



Veranstaltungen im November 2026

Begegnungszentrum «Turmhaus»

4. November, Mittwoch

10.00h - 13.00h: **Brunch**, mit dem «Turmhaus»-Team

Anmeldung 19. Oktober bis 2. November. Kosten 20 Franken.

10. und 24. November, Dienstag

14.00h - 16.00h: **Spielerisches Gehirnjogging** mit Mirjam Inauen, Erwachsenenbildung und Coaching/ Beratung

Anmeldung bis 9. November.

10. November, Dienstag

18.00h - 19.30h: **Vortrag Prostatakrebs - Früherkennung, Therapien und Leben mit der Diagnose**

mit PD Dr. med. Beat Förster, Leitender Arzt, Klinik für Urologie, KSW.

Anmeldung bis 6. November.

11. November, Mittwoch

14.00h - 16.00h: **Fatigue im Alltag – ein Austausch**

mit Michèle Künzle, Pflegefachfrau HF, CAS Pain Nurse, Psychoonkologische Beraterin SGPO.

Anmeldung bis 10. November.

18. November, Mittwoch

13.00h - 16.00h: **Workshop – Schokolade giessen** mit Werner Baumgartner, pensionierter Konditor.

Anmeldung bis 16. November. Kosten 20 Franken plus 5 Franken für 100g Lindt Schokolade, inkl. Verpackung.

25. November, Mittwoch

14.00h - 16.00h: **Workshop – Einstieg ins Handlettering** mit Mirjam Inauen, Gestaltungspädagogin.

Anmeldung bis 24. November.

Ganzer November

Während Öffnungszeiten Turmhaus: **Bilderausstellung «Kreatives Gestalten und Malen»**

Entdecken Sie die vielfältigen und eindrucksvollen Werke der Teilnehmenden aus dem Kurs «Kreatives Gestalten und Malen».

Ohne Anmeldung

Vorschau Dezember 2026

1. Dezember, Dienstag

14.00h – 16.00h: **Winter Floristik**

Mit Monika Stäheli, Floristin.

Selbsthilfegruppen:

Laufende Gruppen, Anmeldung und weitere Infos unter: krebsligazuerich.ch/selbsthilfegruppen



Anmeldungen: Telefonisch unter 052 214 80 00 oder per E-Mail an turmhaus@krebsligazuerich.ch
Bei kostenloser Teilnahme an Veranstaltungen freuen wir uns über einen freiwilligen Beitrag zur Deckung unserer Aufwände. **Begegnungszentren:** Alle Infos finden Sie unter: krebsligazuerich.ch/begegnungszentren



Veranstaltungen im November 2026

Begegnungszentrum «Wäldli»

3. November, Dienstag

18.00h - 19.30h: **Vortrag – Prostatakrebs 2026 - Was gibt es Neues zur systemischen Therapie?** Mit PD Dr. med. Aurelius Omlin, Onkzentrum Zürich. Anmeldung bis 30. Oktober

4. November, Mittwoch

14.15h - 16.15h: **Workshop – Kunst tut gut - gemeinsam ins Kunsthaus Zürich**, mit Sabine Meisel, Schreibpädagogin, Autorin, Pflegefachfrau und Sozialarbeiterin. Anmeldung bis 3. November

4. November, Mittwoch

17.00h - 18.00h: **Treffen – Prostata-Café**. Ohne Anmeldung

5. November, Donnerstag

17.30h – 20.00h: **Treffen für junge Krebsbetroffene**, mit Michèle Künzle und Katrin Marti, Mitarbeiterinnen Begegnungszentren. Anmeldung bis 4. November

12. November, Donnerstag

14.00h - 16.00h: **Workshop – Lebensbilder**, mit Tina Ruisinger, Fotografin und Fototherapeutin. Anmeldung bis 10. November

19. November, Donnerstag

14.00h - 16.00h: **Workshop – Mut, Vertrauen und gute Stimmung**, mit Barbara Bernath-Frei, dipl. Aromatologin ISAO. Anmeldung bis 18. November

24. November, Dienstag

18.00h – 19.30h: **Vortrag: Einsatz der Strahlentherapie bei einer Krebsbehandlung**, mit Prof. Dr. med. Guenther Gruber, Klinik Hirslanden. Anmeldung bis 20. November.

26. November, 3. und 10. Dezember 2026 / 7. Januar und 14. Januar 2027, Donnerstag

14.15h - 16.00h: **Kursreihe: Qigong - Meditation in Bewegung**, mit Daniela Nea Cho Hauri, Taiji und Qigong Lehrerin. Anmeldung bis am Vortag.

30. November, Montag

11.00h – 13.00h: **Workshop: Gemeinsam genussvoll Essen**, mit Farnaz Ghaffari, Ernährungsberaterin SVDE. Anmeldung bis 26. November. Kosten AHV/IV: 32 Franken / Regulär: 42 Franken

Vorschau Dezember 2026

17. Dezember, Donnerstag

14.00h - 16.00h: **Fatigue im Alltag – ein Austausch** mit Antje Mirwald, Mitarbeiterin Begegnungszentren

Selbsthilfegruppen:

Laufende Gruppen, Anmeldung und weitere Infos unter: krebsligazuerich.ch/selbsthilfegruppen



Anmeldungen: Telefonisch unter 044 388 55 33 oder per E-Mail an waelldi@krebsligazuerich.ch. Ist die Teilnahme an einer Veranstaltung kostenlos, freuen wir uns über einen freiwilligen Beitrag zur Deckung unserer Aufwände. **Begegnungszentren:** Alle Infos finden Sie unter: krebsligazuerich.ch/begegnungszentren