

Titel: "Sonnige Zeiten!"

Länge: 1:45"

Autorin: Katharina Adams

Sprecher: Tino Schöning

|Anmoderationsvorschlag 1:|

sonniges Wetter

So, ab morgen / ab heute / seit gestern / seit dem 1. Juni ist er da: Der meteorologische Sommeranfang. Ich finde ja, dass allein der Begriff Sommer gute Laune macht. Sommer bedeutet raus ins Freie, schwimmen gehen, im Straßencafé sitzen, Fahrradtouren, Grillen, Flip Flops und kurze Hosen – und natürlich Sonne satt. Damit das Ganze auch für unsere Haut ein sommerliches Vergnügen wird, hat mein Kollege Tino Schöning ein paar Tipps für den richtigen Sonnenschutz:

|Anmoderationsvorschlag 2:|

sonniges Wetter

Dieser Sommer wird echt heiß. Nicht nur wegen der Temperaturen sondern, na klar, auch fußballtechnisch. Und während unsere Jungs im brasilianischen Winter um die Weltmeisterschaft kicken, drücken wir ihnen im heimischen Sommer die Daumen. Und das bedeutet für uns Sonnenschein bis in die Abendstunden, Eis essen, Badesee und gute Laune. Doch auch wenn die Sonne unserer Seele guttut, so heisst es trotzdem aufgepasst und bei allem Wohlbefinden nicht den Sonnenschutz für unsere Haut vergessen. Mein Kollege Tino Schöning erinnert Sie jetzt mal daran:

|Anmoderationsvorschlag 3:|

sonniges Wetter

Sehr schön, endlich ist es soweit: Sommerzeit gleich Ferienzeit! Für die meisten von uns bedeutet das, wann immer es geht, raus aus der Businesskleidung und rein in die Freizeitklamotten. Mit Kind und Kegel geht es ins Freibad, ans Meer oder in die Berge. Auf jeden Fall gilt: Raus ins Freie und die Sonne genießen. Damit das Ganze auch ein ungetrübtes Familienvergnügen bleibt, ist Sonnenschutz das Allerwichtigste. Warum das so ist und wie wir unserer Haut auch nach dem Sonnenbad noch etwas Gutes tun können, verrät uns mein Kollege Tino Schöning:

|Anmoderationsvorschlag 4:|

bedecktes Wetter

Laut Kalender ist ja ab morgen / ab heute / seit gestern / seit dem 1. Juni Sommeranfang – aber so richtig fühlt es sich im Moment nicht nach Sommer an. Klar, es waren schon ein paar schöne Tage dabei, aber gerade macht die Sonne erst einmal Pause. Diese Zeit gilt es in Sachen Sonnenschutz zu nutzen, denn die nächsten heißen Tage kommen bestimmt. Unsere Haut wird es uns danken, denn nur gut geschützt und richtig gepflegt kann auch sie den Sommer in vollen Zügen genießen. Mein Kollege Tino Schöning weiß mehr:

|Anmoderationsvorschlag 5:|

bedecktes Wetter

Der Sommer macht ja gerade mal eine Pause – und daher eine kurze Frage: Seid Ihr bereit für die nächste heiße Phase? Und damit meine ich jetzt nicht die aktuelle Mode oder die angesagten Sommeraccessoires, sondern den richtigen Sonnenschutz. Denn gerade hier gilt es rechtzeitig vorzusorgen, denn nur gut geschützt und richtig gepflegt kann auch eure Haut den Sommer in vollen Zügen genießen. Mein Kollege Tino Schöning hat sich für euch deshalb mal nach neuen Trends in Sachen Sonnenschutz umgehört:

|Sprecher:|

Sonne tut gut. Sie steigert das Wohlbefinden und bildet das für den Knochenbau wichtige Vitamin D. Doch für die Haut kann Sonne auch Stress bedeuten, weiß Dr. Katja Warnke, Expertin für Sonnenschutz bei NIVEA:

|O-Ton Dr. Katja Warnke, Expertin für Sonnenschutz, NIVEA:|

0:21"

Die UV-Strahlen der Sonne bewirken, dass unsere Haut braun wird. Das heißt, Bräunung ist ein natürlicher Schutzmechanismus der Haut gegen schädliche UV-Strahlung. Und die Haut bildet dabei das hauteigene Pigment Melanin, und das legt sich wie ein Mantel um den Zellkern, also da, wo unser Erbgut ist und schützt so die Hautzellen vor Schäden. Und dieser Schutz ist aber in der Regel nicht ausreichend. Und daher sollte man unbedingt noch zusätzlichen Schutz durch Sonnenschutzprodukte verwenden:

|Sprecher:|

Sind dabei die UVA-Strahlen hauptsächlich für Sonnenallergien und Hautalterung verantwortlich, so verursachen die UVB-Strahlen den Sonnenbrand:

|O-Ton Dr. Katja Warnke, Expertin für Sonnenschutz, NIVEA:|

0:28"

Eine Sonnencreme sollte sowohl vor UVA- als auch vor UVB-Strahlen schützen. Gleichzeitig ist es aber wichtig, dass man auch eine ausreichende Menge von dem Produkt nimmt, um wirklich die volle Schutzleistung zu haben. Und oft wird zu wenig verwendet, da viele das klebrige Gefühl von Sonnencreme auf der Haut nicht mögen, und hier bieten sich dann besonders leichte und schnell einziehende Produkte an, wie zum Beispiel die neue NIVEA Sun Protect & Refresh Sonnenlotion. Die enthält neben dem Schutz noch ein angenehmes Frischegefühl durch Menthol, so dass man dieses Produkt auch wirklich gerne und reichlich anwendet.

|Sprecher:|

Doch auch bei optimalem Schutz ist ein Tag an der frischen Luft und in der Sonne für die Haut eine Herausforderung. Nochmal Dr. Katja Warnke:

|O-Ton Dr. Katja Warnke, Expertin für Sonnenschutz, NIVEA:|

0:28"

Nach einem Sonnentag kann sich die Haut natürlich trotz ausreichender Vorsorge trocken und gereizt anfühlen. Das heißt, sie benötigt viel Pflege und Feuchtigkeit, um sich wieder erholen zu können. Und dabei kann eine After Sun Pflege helfen. Die enthalten neben viel Feuchtigkeit meist hautberuhigende Inhaltsstoffe und wer hier nicht lange warten möchte, bis die Pflege eingezogen ist, der nimmt am Besten die neue NIVEA Sun In-Dusch Erfrischende After Sun Lotion mit Gurkenextrakt. Die kann bereits unter der Dusche auf die nasse Haut aufgetragen werden, wird dann abgespült und dann kann man sich nach dem Abtrocknen direkt anziehen.

|Abmoderationsvorschlag Gewinnspiel:|

So, und damit auch Ihre/Eure Haut die Sonne in vollen Zügen genießen kann, habe ich hier genau das Richtige: Ein komplettes Sonnenschutz-Pflege-Set. Mit dabei sind die Protect & Refresh Kühlende Sonnenlotion mit Lichtschutzfaktor 20 und das Protect & Refresh Kühlendes Sonnenspray mit Lichtschutzfaktor 30. Für die richtige Pflege nach dem Sonnenbad sorgt die In-Dusch Erfrischende After Sun Lotion mit Gurkenextrakt. Und damit auch der Spaß nicht zu kurz kommt gibt es dazu noch einen kultigen Wasserball – das Ganze spendiert von NIVEA Sun. Jetzt anrufen unter...