



Sjekkliste SolSMART kommune

Slik kan kommunen bidra til forebygging og tidlig oppdagelse av hudkreft

1. Politisk/planmessig/informasjon	Lenker og tilbud
Kommuner som kan hake av tre eller flere punkter i <i>sjekklisten</i> kan få tilsendt logoen <i>SolSMART kommune</i> for å synliggjøre at de satser på forebygging av hudkreft.	Kontakt Kreftforeningen, post@kreftforeningen.no Info om SolSMARTe kommuner på Kreftforeningen.no
Sjekk lokal status for hudkreft og helsetilstand.	Kommnehelsa statistikkbank. Kreftregisteret
Løft forebygging og tidlig oppdagelse av hudkreft på agendaen politisk.	Nasjonal UV- og hudkreftstrategi Forebyggbar kreft i Norge
Innarbeid bestemmelser som bidrar til uteområder med både sol og skygge i relevante planer og detaljreguleringer.	Helsekonsekvensutredning Systematisk folkehelsearbeid , veileder.
Hold en samlet oversikt over kommunens hudkreftinnsats.	
Sørg for økt kunnskap i befolkningen, del informasjon på kommunens nettside, lokalavis og infoskjermer.	Sol, solarium og hudkreft Sol, solarium og helserisiko
Oppfordre innbyggerne til å sjekke UV-varsel. Jo høyere UV-indeks, desto mer behov for beskyttelse.	Sjekk yr.no , velg sted og fanen <i>Andre varsler</i> , eller sjekk andre værapper.
2. Helsestasjoner/skolehelsetjeneste	
Bidra til å spre informasjon om solbeskyttelse til foreldre og barn.	Gratis informasjonsmateriell
3. Barnehager og skoler	
Som del av skadeforebyggende arbeid bør tilbud om både sol og skygge legges inn i sjekklister og internkontroll i skoler/barnehager, og dessuten være en målindikator ved kommunens tilsyn av uteområder.	Solbeskyttelse i skoler og barnehager Forskrift om helse og miljø i barnehager, skoler og skolefritidsordninger og Veileder til forskriften .
Bidra til at barnehage- og skolebarn lærer seg trygg adferd i sola. Planlegg dagen så det ikke blir for mye soleksponering.	SolSMARTe barnehager Råd om solbeskyttelse
Bidra til at ungdomsskoleelever lærer om trygg adferd i sola.	Digitale undervisningsopplegg og besøk i Kreftforeningens Vitensenter
4. Uteområder	
Sørg for at parker, strender og uteområder i barnehager og skoler har både sol- og skyggesteder, for å begrense helseskadelig UV-stråling.	Solbeskyttelse i skoler og barnehager Inkluderende uterom som stimulerer til aktivitet
Tenk solbeskyttelse i forbindelse med kommunens egne utendørs-arrangementer, og i samarbeid om sommerskoler o.l.	
5. Solarier	
Gjør befolkningen kjent med risikoen ved solariebruk.	Om solarium
Sørg for tilsyn av solarium, i henhold til strålevernlovgivningen.	Info til kommunal tilsynsmyndighet
Kommuner oppfordres til å fjerne solarier fra offentlige bygninger og til å ikke opprette eller forlenge leieavtaler.	
6. Kommunen som arbeidsplass	
Gjør solbeskyttelse til en naturlig del av HMS/arbeidsmiljø for eksempel for vei-, park- og barnehageansatte.	
7. Legekantor, ansatte i helse-/omsorgssektor	
Bidra til økt kunnskap hos pasienter/befolkningen om solråd og faresignaler for hudkreft. Del informasjon i relevante kanaler.	Gratis informasjonsmateriell Digital føflekktest Film om hudforandringer
Bidra til økt kunnskap og bevissthet hos fastleger og andre ansatte i helse- og omsorgstjenesten om forebygging og tidlig oppdagelse av hudkreft.	Melanomregisteret Fastlegens rolle og ansvar ved melanom Melanomforeningen (Pasientforening).