

WATCH OUT

Gemeinsam gegen Hautkrebs

Effektiver Sonnenschutz in der Freizeit

Ob auf dem Schulhof, beim Sport oder bei der Erholung im Freien: Die krebserregende UV-Strahlung der Sonne trifft uns überall. So wichtig Bewegung und frische Luft sind, so notwendig ist auch der angemessene Sonnenschutz. Wir haben deshalb gemeinsam mit der Deutschen Krebshilfe und der Deutschen Lebens-Rettungs-Gesellschaft (DLRG) das Projekt **WATCH OUT** ins Leben gerufen. Ziel ist es, **schnell und unkompliziert auf die Gefahr der Sonne und die richtigen Schutzmaßnahmen aufmerksam zu machen.**



Deutsche Krebshilfe
HELFFEN. FORSCHEN. INFORMIEREN.

DLRG

ARBEITSGEMEINSCHAFT
DERMATOLOGISCHE
PRÄVENTION

Für die richtige Einschätzung der UV-Strahlung der Sonne gibt es bereits ein international gültiges Instrument: Den **UV-Index**. Ähnlich einer Ampel zeigt er auf einen Blick an, wie stark die Sonne scheint und welches Schutzverhalt angebracht ist. Zusammen mit vielen lokalen Akteur:innen bringen wir den **UV-Index** an Sport- und Freizeitorte. So schaffen wir eine **effektive UV-Schutzpraxis** und **senken auf lange Sicht das Hautkrebsrisiko.**

Dank der Förderung der **Stiftung Deutsche Krebshilfe**, können wir den Großteil der Projektkosten tragen. Für eine erfolgreiche und nachhaltige Umsetzung suchen wir:

- **Aktive Akteur:innen** im Bereich Tourismus, Sport und Freizeitgestaltung, die bereit sind, unsere UV-IndexTafeln aufzustellen, zu betreuen und Menschen zu informieren. Dafür stellen wir ein umfangreiches Aktionspaket zur Verfügung.
- **Engagierte Sponsor:innen**, die sich für gesundheitsbewusste Freizeitgestaltung in ihrer Region einsetzen und für ein Drittel der Materialkosten aufkommen.

Wir freuen uns über jeden und jede Netzwerkpartner:in und benennen Sie gerne auf unseren Kampagnen-Website.

WATCH OUT

Gemeinsam gegen Hautkrebs

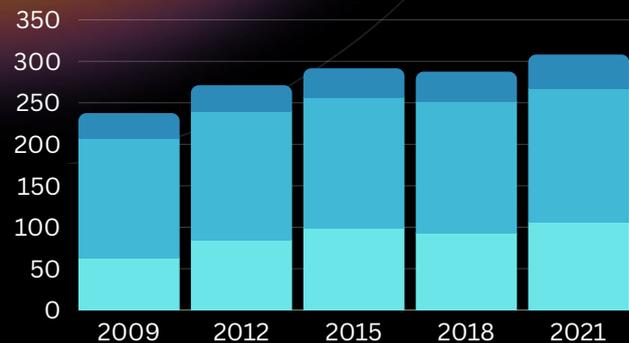
Effektiver Sonnenschutz in der Freizeit

Die UV-Strahlung der Sonne sorgt für Faltenbildung, Augenschäden und greift das Erbgut von Hautzellen an. Teilweise kann die Haut selbst dagegen ankämpfen. Doch bei intensiver oder langanhaltender UV-Bestrahlung bleiben geschädigte Zellen dauerhaft in der Haut zurück. Aus ihnen kann im Laufe von Jahrzehnten Hautkrebs entstehen. Über 308.000 Menschen daran, rund 42.300 davon am besonders gefährlichen malignen Melanom. Etwa 4.000 Menschen sterben jedes Jahr an Hautkrebs.

Fallzahlen Hautkrebs (Hochrechnung)

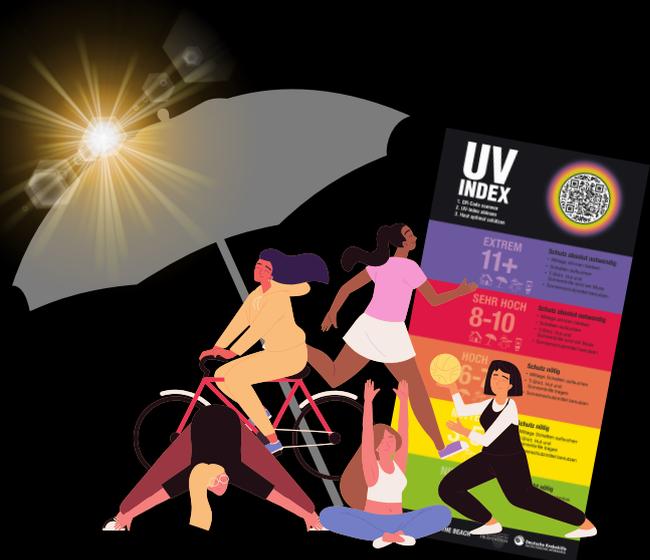
Krebsregister Schleswig-Holstein

in
Tsd.



