

Workshop 3

Samen zorgen we voor
betere zonbescherming
voor buitenwerkers





Stigas tekent **Zonvenant**
voor structurele aandacht
voor zonbescherming op
de werkvloer

Even voorstellen

*Het fonds
voor de
huidgezondheid*



Het Nationaal Huidfonds

*Hét goede doel
voor de
huidgezondheid*

Je huid heeft grote impact op hoe je je voelt en hoe je wordt gezien. Ruim 1,2 miljoen mensen kampen met een huidziekte. Veel mensen lijden onder hun huidaandoening. **Het Nationaal Huidfonds zet zich vol passie in om huidaandoeningen te verminderen en het leven met een huidaandoening te verbeteren.**

Onze pijlers:



Preventie



Zorgverbetering



Acceptatie & inclusie

Onze inhoudelijke partner: de NVDV

De Vereniging voor Dermatologie en Venereologie (NVDV) is nauw betrokken bij alle projecten van het Huidfonds.



Geen droge cijfers

maar keiharde realiteit



Elke **7 minuten** krijgt iemand
de diagnose huidkanker

(en dat wordt in 2032 1 diagnose elke 5 minuten)

Huidkanker: een groot probleem

± 81.000

nieuwe diagnoses
in 2025



± 1.000

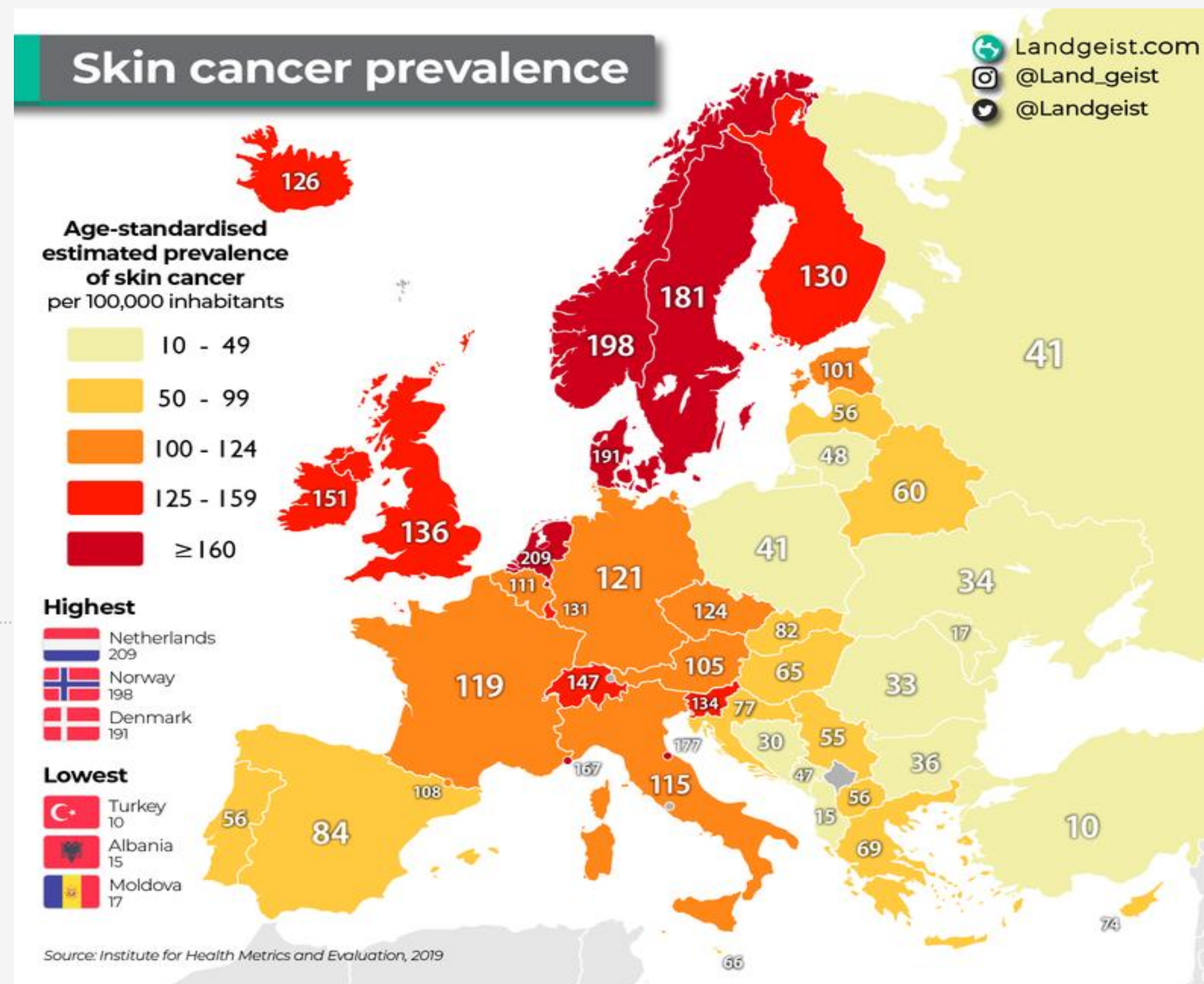
sterfgevallen
per jaar

+5 - 10%

groei per jaar

± 100.000

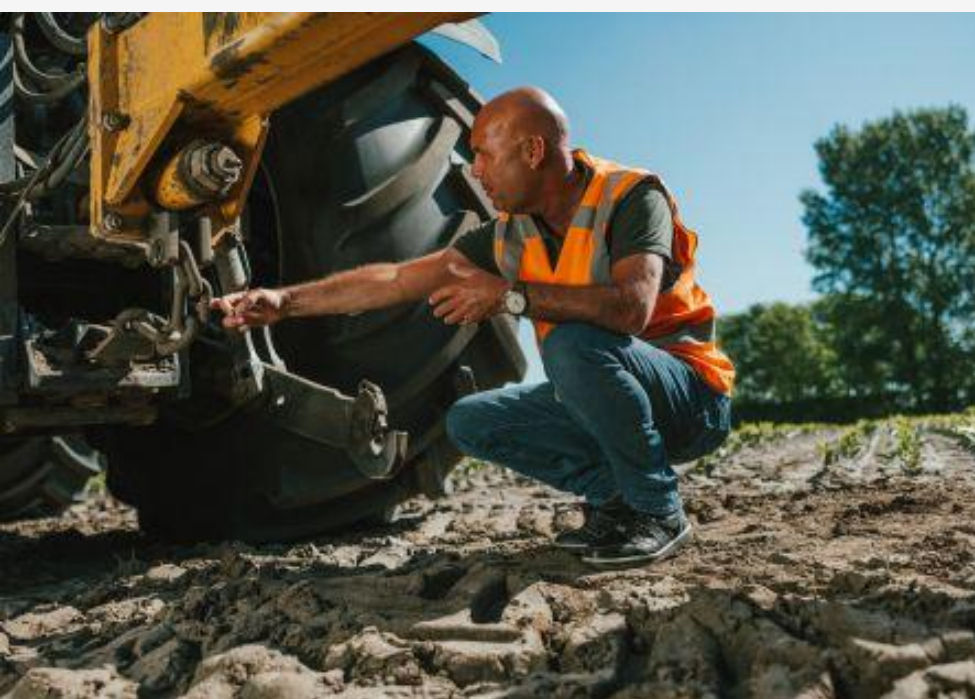
verwachte diagnoses
in 2032



Cijfers over prevalentie van huidkanker in Nederland in verhouding tot Europa bevestigt de noodzaak tot actie



Mensen die buiten werken
hebben tot **3x** risico op
huidkanker



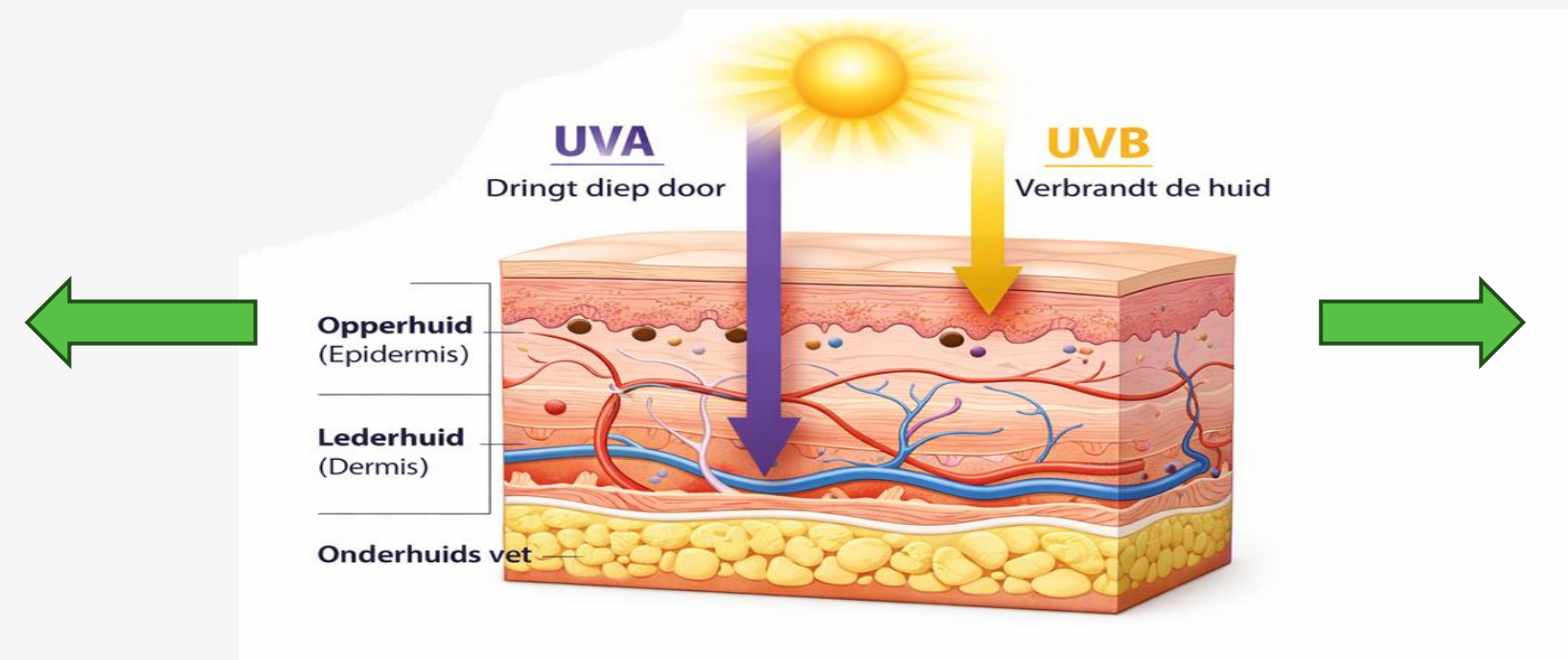
De reden? Blootstelling aan UV!

