

Kostenlos am Beauty-Workshop teilnehmen

An folgenden Daten, jeweils dienstags, findet im kommenden Jahr im Kantonsspital Graubünden ein «Look Good ... Feel Better»-Workshop statt: 25. Januar; 22. März; 31. Mai; 28. Juni; 20. September; 29. November.

Am Kurs können alle Krebspatientinnen teilnehmen, die sich einer medizinischen Behandlung unterziehen, unabhängig von der Art der Krebserkrankung. Die Teilnahme ist kostenlos. Jede Patientin erhält eine Kosmetiktasche mit Produkten, die im Workshop zum Einsatz kommen. Die insgesamt 21 Marken stellen ihre Lippenstifte, Cremes, Make ups, Lidschatten und vieles mehr umsonst zur Verfügung.

In einem Verteilzentrum in Zürich werden die Taschen für die Schweiz abgepackt und dann in die 18 Spitäler, die bei «Look good – Feel better» beteiligt sind, verteilt. «Look Good ... Feel Better» plant, das Programm auf die ganze Schweiz auszuweiten.

Weltweit wurden seit der Gründung 1989 bereits eine Million Patientinnen betreut, und die Workshops wurden an 9300 verschiedenen Orten durchgeführt. Rund 20 300 freiwillige Helfer machen bei «Look Good ... Feel Better» weltweit mit. (dni)

► «Schwerkranke ein ...»

Weitere Infos: www.lookgoodfeelbetter.ch.

Gemeinde Grüşch soll wachsen

Die Vorberatungskommission des Grossen Rates spricht sich einmütig für den Zusammenschluss der Gemeinden Grüşch, Fanas und Valzeina zur neuen Gemeinde Grüşch aus.

Die Regierung des Kantons Graubünden beantragt dem Grossen Rat in ihrer Botschaft vom 24. August 2010 den Zusammenschluss der Gemeinden Grüşch, Fanas und Valzeina zur neuen Gemeinde Grüşch. Der Zusammenschluss soll auf den 1. Januar 2011 erfolgen. Die grossräumliche Vorberatungskommission hat jetzt unter dem Präsidium von Grossrat *Maurizio Michael* dieses Geschäft zuhanden des Grossen Rates vorberaten, der es in der Dezembersession 2010 behandeln wird. An der Sitzung teilgenommen haben auch Regierungsrat *Martin Schmid* sowie die Vertreter der betroffenen Gemeinden und Kreise, wie die Ständeskanzlei mitteilt.

Die Stimmbürger von Grüşch, Fanas und Valzeina haben dem Zusammenschluss ihrer Gemeinden zur neuen Gemeinde Grüşch am 18. Juni 2010 zugestimmt. Die Vorberatungskommission des Grossen Rates hat sich vor Ort von den Gemeinde- und Behördenvertretern über das Fusionsvorhaben informieren lassen und nach einlässlicher Beratung einmütig beschlossen, dem Grossen Rat zu beantragen, den Zusammenschluss der Gemeinden Grüşch, Fanas und Valzeina zu genehmigen und den Beschluss per 1. Januar 2011 in Kraft zu setzen. Die Kommission ist überzeugt, dass es sich um eine sinnvolle Fusion handelt, welche dem Kanton Graubünden eine neue, starke Gemeinde beschert. Da die drei fusionswilligen Gemeinden nicht demselben Kreis angehören, wird der Kreis Seewis nach der Fusion in die beiden Gemeinden Fanas und Valzeina an den Kreis Schiers verlieren.

Mit dieser Fusion würden – die Zustimmung des Parlaments vorausgesetzt – am 1. Januar 2011 noch 178 Gemeinden in Graubünden bestehen. (bt)

KURZ GEMELDET

● **Knappes Ja zum Budget in Klosters:** Die Stimmberechtigten von Klosters-Serneus haben am Wochenende das Budget 2011 der Gemeinde nur knapp mit 674:541 Stimmen genehmigt. Der Steuerfuss wird mit 1180:64 Stimmen auf 90,2 Prozent belassen. Die Stimmbeteiligung lag bei 49 Prozent. Der hohe Anteil von Nein-Stimmen ist darauf zurückzuführen, dass im Voranschlag ein Defizit von 3,6 Millionen Franken resultiert. «Wir sind mit einem blauen Auge davongekommen», kommentierte der Klosterser Gemeindepräsident *Markus J. Haltiner* in einer Medienmitteilung das Abstimmungsergebnis.

