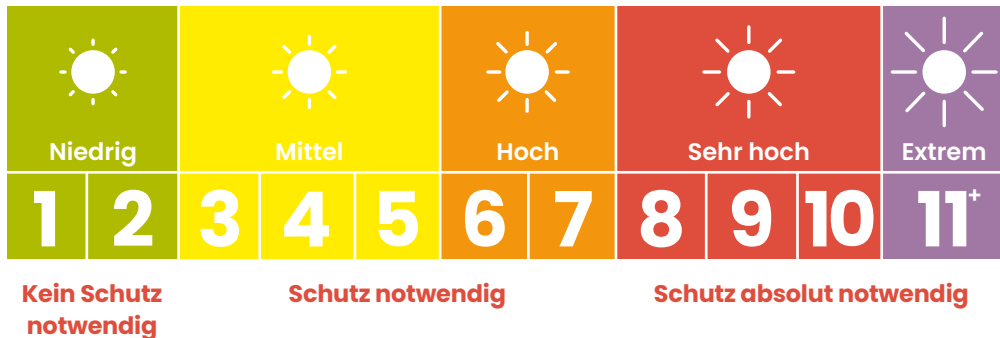


Sonnenschutz mit dem UV-Index – so geht's richtig!



Der UV-Index beschreibt den Tagesspitzenwert der sonnenbrand-wirksamen ultravioletten Strahlung.

Aktueller UV-Index: 

Wann ist welcher Schutz erforderlich?



UV-Index 1-2

Kein Schutz notwendig.

Sie können sich gefahrlos draußen aufhalten.



UV-Index 3-7

Schutz notwendig.

Suchen Sie in der Mittagszeit einen schattigen Platz. Tragen Sie entsprechende Kleidung, Hut und Sonnenbrille und verwenden Sie Sonnenschutzmittel mit ausreichendem Lichtschutzfaktor.

UV-Index 8-11+

Schutz absolut notwendig.

Halten Sie sich in der Mittagszeit möglichst nicht draußen auf! Suchen Sie unbedingt Schatten! Entsprechende Kleidung, Hut, Sonnenbrille und Sonnencreme mit ausreichendem Lichtschutzfaktor sind dringend nötig.

Quelle: Bundesamt für Strahlenschutz (BfS)

Mehr Tipps und Infos zum UV-Schutz auf [klima-mensch-gesundheit.de](https://www.klima-mensch-gesundheit.de)