- elke blootstelling aan UV-straling bij zonkracht 3 of hoger verhoogt het risico op huidkanker
- elke ZONVERBRANDING verhoogt het risico op huidkanker

>90% van huidkanker door UV-blootstelling

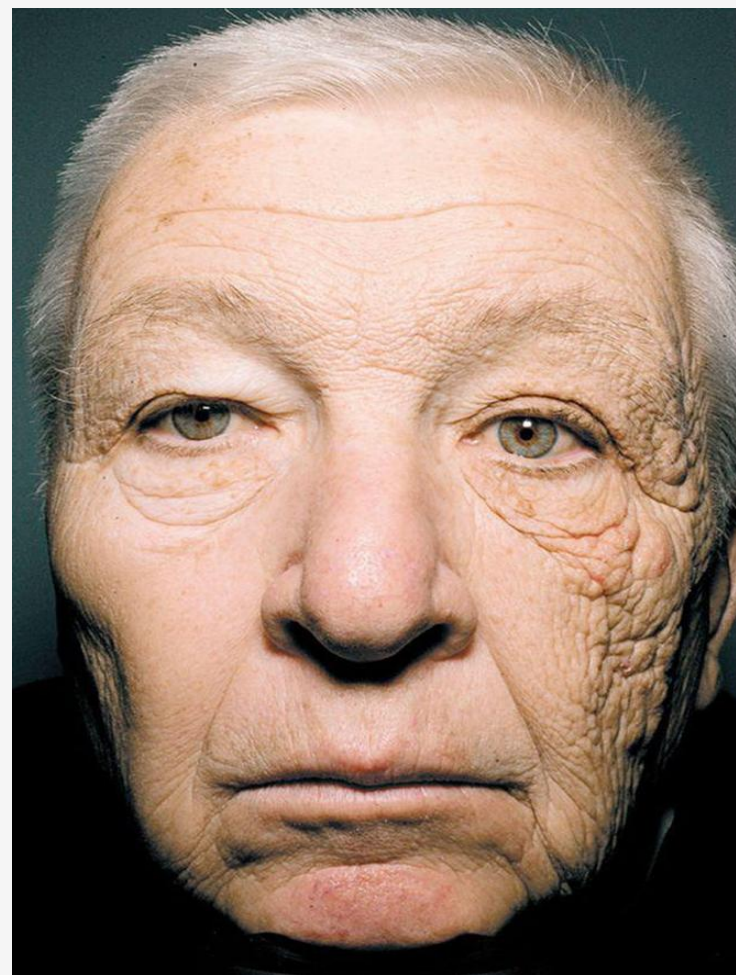
UV-A → Aging

zorgt voor huidschade en veroudering



UV-B → Burning

Zorgt voor huidschade en zonverbranding

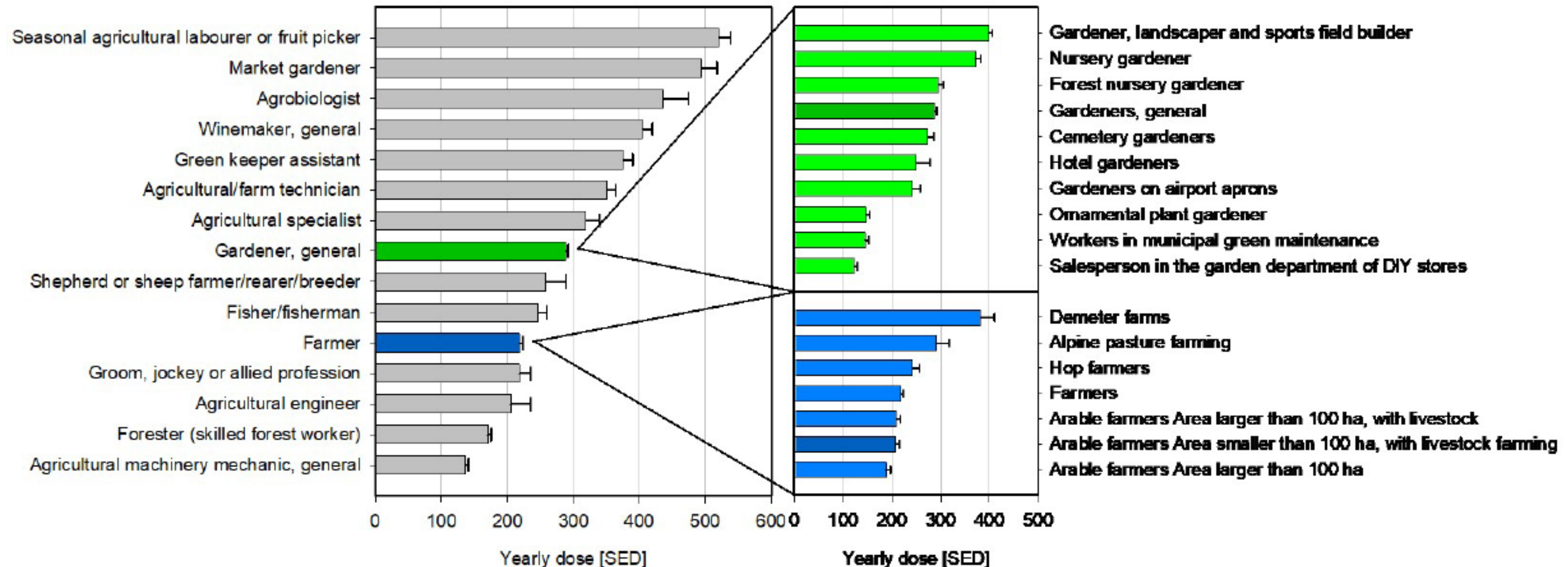


Elke verbranding zorgt voor
huidschade en vergroot het risico
op huidkanker



Basisbelasting 130 SED per jaar!

Farming Sector – Occupations and Sub-Occupations



- More precise analogies possible
