

# Varno s soncem

## Preventivni program Varno s soncem 2026 v srednjih šolah

### Zakaj sodelovati v programu?

Namen programa Varno s soncem je dijake seznaniti s problematiko UV sevanja in osnovnimi samozaščitnimi ukrepi pred škodljivim delovanjem UV sevanja ter jih vzpodbujati k samo-zaščitnemu ravnanju pred škodljivim delovanjem UV sevanja.

Naš dolgoročni cilj, ki ga zasledujemo z izvajanjem programa, je prispevati k znižanju pojavljanja kožnega raka v Sloveniji.

### Komu je program namenjen?

Program je namenjen dijakom srednjih šol.

### Kako poteka?

Način izvedbe programa je prepuščen vaši šoli, pri čemer predlagamo naslednje možnosti:

- **Namensko usmerjen naravoslovni dan:**  
Ta je lahko namenjen podrobnejši seznanitvi s problematiko UV sevanja (Sonca kot naravnega vira in umetnih virov npr. solarija), pomenom in možnostmi izvajanja zaščite. Dijaki lahko sodelujejo pri ustvarjanju gradiv in dogodkov za osveščanje sovrstnikov.
- **Izvedba v okviru pouka:**  
Dijake lahko seznanite s tematiko med eno izmed ur pouka ali z uporabo pripravljenih gradiv.
- **Kombinacija obeh načinov.**

Seveda so dobrodošle tudi druge oblike osveščanja dijakov.

Prijavljenim srednjim šolam bomo poleg napotkov za izvedbo programa posredovali gradiva v elektronski obliki:

- vsebine za spletno izobraževanje

- infografike, ppt predstavitev o UV sevanju, vplivih na zdravje in samo-zaščitnih ukrepih, kratek film: O UV sevanju in njegovih vplivih na zdravje itd.
- prilagojena individualna navodila za izvajanje zaščite za dijake, ki bodo ustvarjena na podlagi njihovih odgovorov v anketi o dosedanjem izvajanju zaščite pred UV sevanjem.

Vsa navodila, gradiva in dodatno literaturo bomo objavili na spletni strani NIJZ ali posredovali na e-naslove koordinatorjev programa Varno s soncem v sodelujočih šolah. Primer gradiva je na naslednji sliki:



**Slika 1:** Infografika Zaščita pred UV sevanjem med delovno prakso na prostem

## Kdaj izvajamo program?

Delo z dijaki je predvideno za pomlad 2026, v obdobju med aprilom in junijem. Za lažjo organizacijo dela smo pripravili **časovnico glavnih mejnikov izvajanja programa** (oblikovan link na dokument Varno s soncem v srednjih šolah, časovnica glavnih mejnikov).

## Kakšne so obveznosti srednje šole, ki sodeluje?

### **Strokovne delavce šol, ki bodo sodelovali v programu, bomo zaprosili, da:**

- Čim večje število dijakov ali vsaj en razred iz posameznega izobraževalnega programa vzpodbudijo k sodelovanju v programu;
- Sodelujočim dijakom posredujejo gradiva in jih tudi vzpodbujajo, da gradiva pregledajo;
- Si ogledajo kratko posneto spletno predavanje o UV problematiki;
- Med priprave na dejavnosti na prostem (npr. športni dnevi, izleti in ostale aktivnosti na prostem, kot so npr. športna vzgoja, praktični pouk) vključijo tudi napotke za primerno zaščito pred UV sevanje;
- Dejavnosti na prostem, če je le možno, načrtujejo za tiste ure dneva, ko sonce ni najmočnejše; s tem bodo imeli dijaki zgled za izvajanje zaščitnih ukrepov;
- Vzpodbujajo dijake, da načela samozaščite, ki jih bodo spoznali v gradivih, redno izvajajo v vsakdanjem življenju;
- So pri izvajanju zaščite pred UV sevanjem tudi sami zgled mladostnikom.

### **Kaj pričakujemo od strokovnih delavcev/k, ki bodo v programu sodelovali kot koordinatorji?**

- Skrb za nemoteno izvajanje programa Varno s soncem v srednji šoli.
- Oglad spletnega izobraževanja.
- Administrativno delo (distribucija gradiv sodelavcem, pomoč pri izvedbi evalvacije, distribucija povezave za izpolnjevanje spletne ankete, posredovanje podatkov (število sodelujočih, podatki za izdajo potrdil strokovnim delavcem, ki bodo sodelovali pri izvedbi programa).

## Prijava

Prijavnico lahko izpolnite na naslednji povezavi:

<https://anketa.nijz.si/VSSSS26>

PRIJAVE zbiramo do vključno 12. aprila 2026.

Za dodatne informacije smo vam na voljo, pišete nam lahko na:

[varnossoncem@nijz.si](mailto:varnossoncem@nijz.si).

**Vljudno vabljeni k sodelovanju!**