

«EIN DRITTEL ALLER
KREBSERKRANKUNGEN
KÖNNTE VERMIEDEN
WERDEN»



Prävention



krebsliga zürich
drehscheibe für krebsthemen

Prävention und Früherkennung

Ein Drittel aller Krebserkrankungen könnte laut der Weltgesundheitsorganisation vermieden werden, wenn wir Menschen unser Verhalten ändern und Krebsrisiken vermeiden. Mit zielgerichteter Präventionsarbeit und spezifischen Angeboten trägt die Krebsliga des Kantons Zürich dazu bei, dass weniger Menschen an Krebs erkranken und sterben.

Ein gesundes Körpergewicht, genügend Bewegung, ausgewogene Ernährung, der Verzicht aufs Rauchen und ein nur geringer Alkoholkonsum unterstützen die Krebsvorbeugung. In Veranstaltungen und Kursen geben wir Ihnen die Gelegenheit, das Wissen über Krebs zu vertiefen, mit Expertinnen und Experten in Kontakt zu treten und zu erfahren, wie Sie Ihr persönliches Krebsrisiko senken können. Unsere Angebote können von Privatpersonen, Firmen, Gemeinden und Organisationen gebucht werden.

› Lungenkrebs (Rauchstopp)

Nie mit Rauchen anfangen oder baldmöglichst damit aufhören ist die wichtigste Massnahme zur Vorbeugung von Lungenkrebs. Unsere Rauchstoppkurse helfen Ihnen dabei. www.krebsligazuerich.ch/rauchstopp

› Hautkrebs (Sonnenschutz)

UV-Strahlen sind vermeidbare Risikofaktoren für Hautkrebs. Mit unserer langfristig angelegten Sonnenschutzkampagne «Ja nicht rot werden» sensibilisieren wir Jugendliche altersgerecht zum Thema Sonnenschutz. www.janichtrotwerden.ch

› Brustkrebs

Das Brustkrebsrisiko gering halten und im Falle einer Erkrankung Brustkrebs möglichst früh erkennen. Gerne informieren wir Sie beispielsweise mit unserem begehbaren Brustmodell anschaulich zu diesem Thema.

› Darmkrebs

Darmkrebs gehört zu den häufigsten Krebserkrankungen. Wird er früh erkannt, ist er meist heilbar. Entwicklungsstufen und Früherkennungsmethoden erläutern wir Ihnen auf leicht nachvollziehbare Weise mit unserem begehbaren Darmmodell.

› Prostatakrebs

Prostatakrebs ist in der Schweiz die häufigste Krebsart bei Männern. Eine Vorbeugung gibt es bislang nicht. Wir bieten Ihnen Informationsmaterialien.

Drehscheibe für Krebsthemen

Die Krebsliga des Kantons Zürich engagiert sich in der Krebsprävention, unterstützt Betroffene und Angehörige mit vielfältigen Dienstleistungen und fördert die Krebsforschung. Wir freuen uns auf den Kontakt mit Ihnen. Krebsliga Zürich, Telefon 044 388 55 00, info@krebsligazuerich.ch,

www.krebsligazuerich.ch, Spenden: PK 80-868-5