



krebsliga zürich

Gemeinsam genussvoll Essen

für Betroffene, Angehörige und Interessierte

Eine gesunde Ernährung kann Sie während und nach der Krebsbehandlung unterstützen. In diesem Kurs erhalten Sie ein tieferes Verständnis für die Wirkung von bestimmten Nahrungsmitteln und ihrer optimalen Zusammensetzung. Sie lernen, wie man diese einfach und genussvoll zubereitet. Die Menüauswahl ist speziell für Krebsbetroffene zusammengestellt. Kochkünste benötigen Sie keine und die Lebensmittel werden zur Verfügung gestellt.

Datum Montag, 26. Januar 2026

Zeit 11.00h – 13.00h

Ort Begegnungszentrum «Wäldli»
Freiestrasse 65, 8032 Zürich

Referentin Farnaz Ghaffari, dipl. Oecotrophologin, Ernährungsberaterin SVDE

Kosten AHV/IV: 32 Franken | Regulär: 42 Franken

Anmeldung Bitte melden Sie sich bis Donnerstag, 22. Januar 2026, telefonisch unter 044 388 55 33 oder per E-Mail an waeldli@krebsligazuerich.ch an



Wir freuen uns auf Sie!

Alle Infos rund um unsere Begegnungszentren finden Sie unter:
krebsligazuerich.ch/begegnungszentren