STREIFLICHT

Schwerkranke ein Lächeln aufs Gesicht zaubern

Unter dem Motto «Look Good ... Feel Better» organisiert die gleichnamige Stiftung im Kantonsspital in Chur einen Schminkkurs für Krebspatientinnen. Nach zwei Stunden verlassen die von der Krankheit gezeichneten Frauen den Kurs mit einem Strahlen in den Augen.

Von Denise Erni

«Da sind ja super Produkte drin», sagt Frau S. * begeistert und packt die Kosmetiktasche mit den Pflegeprodukten aus. Frau S. ist eine von vier Frauen, die sich heute am «Look Good ... Feel Better»-Workshop im Kantonsspital Graubünden in Chur beraten lassen. Der kostenlose Kurs zeigt krebskranken Frauen, wie sie sich richtig schminken können, und wie sie sich, ihren Körper und ihre Seele trotz starker Chemotherapie, Bestrahlungen und Nebenwirkungen wie Haarausfall, trockene Haut und brüchigen Nägeln pflegen und sich etwas Gutes tun können. ««Look Good ... Feel Better» will das Selbstbewusstsein der Frauen stärken», sagt *Carolin Kiefer*, Medienverantwortliche von «Look Good ... Feel Better» (LGFB).

Inzwischen, es ist kurz vor 14.30 Uhr, haben alle Frauen ihre Tasche ausgepackt und die beiden Kosmetikerinnen *Claudia Kobel* und *Amanda Cavigelli* erklären die Produkte und führen sie Schritt für Schritt in die Kunst des Schminkens und der Hygiene ein. Da das Immunsystem der Patientinnen geschwächt ist, wird im Workshop sehr viel Wert auf die hygienischen Aspekte gelegt.

Nach der Reinigung kommt zuerst die Pflegecreme auf die Haut. «Versuchen Sie die Creme ganz sanft auf die empfindliche und beanspruchte Haut aufzutragen», rät *Kobel*. Danach gehts ans Make-up. Eine Frau im Kurs zögert et-



Gemeinsam statt einsam: Im «Look Good ... Feel Better»-Workshop lernen die Krebspatientinnen Frauen mit dem gleichen Schicksal kennen. (Foto Mai Duong)

was in Angesicht der getönten Creme, versucht es aber dennoch und sieht sich nach dem Auftragen begeistert im Spiegel an. «Schön siehts aus», freut sich *Cavigelli*, und auch die Dame selber strahlt.

In 20 Ländern aktiv

LGFB stammt aus Amerika, wo es 1989 von der Kosmetikbranche ins Leben gerufen wurde. «Bis heute beteiligen sich 20 Länder weltweit am Projekt, seit 2005 ist die Schweiz dabei», erzählt *Kiefer*. Bisher werden die Workshops in 18 Spitälern schweizweit angeboten. Teilnehmen kann jede Frau, die von Krebs betroffen und in medizinischer Behandlung ist. «Mit der Wahl der Spitäler möchten wir ein möglichst grosses Einzugsgebiet abdecken», sagt *Kiefer*. In den vergangenen fünf Jahren wurden in der Schweiz mehr als 2600 Patientinnen in über 380 Beauty-Workshops beraten.

Schönheit im Vordergrund

Im Schulungsraum im siebten Stock des Spitals sind die vier

Frauen nun damit beschäftigt, ihre Augenbrauen, die teilweise durch die starke Chemotherapie ausgefallen sind, nachzuzeichnen. «Machen Sie kleine Striche, einen nach dem anderen», sagt *Amanda Cavigelli* und hilft einer Frau. «Ist es nicht zu dunkel?» fragt *Frau S.* und betrachtet sich im Spiegel. «Gut siehts aus», kommt es von *Profi Cavigelli* zurück.

