

Die Stiftung «Look Good... Feel Better» zeigt krebserkrankten Frauen, was sie kosmetisch gegen die Spuren des Krebses unternehmen können.

Schminken FÜRS LEBEN

An den **Beauty-Kursen** der Stiftung «Look Good...Feel Better» lernen krebserkrankte Frauen, wie sie ausgefallene Wimpern ersetzen, Augenringe beseitigen und ihre Haut zum Leuchten bringen. Die Teilnehmerinnen gewinnen so mehr Selbstvertrauen und manchmal auch gleichgesinnte Freundinnen.

Text Saskia van Wijnkoop Fotos Susanne Keller

«Der Beauty-Workshop gibt mir die Sicherheit, dass ich auch **etwas aus mir machen** kann, wenn es mir nicht so gut geht.» Erika Bracher

Mit hohen Fenstern, einigen Bürotischen und Stühlen ausgestattet, in grauen Sichtbeton gekleidet: Der Schulungsraum Nummer B312 in der Berner Frauenklinik strahlt schmucklose Nüchternheit aus. Sieben Krebserkrankte haben an den u-förmig zusammengestellten Tischen nebeneinander Platz genommen und warten still, keine sagt ein Wort. Die meisten scheinen sich nicht zu kennen. Was sie verbindet, ist ihre Krankheit – der Krebs, den jede in einer anderen Form getroffen hat. Das beklemmende Schweigen wird erst durchbrochen, als eine der drei Kosmetikerinnen der Stiftung «Look Good...Feel Better» jeder Frau ein Geschenkesset überreicht. Die Kursteilnehmerinnen öffnen es sofort, schälen Gesichtscrèmes aus den Verpackungen, schnuppern an Körperlotions und drehen Lippenstifte auf. Erste kleine Gespräche kommen in Gang. Die Frauen lernen während des zweistündigen Beauty-Workshops, was sie kosmetisch gegen die Spuren ihrer Krebsbehandlungen unternehmen können.

Wimpern durch Lidstrich ersetzen

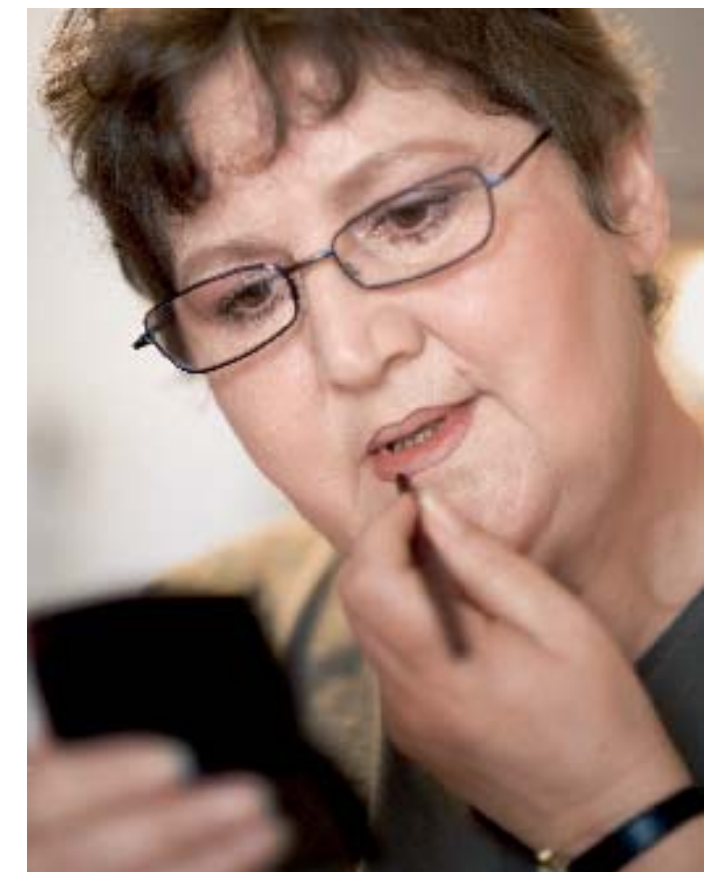
Besondere Aufmerksamkeit widmet Cécile Pugin, Teamleiterin der Beautyworkshops am Inselspital Bern, der Reinigung und Pflege: Hygiene sei wichtig für Frauen, deren Immunsystem durch Chemo- oder Bestrahlungstherapien geschwächt ist, aber auch eine gut befeuchtende Pflege: «Empfehlenswert sind Reinigungsprodukte ohne Seife, alkoholfreie Tonics und Feuchtigkeit spendende Crèmes.» Ausserdem zeigen die Kosmetikerinnen, wie ausgefallene Augenbrauhaare mit einem Brauenstift nachgemalt und fehlende

Wimpern durch einen präzise gezogenen Lidstrich ersetzt werden können.

Auch an schlechten Tagen schön

Den perfekten Lidstrich zu ziehen ist eine hohe Kunst: Die Frauen setzen das winzige Pinselchen an ihrem oberen Augenlidrand an und versuchen einen ebenmässigen Bogen zu ziehen, jede hochkonzentriert in

den eigenen Kosmetikspiegel blickend. Für die meisten ist es das erste Mal im Leben, nicht aber für die 52-jährige Erika Bracher, die den Workshop bereits ein Jahr zuvor besucht hat: «Diesen Trick mit dem Lidstrich habe ich letztes Jahr jeden Tag angewendet, und niemand hat jemals bemerkt, dass mir alle Wimpern ausgefallen waren», erklärt sie den Neulingen stolz. ►►



Erika Bracher besucht den Schminkkurs für Krebserkrankte in der Frauenklinik in Bern bereits zum zweiten Mal.

