

Pressemitteilung

„Sonne genießen – aber richtig“

Stuttgart, 21. Juni 2026 – Tag des Sonnenschutzes - Der Krebsverband Baden-Württemberg e.V. rückt Hautschutz in den Fokus

Helle Sommertage tun gut – doch mit der Sonne kommt auch ein oft unterschätztes Risiko. Anlässlich des Tages des Sonnenschutzes am 21. Juni 2026 ruft der Krebsverband Baden-Württemberg e.V. dazu auf, bewusster mit UV-Strahlung umzugehen und insbesondere Kinder und Jugendliche besser zu schützen.

„Grundsätzlich gilt: Setzen Sie sich nicht zu lang, zu intensiv und nicht ungeschützt den Sonnenstrahlen aus“, erklärt Ulrika Gebhardt vom Krebsverband: „Hilfreich kann der Check des UV-Indexes sein, zum Beispiel mit Hilfe einer Wetter-App oder einer UV-Karte. Diese zeigt auf einen Blick, wie stark die Sonnenstrahlung ist und wann Schutzmaßnahmen notwendig werden.“ Bereits ab einem UV-Index von 3 sollte die Haut geschützt werden. Denn: Zu viel UV-Strahlung schädigt die Haut langfristig und gilt als Hauptursache für Hautkrebs. Die Belastung sammelt sich dabei im sogenannten „Sonnenkonto“ der Haut an – und anders als ein Bankkonto lässt sich dieses nicht wieder ausgleichen. Ist das Maß einmal überschritten, steigt das Risiko für Erkrankungen deutlich.

Besonders wichtig ist der UV-Schutz bei Kindern

Ihre Haut ist empfindlicher und kann sich noch nicht ausreichend selbst schützen. Jeder Sonnenbrand in jungen Jahren erhöht das Risiko für Hautkrebs im späteren Leben erheblich. Deshalb setzt der Krebsverband Baden-Württemberg e.V. gezielt auf Aufklärung: In Kitas unterstützt das Projekt „**SunPass - Gesunder Sonnenspaß für Kinder**“ zusammen mit der IKK classic und dem dm-Drogeriemarkt mit der Marke Sundance die Umsetzung von Schutzmaßnahmen. Das bedeutet: Praktisches Wissen für Erzieher*innen und Eltern sowie altersgerechte Materialien für die Kinder.

Auch im Rahmen der Bildungs-Rallye der VfB-Stiftung Brusting der Herzen erhalten Schülerinnen und Schüler der teilnehmenden Klassen wichtige Tipps zu gesunden Umgang mit der Sonne.

Unbeschwert durch den Sommer mit klaren Empfehlungen:

Die intensive Mittagssonne zwischen 11 und 15 Uhr sollte möglichst gemieden werden. Schutz bieten außerdem Kleidung, Sonnencreme mit hohem Lichtschutzfaktor sowie Kopfbedeckungen und Sonnenbrillen. Besonders empfindliche Stellen wie Ohren, Nase oder Nacken dürfen dabei nicht vergessen werden. Für Säuglinge gilt: direkte Sonne ist tabu.

Wichtig zu wissen: UV-Strahlung ist nicht nur an heißen, sonnigen Tagen relevant. Auch bei bewölktem Himmel kann sie der Haut schaden

Weitere Informationen zum Thema bietet der Krebsverband Baden-Württemberg e.V. auf seiner Website. Info-Materialien zum Thema können im Broschüren Shop kostenfrei heruntergeladen oder bestellt werden. <https://www.krebsverband-bw.de/wissen/broschüren>

Pressekontakt:

Nicole Seiffer | Tel: 0711/848-10770 | info@krebsverband-bw.de
Krebsverband Baden-Württemberg | Adalbert-Stifter-Str. 105, 70437 Stuttgart
www.krebsverband-bw.de



Krebsverband Baden-Württemberg e.V.

Der Krebsverband Baden-Württemberg e. V. informiert rund um das Thema Krebs und führt Präventionsprojekte durch, um das Risiko an Krebs zu erkranken, zu senken. Er setzt sich für eine optimale onkologische Versorgung ein und begleitet Erkrankte mit ihren Angehörigen in dieser herausfordernden Zeit.

Der Verein ist gemeinnützig und arbeitet unabhängig von wirtschaftlichen Interessen. Um auch in Zukunft das Engagement für Menschen mit Krebs fortzuführen, ist der Krebsverband Baden-Württemberg e.V. auf Spenden und Förderungen angewiesen.

Spendenkonto bei der Landesbank Baden-Württemberg IBAN: DE 97 6005 0101 0001 013900

Pressekontakt des Krebsverbandes Baden-Württemberg:

Nicole Seiffer

Tel.: 0711 848-10770

info@krebsverband-bw.de

www.krebsverband-bw.de

Instagram: [krebsverband.bw](https://www.instagram.com/krebsverband.bw);

Facebook: Krebsverband Baden-Württemberg

Pressekontakt:

Nicole Seiffer | Tel: 0711/848-10770 | info@krebsverband-bw.de

Krebsverband Baden-Württemberg | Adalbert-Stifter-Str. 105, 70437 Stuttgart

www.krebsverband-bw.de