

---

Subject: Problem Sonnen ??

Posted by [Juergen85](#) on Tue, 13 May 2008 21:47:30 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

hallo,

ich bin leidenschaftlich gerne brau. Aufgrund einer Operation und des Winters konnte ich deswegen jetzt nichts machen. Doch jetzt ist Sommer und ich sonne mich gerne. dh. liege öfter mal in der sonne und auch Solarium/Sonnenbank !

Naja...ich kann dann schlecht mein HT ausziehen....wodurch ich stark eingeschränkt bin....

Was kann man tun?

MfG

Jürgen

---

---

Subject: Re: Problem Sonnen ??

Posted by [LikeU](#) on Tue, 13 May 2008 22:18:38 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

hi jurgen ,machs so wie ich,unter solarium lege ich meine T-shirt- Hemd..usw über meine HT

---

---

Subject: Re: Problem Sonnen ??

Posted by [Mona](#) on Wed, 14 May 2008 04:48:02 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Juergen85 schrieb am Die, 13 Mai 2008 23:47hallo,

ich bin leidenschaftlich gerne brau. Aufgrund einer Operation und des Winters konnte ich deswegen jetzt nichts machen. Doch jetzt ist Sommer und ich sonne mich gerne. dh. liege öfter mal in der sonne und auch Solarium/Sonnenbank !

Naja...ich kann dann schlecht mein HT ausziehen....wodurch ich stark eingeschränkt bin....

Was kann man tun?

MfG

Jürgen

Hallo Jürgen,

du kannst es machen, wie "LikeU" schon schrieb...

LikeU schrieb am Mit, 14 Mai 2008 00:18hi jurgen ,machs so wie ich,unter solarium lege ich

meine T-shirt- Hemd..usw über meine HT

...und ansonsten einfach schauen, dass man mit seinen "Vorsichtsmaßnahmen" nicht den Lacher auf seine Seite zieht.

Einfach irgendwie überspielen, so dass es für "Nicht-Eingeweihte" nicht seltsam aussieht.

Zuhause beim Sonnen kannst du es ja einrichten, dass dein Gesicht/Kopf im Schatten liegt, du wirst ja auch braun ohne direkte Sonnenbestrahlung.

Im Schwimmbad/am Badesee vielleicht eine Zeitung/ein Buch mitnehmen, dann aufgeschlagen drüberlegen. Wie oft hab` ich das schon gesehen, jemand hat gelesen und sich dann ein Schläfchen gegönnt, das Buch/die Zeitung wegen der Hitze einfach über den Kopf gelegt... Oder dafür evtl. ein kleineres Handtuch mitnehmen.

Eigentlich musst du nur einen Spruch auf Lager haben, falls jemand sagt: " Was machst DUUU denn da?!?"

Wer will denn einen Sonnenstich haben - und wer möchte anschließend am Abend mit einem tomatenroten Gesicht in der Disse erscheinen?!?

Liebe Grüße, Mona

---

Subject: Re: Problem Sonnen ??  
Posted by [Mona](#) on Wed, 14 May 2008 04:56:35 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

...Anbei...

Unabhängig vom normalen Gebrauch würde ich an solchen Tagen (Sonnenbaden) das/ein Feuchtigkeitsspray zusätzlich 1-2 Mal aufsprühen.

---

Subject: Re: Problem Sonnen ??  
Posted by [Licorice](#) on Wed, 14 May 2008 14:59:22 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ein schickes Piratenkopftuch rettet das Sonnenbad im Freien.