- Greater recognition value for people to foster their compliance to preventive measures

Ondanks deze cijfers:

- Voelt het grootste deel van de buitenwerkers zich zelf niet kwetsbaar.
- Werkt 66% tussen 12 en 15 uur regelmatig/vaak zonder bescherming tegen de zon.

Uit onderzoek onder medewerkers in de agrarische & groene sector blijkt:



werkt op het heetst van de dag in de volle zon



bijna driekwart is vorig seizoen minstens één keer verbrand door de zon



bij bijna een op de drie ging het zelfs om een zware verbranding



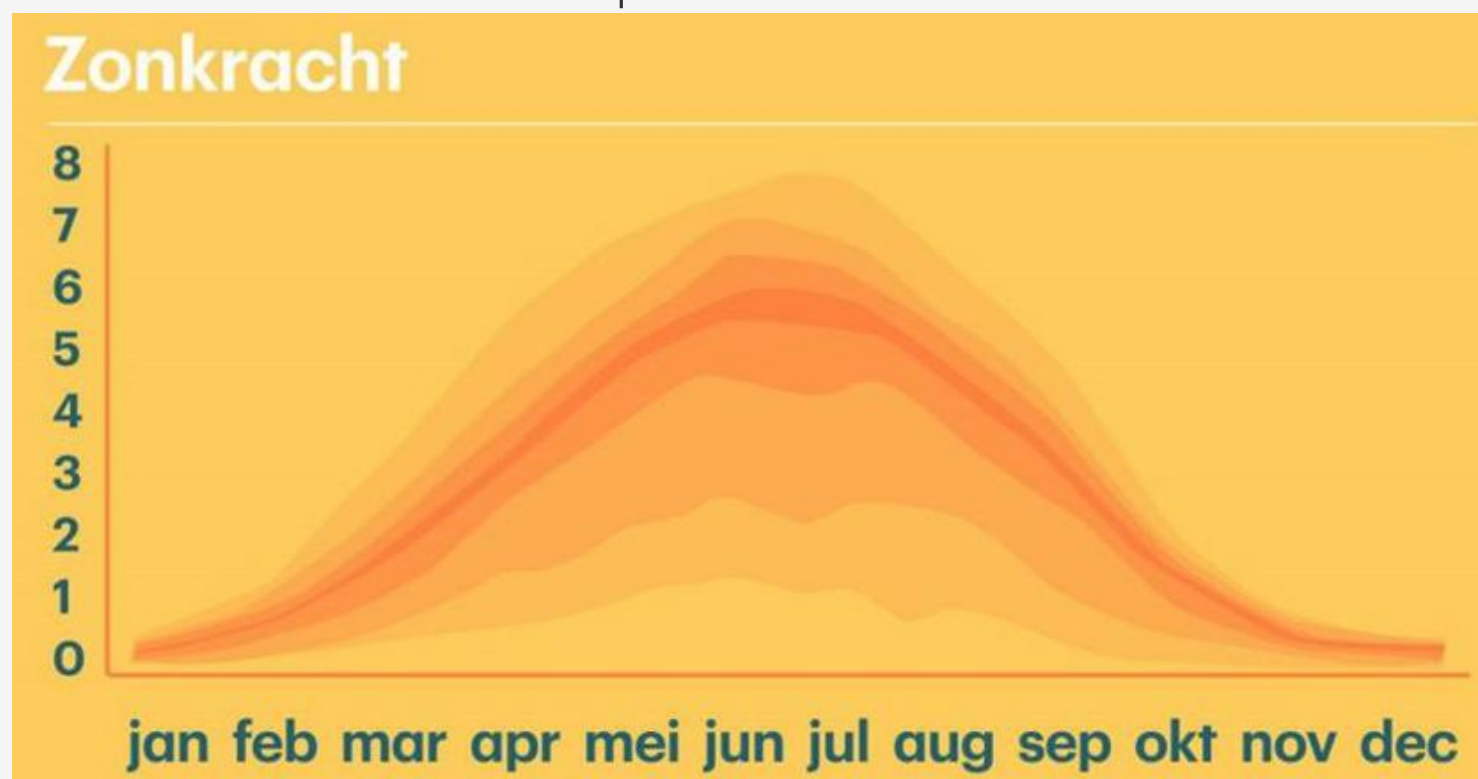
**Huidkanker is gelukkig ook de best
te voorkomen vorm van kanker!!**