Der Klimawandel führt nicht nur zu erhöhten Temperaturen und Extremwetterereignissen, sondern wirkt sich auch auf die Sonnenscheindauer aus: Zukünftig werden mehr wolkenlose und sonnige Tage erwartet, wodurch mehr UV-Strahlung zur Erde durchdringt. Zudem kann ein Anstieg der Durchschnittstemperatur Menschen dazu verleiten, noch mehr Zeit im Freien und damit unter der Sonne zu verbringen. UV-Schutz ist deshalb ein Zukunftsthema.

Viele Menschen wissen um die Gefahr der UV-Strahlung. Sie wird trotzdem oft unterschätzt und UV-Schutz-Maßnahmen werden nicht konsequent umgesetzt. UV-Strahlung ist weder sichtbar noch fühlbar ist. Kommt es zur Hautrötung (Sonnenbrand), hat das Erbgut der Hautzellen bereits massiven Schaden genommen. Die "Quittung" in Form von Hautkrebs folgt erst Jahrzehnte später. Jeder Einsatz für mehr UV-Schutz zählt.



WATCH OUT

Gemeinsam gegen Hautkrebs

Effektiver Sonnenschutz in der Freizeit

Ein starkes Netzwerk: Seit 2022 sind wir mit WATCH OUT aktiv und haben bereits 15 Gemeinden an Nord- und Ostsee für uns gewinnen können. Unser Ziel ist es, weiter in verschiedene Regionen und Freizeitbereiche, die mit Sonne verknüpft sind, vorzudringen. Die DLRG nutzt unsere Kompetenzen im Bereich Prävention von Hautkrebs inzwischen zur Ausbildung von Ehrenamtlichen.



Wir können etwas verändern: Unsere Projekterfahrungen weisen auf eine **Wirksamkeit** des Projekts hin. Wir können aufklären und zu mehr UV-Schutz motivieren.



Kannten Sie den UV-Index bereits vor dieser Kampagne?

Fanden Sie es sinnvoll, am Strand Informationen über den UV-Index vorzufinden?

Ich nehme mir vor, mich zukünftig täglich über den UV-Index zu informieren

Ich nehme mir vor, die dazu gehörigen Empfehlungen zum UV-Schutz umzusetzen.

Eigene Befragung von 50 Strandgästen, 2022.

Medienecho: Unser Pilotprojekt im Jahr 2022 führte zu über 80 Medienbeiträgen (inkl. zwei TV-Beiträgen). Schätzungsweise 5,9 Millionen Menschen konnten so erreicht werden.

Fachlicher Support:



Bundesamt für Strahlenschutz

Deutscher Wetterdienst
Wetter und Klima aus einer Hand



UVSCHUTZ
BÜNDNIS



Bundesministerium für Umwelt, Naturschutz, nukleare Sicherheit und Verbraucherschutz

WATCH OUT

Gemeinsam gegen Hautkrebs

Effektiver Sonnenschutz in der Freizeit

Wir versorgen Ihre Region mit hochwertigen wetterfesten **UV-Index-Tafeln und Infomaterialien**. Diese können vielfältig eingesetzt werden - zum Beispiel am Strand, in Parks, in Sportanlagen oder neben Tourismusinformationen.

Der integrierte **QR-Code** führt auf eine **Projekt-Microsite**. Diese greift direkt auf Daten des Deutschen Wetterdienstes (DWD) und des Bundesamts für Strahlenschutz (BfS) zu und zeigt mit einem Blick, wie es um die Sonne und den richtigen Schutz steht.

Für 150 Euro je UV-Index Tafel decken Sie sämtliche Materialkosten inklusive Versand, Infoflyer und personalisiertem Magneten zur Kennzeichnung Ihrer UV-Index-Tafeln. Zudem unterstützen Sie andere Akteure, die sich (ehrenamtlich) im Projekt engagieren.

Gerne stehen wir für Infoveranstaltungen oder andere gemeinsame Aktivitäten nach Absprache zur Verfügung.

Sie sind in einem ehrenamtlichen Verein oder einer ähnlichen Institution tätig und können die Materialkosten nicht aufbringen? Sprechen Sie uns an und wir finden eine alternative Lösung.

Wir freuen uns auf Ihre Kontaktaufnahme:

Carina Annalena Jung ✉ jung@adpev.de ☎ (040) 334 6533 99
Henriette Bunde ✉ bunde@adpev.de ☎ (040) 209 13 134

Materialien



Kampagnen-Website



Info-Videos auf Youtube



Arbeitsgemeinschaft

**Dermatologische
Prävention (ADP) e.V.**

c/o Prof. Dr. Breitbart
Am Krankenhaus 1a
21614 Buxtehude