------|
| R | 9-10.30 Uhr |
| S | 11-15 Uhr |
| T | 16-18 Uhr |

2. Was gehört zum optimalen Sonnenschutz im Freien?

- | | |
|---|---|
| A | Sonnencreme und Badehose |
| B | Sonnenbrille und Lippenstift |
| C | Aufenthalt im Schatten, T-Shirt, Hut, Sonnenbrille, Sonnencreme |

3. Nach dem Schwimmen sollte man sich immer...

- | | |
|---|---|
| H | erneut mit Sonnenschutzmittel eincremen |
| I | abtrocknen und eine Glace essen |
| J | anziehen und nach Hause gehen |

4. Die von Kleidern nicht bedeckten Körperstellen sollten bei Kindern mit einer Sonnencreme mit mindestens folgendem Lichtschutzfaktor eingecremt werden:

- | | |
|---|--------|
| Y | LSF 8 |
| Z | LSF 15 |
| A | LSF 30 |

5. Was kann passieren, wenn man zu lange an der Sonne bleibt?

- | | |
|---|---|
| S | Die Haut riecht danach wie grilliert |
| T | Man bekommt einen Sonnenbrand, was die Haut schädigt und zu Hautkrebs führen kann |
| U | Man bleibt länger jung |

6. Wenn Jugendliche und Erwachsene ins Solarium gehen ist dies für die Haut:

- | | |
|---|--|
| S | Gut, da die Haut braun wird |
| T | Schlecht, da die UV-Strahlen vom Solarium die Haut schädigen, das Hautkrebsrisiko erhöhen und die Hautalterung beschleunigen |
| U | Egal, da das Solarium keine Wirkung hat |