Samen kunnen we zonveilig werken vanzelfsprekend maken

Hier gaan we vandaag mee aan de slag

De basis: Wanneer moet je je huid beschermen?

Zonkracht en temperatuur hebben vaak weinig met elkaar te maken! Zonkracht (UV-index) is de graadmeter.

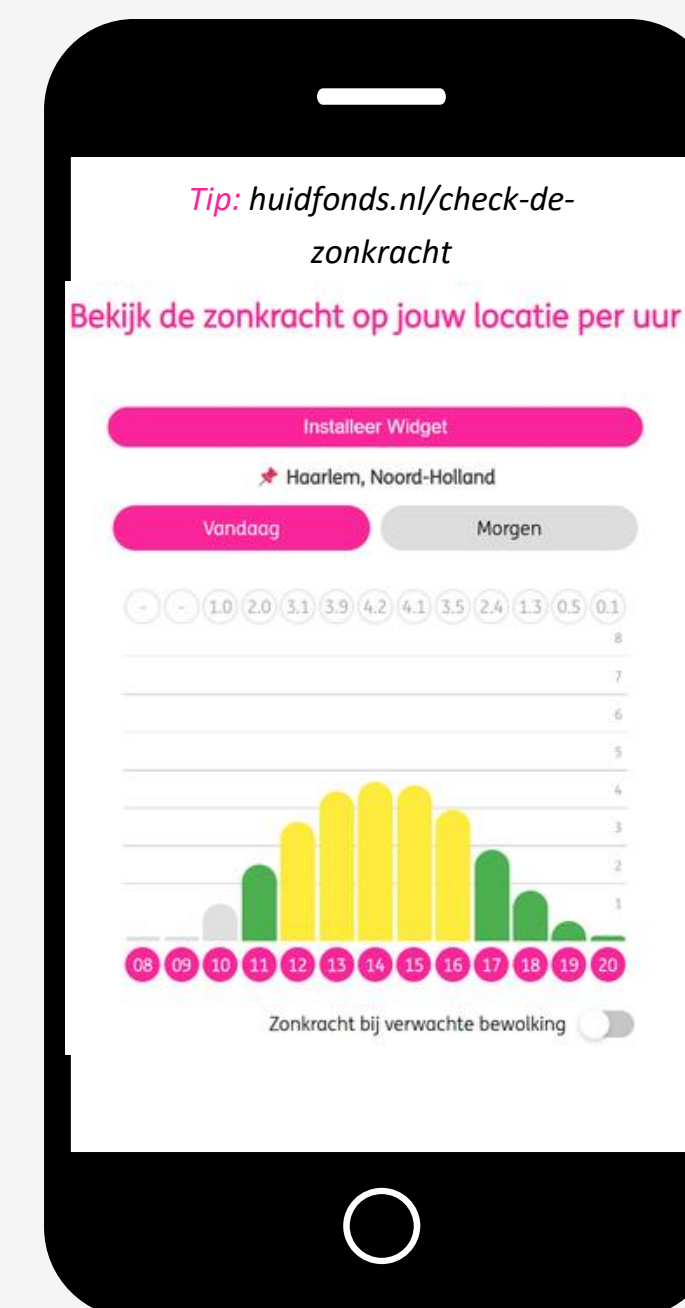


Let op:

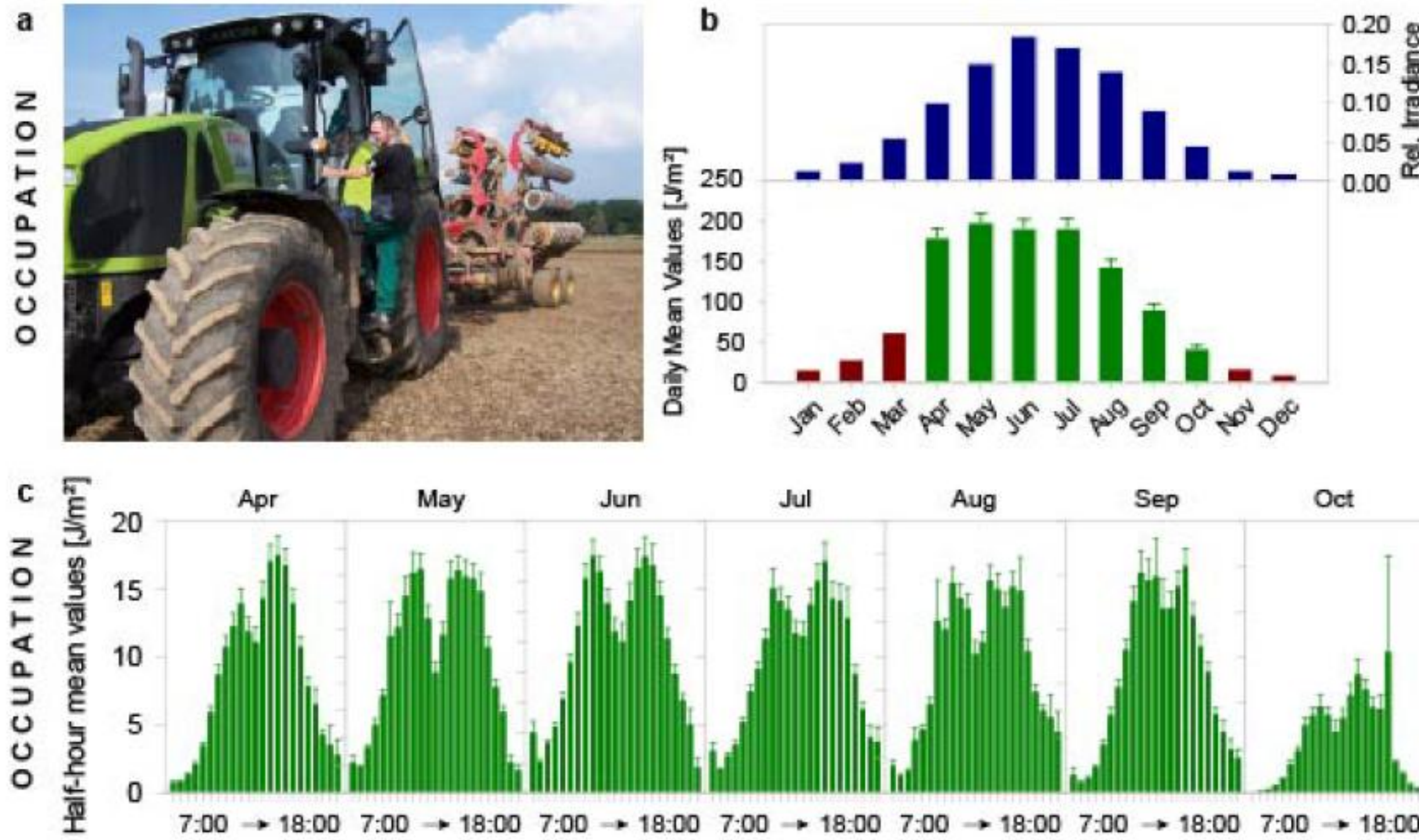
De zonkracht kan in de lente net zo sterk zijn als in de zomer!

Oproep:
Maak zonkracht
checken deel van de
ochtendroutine.

**Bescherm je vanaf
zonkracht 3!**



Consideration of influencing factors during the year



- Consideration of the monthly changing solar radiation
- **Inherent** partial consideration of seasonal behaviour patterns

- Consideration of the daily changing solar radiation
- **Inherent** partial consideration of daytime-dependent behaviour patterns

Hoe moet je je huid beschermen?

Het advies:

Zonkracht 3 of hoger?



Weren

Zoek de schaduw op.

Blijf tussen 12 en 15 zoveel mogelijk uit de zon.

Let op: ook vroeger of later op de dag of bij bewolking kan de zonkracht sterk zijn.



Kleren

Kleding beschermt je huid tegen schadelijke UV-straling.

Draag bedekkende kleding, pet of helm met nekflap en zonnebril. Wil je het nog beter doen?

Draag dan UV-werende kleding.



Smeren

Smeer je onbedekte huid royaal in met zonnebrandcrème van minimaal factor 30 mét UV-A filter.

Dun smeren geeft onvoldoende bescherming. **Herhaal dit elke 2 uur** en na het zweten of afdrogen.

**Altijd samen
en altijd in
deze
volgorde**

Wat gaan we doen vandaag?



Weren



Kleren



Smeren

Voorbeeld 'Weren'

- Doen jullie tijdens je werk al aan 'weren', het werken in de schaduw/de zon mijden (zeker tussen 12 en 15 uur)
- Zo ja, geef voorbeelden hoe jullie dat doen. Wat werkt bij jullie? Bedrijfsspecifieke oplossingen.
- Zo niet, waarom gebeurt het niet? Wat zijn de belangrijkste drempels.
- Kun je voorbeelden bedenken hoe je het 'weren' tijdens je werk beter kan toepassen?
- En wat is daarvoor nodig?

Hoe moet je je huid beschermen?

Het advies:

Zonkracht 3 of hoger?



Weren

Zoek de schaduw op.

Blijf tussen 12 en 15 zoveel mogelijk uit de zon.

Let op: ook vroeger of later op de dag of bij bewolking kan de zonkracht sterk zijn.



Kleren

Kleding beschermt je huid tegen schadelijke UV-straling.

Draag bedekkende kleding, pet of helm met nekflap en zonnebril. Wil je het nog beter doen?

Draag dan UV-werende kleding.



Smeren

Smeer je onbedekte huid royaal in met zonnebrandcrème van minimaal factor 30 mét UV-A filter.

