

**Jeg heter Solfryd, og jeg bruker  
skallet mitt som parasoll**

Litt sol gjør skallet mitt hardt – og beina dine sterke.  
Men når det blir mye sol, liker jeg meg best i skyggen.



# DYR ER **SMARTE** I SOLA

– SE HVA DU KAN LÆRE AV SOLFRYD OG VENNENE HENNES

**Jeg heter Ingrid, og jeg kan  
få pelsen til å stå rett opp!**

Da treffer sola den svarte huden min sånn at jeg blir god og varm. Etterpå legger jeg pelsen ned igjen – jeg vil jo ikke bli solbrent heller. (Har du pels?)



**Mitt navn er Rosa,  
og det er solkremen  
min også!**

Det er helt sant – når sola er sterk lager huden min en rosa olje som beskytter meg. Søle er også fin beskyttelse, så klart. (Bruker du solkrem?)



**Hei, jeg heter Emil,  
og jeg elsker sand og såle!**

Jeg kaster støv, jord og blader opp på ryggen min. Sånn beskytter jeg den tynne huden på ryggen min. Og så bader jeg i såla så klart – så ofte jeg kan! (Gjør du også?)



**Gøril heter jeg, og jeg  
trives best i skyggen!**

Jeg vil jo ikke bli stekt av sola! Nei, jeg går heller i skyggen og griller. Eller graver meg et gjørnehull. (Tar du også en tur i skyggen?)



Skygge. Klær. Og nok solkrem



**KREFTFORENINGEN**

[kreftforeningen.no/solvenn](http://kreftforeningen.no/solvenn)