



Sun Care Policy

At Wibli Wobli Nursery we are committed to ensuring that all children are fully protected from the dangers of too much sun/UV rays. Severe sunburn in childhood can lead to the development of malignant melanoma (the most dangerous type of skin cancer) in later life.

We follow guidance from the weather and UV level reports and use the following procedures to keep children safe and healthy in the sun:

- Key workers will work with the parents of their key children to decide and agree on suitable precautions to protect children from burning, including more sensitive skins types and those that may be more tolerant to the sunshine, e.g. black and/or Asian colouring
- Children must have a clearly labelled sun hat which will be worn at all times whilst outside in sunny weather. This hat will preferably be of legionnaires design (i.e. with an extended back and side to shield children's neck and ears from the sun) to provide additional protection
- Children must have their own labelled high factor sun cream with prior written consent for staff to apply. This enables children to have sun cream suitable for their own individual needs. Staff must be aware of the expiry date and discard sunscreen after this date
- Parents are requested to supply light-weight cotton clothing for their children suitable for the sun, with long sleeves and long legs
- Children's safety and welfare in hot weather is the nursery's prime objective so staff will work closely with parents to ensure all appropriate cream and clothing is provided
- Staff will make day-to-day decisions about the length of time spent outside depending on the strength of the sun; children will not be allowed in the direct sunlight between 11.00am – 3.00pm on hot days
- Children will always have sun cream applied before going outside in the hot weather and at frequent intervals during the day
- Children are encouraged to drink cooled water more frequently throughout sunny or warm days and this will be accessible both indoors and out
- Children are made aware of the need for sun hats, sun cream and the need to drink more fluids during their time in the sun
- Shade will be provided to ensure children are still able go out in hot weather, cool down or escape the sun should they wish or need to.

Vitamin D

Sunlight is important for the body to receive vitamin D. We need vitamin D to help the body absorb calcium and phosphate from our diet. These minerals are important for healthy bones, teeth and muscles.

Our body creates vitamin D from direct sunlight on our skin when we are outdoors. Most people can make enough vitamin D from being out in the sun daily for short periods with their hands or other body parts uncovered. Sun cream will stop the ultraviolet B (UVB) rays from reaching your



skin, so part of your body should be uncovered and not have sun cream on. At nursery we find the right balance to protecting children from sunburn as well as allowing the skin to access the sun for the vitamin D benefits, e.g. hands will be left without sun cream but children will be fully monitored to ensure no hands are burnt.

The benefits will be discussed with parents and their wishes will be followed with regard to the amount of sun cream applied.

This policy was adopted on	Signed on behalf of the nursery	Date for review
<i>02/04/2025</i>		<i>April 2026</i>



Polisi Gofal yn yr Haul

Ym Meithrinfa Wibli Wobli rydym wedi ymrwymo i sicrhau bod pob plentyn yn cael ei ddiogelu'n llawn rhag peryglon gormod o belydrau'r haul/UV. Gall llosg haul difrifol yn ystod plentyndod arwain at ddatblygu melanoma malaen (y math mwyaf peryglus o ganser y croen) yn ddiweddarach mewn bywyd.

Rydym yn dilyn canllawiau'r tywydd a'r adroddiadau lefel UV ac yn defnyddio'r gweithdrefnau canlynol i gadw plant yn ddiogel ac yn iach yn yr haul:

- Bydd gweithwyr allweddol yn gweithio gyda rhieni eu plant allweddol i benderfynu ar ragofalon addas i amddiffyn plant rhag llosgi, gan gynnwys mathau mwy sensitif o grwyn a'r rhai a all fod yn fwy goddefgar i'r heulwen, e.e. croen lliw du a/neu Asiaidd
- Rhaid bod gan blant het haul sydd wedi'i labelu'n glir ac a gaiff ei gwisgo bob amser yn yr awyr agored ar dywydd heulog. Argymhellir cael het o ddyluniad y Llengfilwyr (h.y. gyda Chefn ac ochr estynedig i gysgodi gwddf a chlustiau'r plant rhag yr haul) i roi gwarchodaeth ychwanegol
- Mae'n rhaid i blant gael eu hufen haul ffactor uchel wedi eu labelu a gyda chaniatâd ymlaen llaw gan riant, i staff ei roi ar y plant. Mae hyn yn galluogi plant i gael eli haul sy'n addas ar gyfer eu hanghenion unigol. Rhaid i staff fod yn ymwybodol o'r dyddiad y daw i ben a thafu eli haul ar ôl y dyddiad hwn,
- Gofynnir i rieni gyflenwi dillad cotwm ysgafn i' w plant sy'n addas ar gyfer yr haul, gyda llewys hir a choesau hir
- Diogelwch a lles plant mewn tywydd poeth yw prif amcan y feithrinfa fel y bydd y staff yn gweithio'n agos gyda'r rhieni i sicrhau bod yr holl eli a dillad priodol yn cael eu darparu
- Bydd staff yn gwneud penderfyniadau o ddydd i ddydd am faint o amser a dreulir y tu allan yn dibynnu ar gryfder yr haul; Ni fydd plant yn cael bod yn yr haul uniongyrchol rhwng 11.00 am-3.00 pm ar ddiwrnodau poeth
- Bydd plant yn cael eli haul bob amser cyn mynd allan yn y tywydd poeth ac yn rheolaidd yn ystod y dydd.
- Anogir y plant i yfed dŵr wedi'i oeri yn amlach yn ystod dyddiau heulog neu gynnes a bydd modd cael ato y tu mewn a thu allan i'r adeilad.
- Gwneir y plant yn ymwybodol o'r angen am hetiau haul, eli haul a'r angen i yfed mwy o hylifau yn ystod eu hamser yn yr haul
- Bydd cysgod yn cael ei ddarparu i sicrhau bod y plant yn dal i allu mynd allan mewn tywydd poeth, ond hefyd yn gallu cysgodi neu ddianc rhag yr haul os dymunant neu os oes angen.

Fitamin D

Mae golau'r haul yn bwysig er mwyn i'r corff gael fitamin D. Mae angen fitamin D arnom i helpu'r corff i amsugno calsiwm a ffosffad o'n diet. Mae'r mwynau hyn yn bwysig ar gyfer esgyrn, dannedd a chyhyrau iach.



Mae ein corff yn creu fitamin D o heulwen uniongyrchol ar ein croen pan fyddwn yn yr awyr agored. Gall y rhan fwyaf o bobl wneud digon o fitamin D o fod allan yn yr haul bob dydd am gyfnodau byr gyda'u dwylo neu rannau eraill o'r corff heb eu gorchuddio. Bydd eli haul yn stopio'r pelydrau uwchfioled B (UVB) rhag cyrraedd eich croen, felly dylai rhan o'ch corff gael ei orchuddio a pheidio â chael eli haul arno. Yn y feithrinfa rydym yn canfod y cydbwysedd cywir i amddiffyn plant rhag llosgi'r haul yn ogystal â chaniatáu i'r croen gael gweld yr haul ar gyfer y buddion fitamin D, e.e. Bydd dwylo'n cael eu gadael heb eli haul ond bydd y plant yn cael eu monitro'n llawn i sicrhau na losgir unrhyw ddwylo.

Bydd y manteision yn cael eu trafod gyda'r rhieni a dilynir eu dymuniadau o ran faint o eli haul a ddefnyddir.

Mabwysiadwyd y polisi hwn ar	Llofnodwyd ar ran y feithrinfa	Dyddiad adolygu
02/04/2025		Ebrill 2026