



SONNEN NEWS – 28. APRIL 2011

## Zum Sonnen in den Keller?

Von einem Mitmenschen, der ständig todernst und verhärtet daher kommt, sagt man, er gehe zum Lachen in den Keller. Ähnlich müssten Zeitgenossen, die den düsteren Warnungen der Medien in diesen Tagen Folge leisten wollten, zum Sonnen in den Keller. Die Folgen wären etliche verlorene Lebensjahre! Denn: Wer sonnt, lebt länger!



Bei UV-Index Werten „zwischen drei bis sieben, sollte man die Mittagssonne meiden und den Körper mit entsprechender Kleidung, Hut und Sonnenbrille schützen. Alle unbedeckten Körperstellen gut mit Sonnencreme einreiben. ...Bei UV-Indexwerten von acht und höher gilt zusätzlich: Auf jeden Fall im Schatten bleiben, in den Mittagsstunden am besten gar nicht ins Freie gehen“ (Bundesamt für Strahlenschutz, BfS)

Das alles garniert mit der Warnung vor dem nicht existierenden Ozonloch über Deutschland.

Im Klartext heißt das: Von April bis September jeden Haut-Zentimeter vor der Sonne schützen und zwischen 10 und 15 Uhr nicht das Haus verlassen!

Tatsächlich aber dürfte es kaum jemanden geben, der diesen Rat befolgt – zum Glück! Denn die gesundheitlichen Konsequenzen könnten verheerend sein. Nicht nur eine Art kollektiver Depression wäre die Folge solcher Sonnen-Verweigerung sondern ein noch steilerer Anstieg chronischer „Volkskrankheiten“ wie Diabetes, Osteoporose, Herz-Kreislauf-Erkrankungen und Krebs – ja auch schwarzer Hautkrebs, das Melanom!

In anderen Worten, die radikal-fundamentalistischen Sonnen-Gegner würden mit ihren Anweisungen die Lebenszeit der Deutschen um etliche Jahre verkürzen – wenn sie denn ernst genommen würden.

Aktuelle Beispiele für Studien, die belegen: „Wer sonnt, lebt länger“:

<http://sonnennews.de/2011/01/30/mit-dem-sonnenschein-vitamin-lebt-man-langer-11/>