



WISSEN DER DROGISTEN

Sonnenschutz im Winter Frühjahr – auch bei starkem Wetter!

Wichtig ist beim Ski- und Snowboardfahren bei strahlendem Wetter ist selbstverständlich und wird allseits berücksichtigt. Wie immer sonst auch bei Outdoor-Freizeitaktivitäten in sonnenarmen oder bei weniger Sonne? Das Winterwetter boomt in den unterschiedlichsten Regionen. Skiern, Schneefahren konventionell, aber auch an sonnenarmen oder bewölktem Wetter ist der Sonnenhintergrund. Maßnahmen durch UV-A-Strahlen können in und teilweise auch die verursachten sichtbaren Veränderungen der Haut, führen zu Hautalterung, die Probleme wie Fältchen bis hin zur Sonnenempfindlichkeit. Die Augen sorgen für die Sehleistung, aber auch der Verlust der Haut führt zum Hautkrebsrisiko.

Unterstützt. Regelmäßig angewendet, wird der Sonnenschutz auch bei sogenanntem schlechtem Wetter zur Selbstverständlichkeit. Weitere Grundregeln sollten sein: Lieber Produkte mit höherem als zu niedrigem Schutz verwenden und ebenso den Schutz ca. alle zwei Stunden auffrischen. Zusätzlich natürlich auch auf die entsprechende Sonnenbrille nicht vergessen. Hierbei hat der UV-Schutz nichts mit der Tönung oder Farbe der Gläser zu tun. Also bitte schon beim Kauf auf die UV-Schutzauszeichnung achten. Beides sollte auch bei bedecktem Wetter im Rucksack oder Anorak Platz finden. Am besten lassen Sie sich in Ihrer Parfümerie oder Drogerie beraten.



„Auch bei bedecktem Wetter sollte nicht auf geeigneten Sonnenschutz wie Creme und Brille verzichtet werden.“

Snik sun cosmetics
MARTIN MALIN

Starker Schutz

Ein ordentlicher Sonnenschutz bei Outdoor-Aktivität ist eine angemessene Pflege. Empfohlen sind nicht nur Sonnencremes mit einem hohen UV-Strahlenfilter, sondern auch Sonnenbrillen, die die Haut vor schädlichen UV-Strahlen schützen.

„Eine echte Mutter ist nicht so gemein“

Was „wirklich“ oder Fiktion ist, können Kinder lange nur schwer unterscheiden.

BREGENZ. „Medien sind heute ein selbstverständlicher Teil der Lebenswelt von Kindern“, stellte Friederike Tilemann zu Beginn ihres Vortrags in der Reihe „Wertvolle Kinder“ fest. Im Vorarlberger Kinderdorf Kronhalde in Bregenz gab die an der PH Zürich lehrende Medienpädagogin Anregungen, wie man Kinder dabei begleiten kann, mit Medien sinnvoll, kritisch und gestalterisch umzugehen.

Wenn es um Medienkompetenz gehe, dann komme dem Beherrschen der Technik nur eine recht geringe Bedeutung zu. Weit wichtiger sei es für Kinder, Medien durchschauen zu lernen. Immer wieder höre sie: „Mein Kind ist vier und findet schon dieses und jenes App auf dem Handy.“ Eltern würden ihren Nachwuchs dann für „super talentiert“ oder „hoffnungslos an die Medienwelt verloren“ halten. „Dabei ist es für Kinder in diesem Alter weit schwieriger, einen Apfel zu schälen“, sagte die Erziehungswissenschaftlerin.

Fiktion und Realität

Schwierig sei für Kinder auch zu erkennen, was echt ist und was nicht. „Die meisten Dreijährigen sind der Meinung, dass kleine Figuren im Fernsehgerät leben. Manche Kinder halten sich die Hände vor die Augen, wenn das Sandmänn-



Kinder haben einen anderen Blick auf die Medienwelt.

chen seinen Traumsand streut“, erläuterte Tilemann. Für Kinder sei es alles andere als leicht, zwischen Fiktionalität und Realität zu unterscheiden. Gibt es Schneewittchen wirklich, weil die Figur im Märchen von einem „echten Menschen“ gespielt wird? Oder nicht, „weil eine Mutter, die ist sicher nicht so gemein ...“, wie ein Mädchen in einer gezeigten Filmsequenz meinte. Anhand von guten Beispielen wie etwa der Entstehungsgeschichte von Pippi Langstrumpf und vielen Gesprächen kann verdeutlicht werden, wie Filme Wirklichkeit konstruieren. Die sichere Unterscheidung, was denn nun tatsächlich „echt“ ist, gelinge Kindern erst im Alter von etwa zehn Jahren.

Mit Medien kreativ sein

Eine Geschichte inhaltlich voll zu erfassen, auch dies würden Kinder erst mit etwa zehn bis zwölf Jahren schaffen. „Medienwissen muss erlernt werden“, betonte Friederike Tilemann. Sie plädierte dafür, Kindern Mut zu machen, selber produktiv sein, zu filmen, Töne aufzunehmen, Fotos zu schießen, Storyboards und Dauermenkins zu gestalten,

und dabei nicht nur etwas über Schnitt und Kameraperspektive, Einstellungsgröße oder Zeitsprünge, sondern auch darüber zu erfahren, wie mit Film, Foto und Computer getrickst werden kann.

Darüber hinaus gab Tilemann dem interessierten Publikum einige handfeste Tipps: Regeln zur Mediennutzung in der Familie gemeinsam festlegen zum Beispiel, wobei die Pädagogin von strikten Zeitlimits, was die Nutzung von Computer und Co anbelangt, nur wenig hält. Im Kinderzimmer haben Fernsehen und Internet jedoch nichts verloren. Eltern und Pädagogen sollten außerdem Vorbild darin sein, dass qualitätsvolle Medienangebote gemacht und Altersfreigaben unbedingt beachtet werden sollten.

Wertvolle Kinder

Jugend heute – Kinder der Erfolgsgesellschaft
Referentin: Beate Großegger, Institut für Jugendkulturforschung Wien
Termin: Mittwoch, 9. März 2016, Russmedia Schwarzach
Beginn: 20 Uhr, Eintritt frei, Infos und Anmeldung unter Tel. 05574 4992-63, E-Mail: a.pfanner@vokl.at und www.kinderdorf.ccc

„Im Kinderzimmer haben Fernsehen und Internet nichts verloren.“

FRIEDERIKE TILEMANN