Die selbstständige Kosmetikerin aus Chur ist seit Beginn von LGFB in Graubünden im Jahr 2006 mit von der Partie. «Ich wurde angefragt und habe sofort zugesagt», blickt sie zurück. «Ich finde das Projekt eine gute Sache, und es macht Freude, den Frauen etwas Gutes zu tun.» Manchmal würden einem aber die Schicksale schon sehr nahe gehen, betont *Cavigelli*, und ihre Kollegin *Claudia Kobel* nickt.

Vier Kosmetikerinnen gehören zum Bündner Team. Sie alle geben diese Kurse auf freiwilliger Basis. «Es macht Spass, den Frauen Freude zu schenken. Manchmal eine sagt, es sei für sie wie Weihnachten», erzählt *Kobel*, die seit

einem Jahr bei LGFB dabei ist. Neben dem Verschönern gehört aber auch der Austausch der Frauen untereinander dazu. Sie erzählen von ihren Erfahrungen mit der Krankheit und machen einander Mut. «Die Stimmung unter den Frauen ist immer sehr gut und nie bedrückt», erzählt *Cavigelli*.

Ein Lächeln, das Kraft gibt

Kurz vor 16 Uhr gehts ans Auftragen des Lippenstifts. Begeistert packen die Frauen den Stift aus und färben behutsam ihre Lippen. «Ich sehe eine so schöne Frau», strahlt eine der Patientinnen, als sie sich im Spiegel erblickt. «Wir sollten heute Abend alle noch in den Ausgang gehen», strahlt *Frau S.*

Nach zwei Stunden ist der Kurs vorbei, das Ziel von «Look Good ... Feel Better» ist erreicht. «Wir zaubern ein Lächeln auf ihr Gesicht», so die Philosophie. Ein Lächeln, das Kraft gibt für weitere schwere Tage und Therapien, bei denen die Schönheit zu kurz kommt.

*Name der Redaktion bekannt.

Zizers

Wohnhaus für Demente entsteht

Gestern Nachmittag hat der Spatenstich zum Neubau für eine Dementenabteilung des Pflegeheims Däscher in Zizers stattgefunden. Es entsteht ein nachhaltiger Holzbau.

Das private Alterswohn- und Pflegeheim Däscher steht allen Pensionärinnen und Pensionären offen. Die baulichen Voraussetzungen und die Betriebsstruktur sollen gesunden bis schwerst pflegebedürftigen Menschen ein persönliches Zuhause sein. Differenzierte und den Bedürfnissen angepasste Dienstleistungen gehören laut Mitteilung seit der Eröffnung 1994 zum Standard. Die Pflege und Betreuung in allen Pflegestufen wird in den Einzerräumen und den Wohnungen bereitgestellt. Damit die

anspruchsvollen Leistungsvorgaben auch in Zukunft umgesetzt werden können ist ein Neubau mit Pilotcharakter projektiert worden.

Im neuen Haus «Verbena» entsteht Wohn- und Lebensraum für sieben betagte Menschen mit Demenzerkrankung. Gleichzeitig wird die

Infrastruktur vom bestehenden Wohnheim mit einem Anbau erweitert. Den Architekturwettbewerb gewannen die Architekten *Vincenzo Cangemi* und *Adriano Tettamanti*.

Minergie-Eco-Standard

Mit einer Materialisierung in Holzbauweise wird einerseits der Grundrissflexibilität Rechnung getragen. Andererseits sollen Wärme und Offenheit ausgestrahlt werden, das Wohnen in diesen Räumen soll angenehm sein, heisst es in einer Mitteilung. Es entsteht ein nachhaltiger und kompakter Holzbau, der die kantonalen Ressourcen der Holzbearbeitung ausschöpft und dem Minergie-Eco-Standard entspricht. Das Projekt bringt die betrieblichen und nachhaltigen Aspekte mit einer hohen architektonischen Qualität in Einklang. (bt)



Hell und freundlich: So soll der Innenraum des neuen Holzkubus dereinst aussehen. (zVg)