Dun smeren geeft onvoldoende bescherming. **Herhaal dit elke 2 uur** en na het zweten of afdrogen.

**Altijd samen
en altijd in
deze
volgorde**

Tot slot: vroegherkenning redt levens

HPK-tje met een Maatje

Hoe vaak moet je jouw huid controleren? Het antwoord is simpel: doe elk seizoen zelf een HPK-tje: een Huidkanker Periodieke Keuring.

Alles wat je daarvoor nodig hebt vraag je aan via www.hpk-tje.nl.

Wat is het HPK-tje?

Laagdrempelige huidcheck

Per post naar huis: met checklist, kaart

Per mail: kwartaal herinnering



Dank voor de
uitnodiging om hier
vandaag aanwezig
te zijn!



huid
f o n d s

Samen kunnen we huidkanker voorkomen.
Word donateur of kom in actie!

[www.huidfonds.nl/help-
mee](http://www.huidfonds.nl/help-mee)



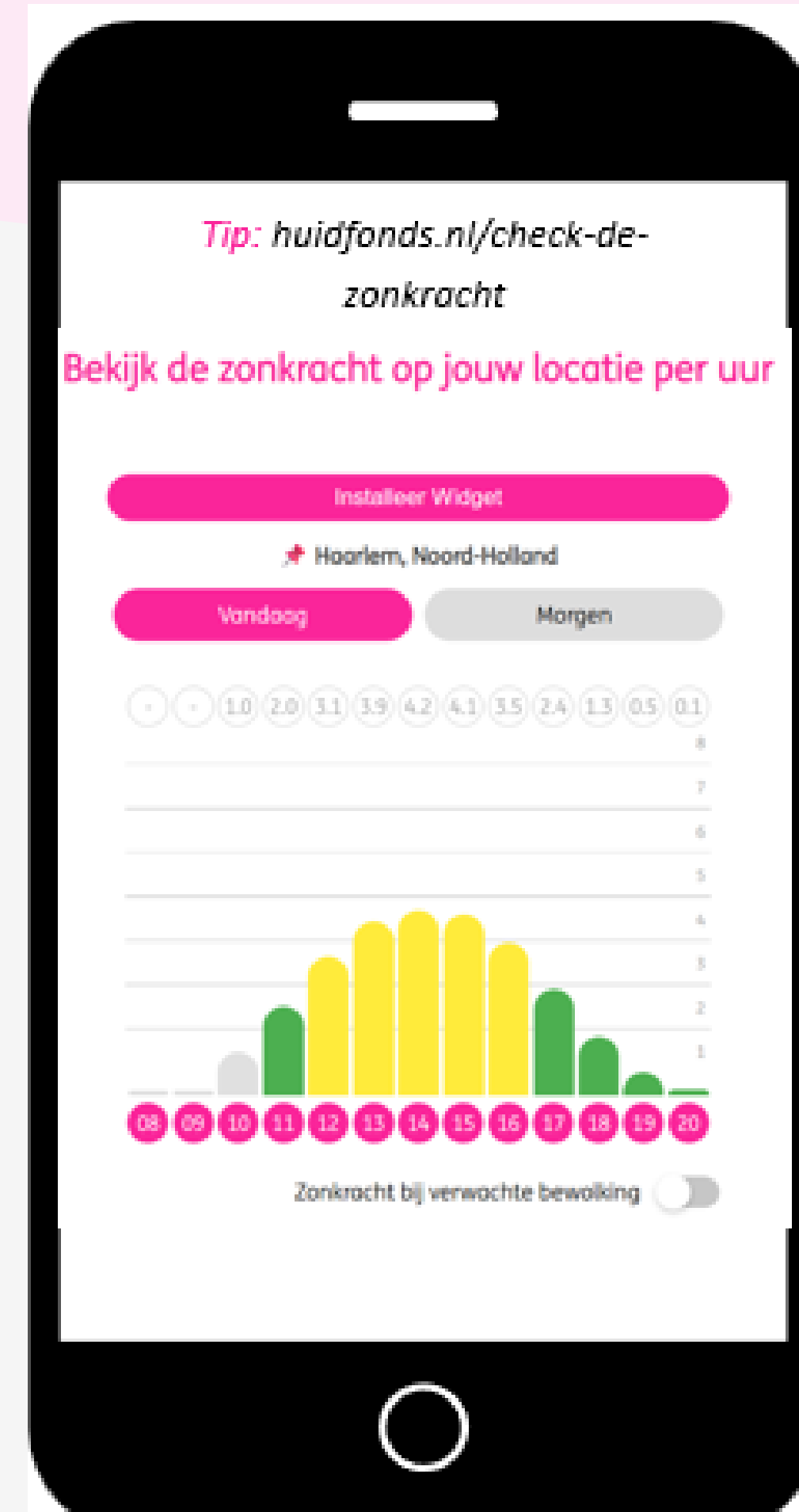
Zonbescherming

Feit of Fabel?

Feit of Fabel?

Stelling:

Hoe warmer het is, hoe hoger de zonkracht.



