



## Veranstaltungen im Oktober 2025

---

### Begegnungszentrum «Turmhaus»

---

#### 1. Oktober, Mittwoch

10.00h - 13.00h: **Solidarität Brunch** für **Brustkrebsbetroffene** mit dem «Turmhaus»-Team und Breast Cancer Nurse, KSW.

Anmeldung 15. September bis 29. September. Kosten 15 Franken.

#### 6. Oktober, Montag

18.00h - 20.00h: **Treffen – Für Angehörige von Menschen mit Krebs**, mit Sandra Furrer, Fachexpertin Onkologiepflege, Mitarbeiterin Begegnungszentren.

Anmeldung bis 3. Oktober

#### 7. / 14. / 21. / 28. Oktober, Mittwoch

14.00 - 16.00 Uhr: **Kursreihe: Abschalten, Loslassen und sich Wohlfühlen mit Klangschalen**, mit Pia Bagutti, Entspannungstrainerin.

Anmeldung jeweils 1 Tag im Voraus. Kosten 20 Franken pro Nachmittag.

#### 14. Oktober, Dienstag

18.00h - 19.30h: **Vortrag – Areola Tätowierung und Permanent Makeup**, mit Astrid Keller, Permanent Make-up, Designerin.

Anmeldung bis 13. Oktober

#### 22. Oktober, Mittwoch

14.00h - 16.00h: **Workshop – Onkologische Kosmetik**, mit Alina Sara Hediger, Kosmetikerin und Skin Coach

Anmeldung bis 21. Oktober.

#### 29. Oktober, Mittwoch

14.00h - 16.00h: **Workshop – Wissenswertes über die Aromatherapie**, mit Esther Härri, Dipl. Aromatherapeutin, Dipl. Pflegefachfrau.

Anmeldung bis 27. Oktober. Kosten 20 Franken.

---

### Vorschau November 2025

#### 19. November, Mittwoch

14.00h – 16.00h: **Der Weg zur einer Patientenverfügung**, mit Antje Mirwald und Sandra Furrer, zertifizierte Beraterinnen in Advance Care Planning und Mitarbeiterinnen der Krebsliga Zürich.

---

### Selbsthilfegruppen:

Laufende Gruppen, Anmeldung und weitere Infos unter: [krebsligazuerich.ch/selbsthilfegruppen](https://krebsligazuerich.ch/selbsthilfegruppen)

## Veranstaltungen im Oktober 2025



**Anmeldungen:** Telefonisch unter 052 214 80 00 oder per E-Mail an [turmhaus@krebsligazuerich.ch](mailto:turmhaus@krebsligazuerich.ch)  
Bei kostenlosen Veranstaltungen freuen wir uns über jeden Beitrag zur Deckung unserer Kosten.

**Begegnungszentren:** Alle Infos finden Sie unter: [krebsligazuerich.ch/begegnungszentren](https://krebsligazuerich.ch/begegnungszentren)



---

## Begegnungszentrum «Wäldli»

---

### 1. Oktober, Mittwoch

17.00h - 18.00h: **Treffen - Prostata-Café**, mit Pia Albin, Pflegeexpertin Urologie, USZ. Ohne Anmeldung

### 2. Oktober, Mittwoch

17.30h – 20.00h: **Treffen - Junge Krebsbetroffene**, mit Katrin Marti, Leiterin Begegnungszentren der Krebsliga Zürich. Anmeldung bis 1. Oktober

### 9. Oktober, Donnerstag

14.00h – 16.00h: **Fatigue - ein Austausch**, mit Antje Mirwald, Mitarbeiterin Begegnungszentren der Krebsliga Zürich. Anmeldung bis 8. Oktober

### 16. Oktober, Donnerstag

14.00h – 16.00h: **Vortrag: Die Antihormone bei Brustkrebs**, mit Maya Müller, Fachexpertin Breast Care Nurse und Katrin Schulze, Fachexpertin Breast Care Nurse, Brustzentrum Zürich. Anmeldung bis 15. Oktober

### 21. Oktober, Dienstag und 28. Oktober, Mittwoch

17.00h - 18.30h: **Workshop: Kursreihe: Achtsamkeitsmethoden**, mit Lara Heller, Achtsamkeitstrainerin. Anmeldung jeweils 2 Tage im Voraus. Kosten 20 Franken.

### 22. Oktober, Mittwoch

13.30 - 16.00 Uhr: **Kunst tut gut – gemeinsam ins Kunsthaus Zürich**, mit Sabine Meisel, Schreibpädagogin, Autorin, Pflegefachfrau und Sozialarbeiterin. Anmeldung bis 21. Oktober.

### 22. Oktober, Donnerstag

14.00 - 16.00 Uhr: **Vortrag: Sexualität, Haut, Intimpflege**, mit Sonja Borner, Naturheilpraktikerin mit eidg. TEN und Klinische Sexologin iSi. Anmeldung bis 21. Oktober. Kosten 20 Franken.

### 22. Oktober, Mittwoch

13.00h - 15.00h: **Sozialberatung im Wäldli**, mit Persönliche Beratung und Unterstützung der Krebsliga Zürich. Keine Anmeldung nötig.

### 30. Oktober, Donnerstag

10.00h - 13.00h: **Solidaritäts- Brunch** für **Brustkrebsbetroffene** mit dem «Wäldli»-Team und special Guests. Anmeldung bis 28. Oktober. Kosten 15 Franken.

---

## Vorschau November 2025

### 3. November, Montag

18.00h – 20.00h: **Treffen Angehörige**, mit Sandra Furrer, Fachexpertin Onkologiepflege, Mitarbeiterin Wäldli.

---

## Selbsthilfegruppen:

Laufende Gruppen, Anmeldung und weitere Infos unter: [krebsligazuerich.ch/selbsthilfegruppen](https://krebsligazuerich.ch/selbsthilfegruppen)



**Anmeldungen:** Telefonisch unter 044 388 55 33 oder per E-Mail an [waelkli@krebsligazuerich.ch](mailto:waelkli@krebsligazuerich.ch)  
Bei kostenlosen Veranstaltungen freuen wir uns über jeden Beitrag zur Deckung unserer Kosten.  
**Begegnungszentren:** Alle Infos finden Sie unter: [krebsligazuerich.ch/begegnungszentren](https://krebsligazuerich.ch/begegnungszentren)