«Das Rot des Lippenstifts bedeutet für mich auch: **Auf in den Kampf**, ich will leben und habe noch viel vor.» Annette Sigron



Für Annette Sigron ist es wichtig, dass sie aktiv etwas an sich verändern kann, nachdem der Krebs ungefragt ihr Leben auf den Kopf gestellt hat.



Cécile Pugin, links, Teamleiterin der Beauty-Workshops am Inselspital in Bern, gibt den Teilnehmerinnen praktische Schmink- und Pflegetipps.

ziehende Mutter hatte ihrem zwölfjährigen Sohn und ihrer neunjährigen Tochter vor ein paar Wochen bäuchlings aus dem Buch «Tintenherz» vorgelesen, als sie in der rechten Brust eine Veränderung spürte: «Da waren zwei erbsenartige Knötchen, die irgendwie nicht zu mir gehörten.» Die Untersuchungen, die folgten, waren eindeutig: Annette Sigron hatte Brustkrebs, die rechte Brust wurde ganz entfernt. Nun geht Annette Sigron zur Chemotherapie, aber auch in den Beauty-Workshop: «Mich zu schminken hat Symbolkraft – nachdem der Krebs mein Leben ungefragt auf den Kopf gestellt hat, will ich jetzt aktiv etwas an mir verändern.» Sagts und trägt resolut knallroten Lippenstift auf: «Das Rot bedeutet für mich auch: Auf in den Kampf, ich will leben und habe noch viel vor.» ■

ANZEIGE

Erika Bracher, Pflegehelferin aus Utzigen im Kanton Bern, ist eine lebhaftige Frau mit einem ansteckend herzlichen Lachen und einer grossen Portion Selbstironie. Im Gegensatz zu den meisten anderen Kursteilnehmerinnen trägt sie keine Perücke, sondern – wie sie sagt – rund die Hälfte ihres ursprünglich sehr dichten Haarschopfs, kunstvoll teupiert.

Erika Bracher hat vor anderthalb Jahren die Diagnose Eierstockkrebs erhalten. Nach erfolgreicher Therapie wurden im letzten Herbst erneut Krebszellen in ihrem Bauch entdeckt, die nun abermals mit zahlreichen Chemotherapiesitzungen behandelt werden: «Dieser Beauty-Work-

shop gibt mir wieder die Sicherheit, dass ich auch dann noch etwas aus mir machen kann, wenn es mir nicht so gut geht.» Die übrigen Kursteilnehmerinnen nicken zustimmend: Aus den Spiegeln schauen ihnen ihre samtig gepflegten, dank Makeup, Puder und Lippenstift frisch leuchtenden Gesichter entgegen.

Sich selber wertschätzen

Die Tür des Schulungsraums geht auf, eine Frau streckt ihren gekrauten Kopf herein: «Wie schön ihr ausseht!» Es ist die 46-jährige Monika Biedermann, sie arbeitet als «Breast and Cancer Care Nurse». Als Ansprechperson für krebserkrankte Patien-

tinnen in der Frauenklinik in Bern berät und begleitet sie die Frauen von der Diagnose an, auch bei Haarverlust und verändertem Aussehen. Monika Biedermann empfiehlt den «Look Good... Feel Better»-Kurs eindringlich: «Er ist eine Gelegenheit für die Frauen, etwas für sich selber zu tun, sich selber wertzuschätzen und manchmal sogar Freundinnen zu finden.» Allerdings gebe es auch Frauen, die schwer krank seien und blendend aussähen: «Für sie kann es zum Problem werden, wenn man ihnen die Krankheit nicht ansieht und die übliche Leistungsfähigkeit von ihnen erwartet.»

Symbolkraft des Schminkens

Annette Sigron ist zwischen den ganz jungen und den eindeutig älteren Kursteilnehmerinnen die einzige Mittvierzigerin. Die Haare fallen ihr zwar bereits büschelweise aus, und der Coiffeur hat ihr letzte Woche ihre lange, dunkle Haarpracht zur raspelkurzen Kurzhaarfrisur gestutzt. Eine Perücke hat die 45-Jährige aus Bern auch schon, trägt sie aber nicht. Die allein er-

Schminkkurse für Krebspatientinnen

«Look Good... Feel Better» ist ein karitatives Engagement der Schweizer Kosmetikbranche und bietet Krebspatientinnen, die sich einer medizinischen Behandlung unterziehen, kostenlose Beauty-Work-

shops an. Diese richten sich an alle Krebspatientinnen, unabhängig von ihrer Erkrankung und von der Klinik, in der sie sich behandeln lassen. Die Workshops finden an 16 Spitälern der Schweiz meist monatlich

statt. Die Kurse sollen das Selbstvertrauen und Selbstwertgefühl der Frauen stärken und den Austausch mit anderen Betroffenen fördern. Informationen unter 043 243 03 35 oder www.lgfb.ch

muba

Noch mehr Neuheiten.

Die grösste Erlebnismesse der Schweiz freut sich über vielfältigen Zuwachs: noch mehr Mode, noch mehr Swissness, noch mehr Einkaufen. Zu den absoluten Highlights zählen die Sonderausstellung «Herkunft Schweiz», die Kocharena, die Kunstausstellung – und die Gastregion Luzern.



5. – 14. Februar 2010
Messe Basel | 10 bis 18 Uhr | www.muba.ch

SBB CFF FFS
RailAway-Kombi