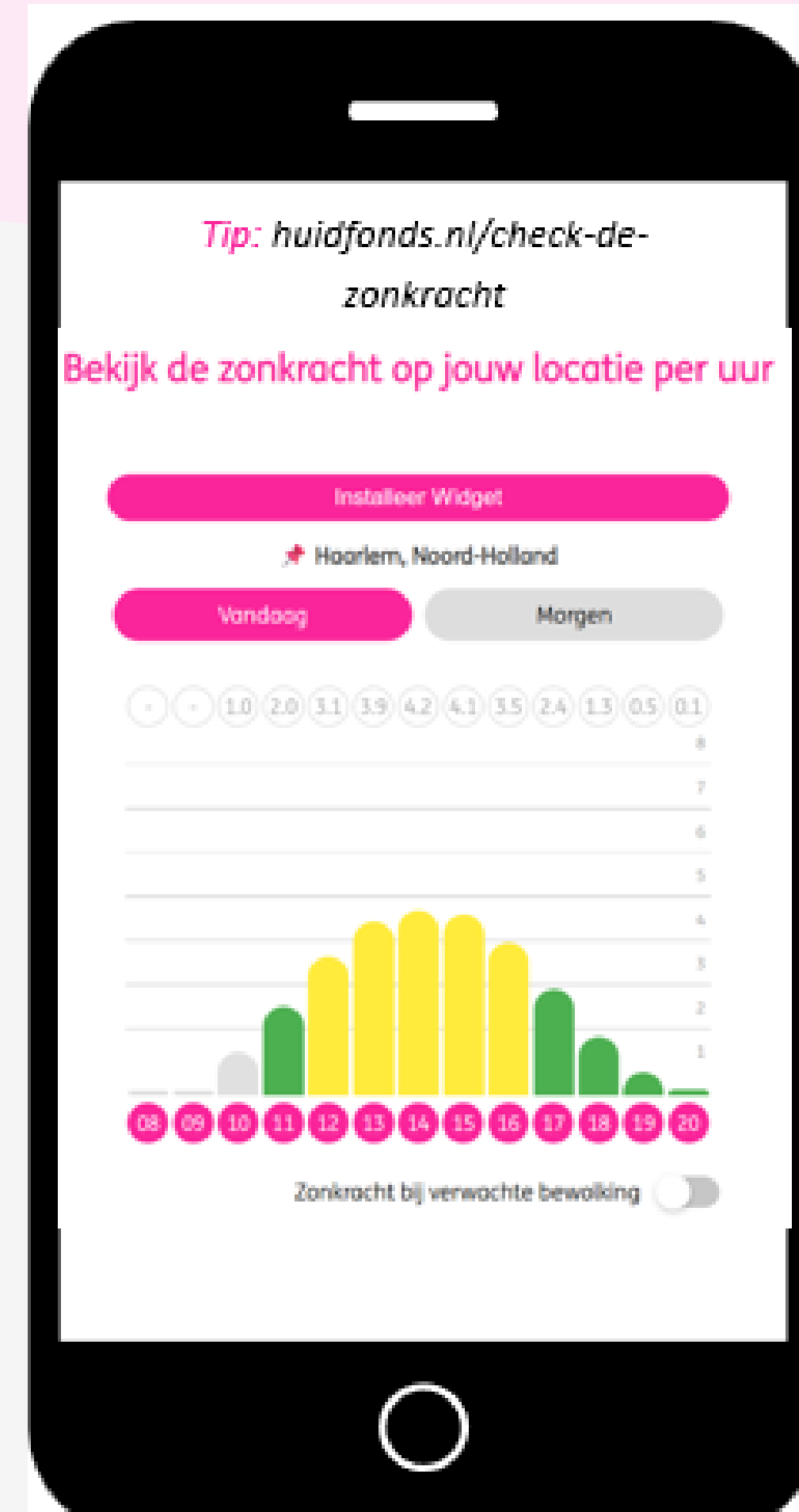
Feit of Fabel?

Stelling:

Hoe warmer het is, hoe hoger de zonkracht.

Fabel

Zonkracht gaat niet gelijk op met de temperatuur. Op een koele voorjaarsdag, kan de zonkracht toch heel hoog zijn.



Feit of Fabel?

Stelling:

Bij bewolkt weer hoef je je niet te beschermen tegen UV-straling.



Feit of Fabel?

Stelling:

Bij bewolkt weer hoef je je niet te beschermen tegen UV-straling

Fabel

Zo'n 70% van de UV-straling komt door de wolken heen.

Je kunt nog steeds verbranden.

Check van April t/m September de zonkracht!



Feit of Fabel?

Stelling:

Een donkere huidskleur is voldoende beschermd tegen de zon.



Feit of Fabel?

Stelling:

Een donkere huidskleur is voldoende beschermd tegen de zon.

Fabel

Een donkere huid verbrandt minder snel, maar loopt ook schade op door UV-straling.

.



Feit of Fabel?

Stelling:

Huidkanker is de meest voorkomende kankersoort in Nederland.



Feit of Fabel?

Stelling:

Huidkanker is de meest voorkomende kankersoort in Nederland.

Feit

Het aantal diagnoses aan huidkanker is groter dan alle andere vormen van kanker bij elkaar opgeteld.







Kasteel Cammingha