

Selbst+Wert+Gefühl

Blick in den Spiegel und ... lächeln

Gut aussehen bewirkt, sich besser zu fühlen. Impressionen eines schönen Wohlfühlnachmittags im USB.



Wie sieht es in einer Krebspatientin aus? Das kann nur wissen, wer es selbst erfahren hat. Tatsache ist, dass die Krankheit und die damit verbundene Therapie sowohl Körper als auch Psyche beeinflussen. Die äussere Erscheinung wird in Mitleidenschaft gezogen. Das ist für Frauen häufig besonders schwierig anzunehmen. Das Selbstwertgefühl nimmt ab. Den Betroffenen zu einem besseren Grundgefühl zu verhelfen, ist das erklärte Ziel der Workshops von LOOK GOOD... FEEL BETTER, die bereits von 850 000 Krebspatientinnen in 18 Ländern besucht worden sind. Im USB finden seit 2005 regelmässig solche unentgeltlichen Workshops statt. Ein Angebot, das auch Ärztinnen/Ärzte und Pflegende überzeugt. Sie empfehlen es deshalb gerne Frauen, die mit der Diagnose Krebs leben.

«Auch wenn Schönheit von innen kommt, so bewirkt doch «schön aussehen» Wohlbefinden und unterstützt somit die innere Schönheit.» Mit diesem markanten Satz beschreibt eine Krebspatientin ihre Stimmung nach dem Workshopbesuch. Für die innere Schönheit lässt sich durchaus etwas tun, was beim äusserlichen Schönsein beginnen kann.

Schauplatz USB

Der Schönheitsworkshop kann beginnen. Alles ist liebevoll vorbereitet. Zwei aufgestellte Kosmetikerinnen begrüssen die sechs Teilnehmerinnen. Rasch ist die Stimmung heiter. Spiegel, Watte, Kosmetiktücher sind bereit. Es entsteht ein Wundertüteneffekt, als die Teilnehmerinnen ihre Geschenk Taschen mit verschiedenen Pflege- und Make-up-Produkten auszupacken beginnen. Sie sind alle vom Feinsten, in Originalgrösse und von den Kosmetikfirmen kostenlos zur Verfügung gestellt. Was frau über die Hautpflege wissen sollte, wie Reinigungs lotion, Fond de teint, Puder, Eye-Liner, Lippenstift usw. angewendet werden, das zeigen die beiden erfahrenen Kosmetikerinnen liebevoll Schritt für Schritt und mit praktischen Tipps. Die Teilnehmerinnen lernen dabei, selber mit den Produkten zu arbeiten. Die Kosmetikerinnen bringen viel Erfahrung mit. Ein professioneller Kurs mit persönlichem Touch.

Jetzt, Blick in den Spiegel: Konzentriert geht's ans Werk. Schon nach kurzer Zeit ist Veränderung spürbar, rein atmosphärisch. Die Frauen scheinen sich miteinander wohl zu fühlen, blicken sich gegenseitig fragend an: «Schön so?» «Sehr schön!» Sie reagieren aufeinander, kommen ins Gespräch. Für den Moment sind die Sorgen, die sie alle als Krebspatientinnen haben, in den Hin-

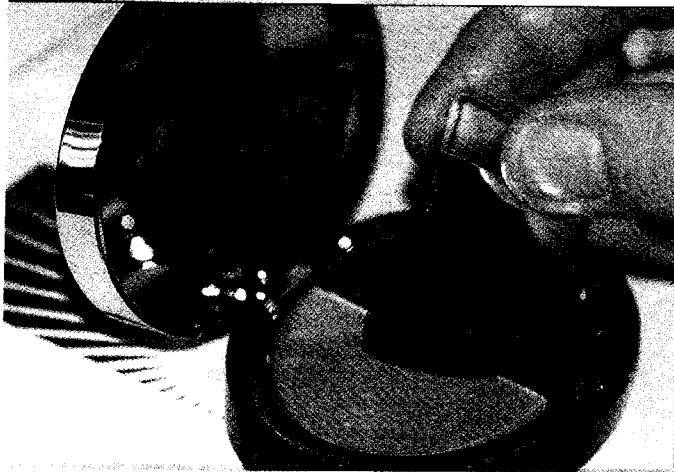
tergrund getreten. Der Schminkkurs ist eine willkommene Abwechslung: «Ich kann wieder Frau sein, nicht immer Patientin.»

An diesem Schönheitsnachmittag im USB sind für einmal die beiden Kosmetikerinnen mit den Teilnehmerinnen nicht völlig unter sich. Text und Bild sollen für die Mitarbeiterzeitung des USB entstehen. Das ist eine besondere Situation und könnte heikel sein. Jedoch selbst die Idee der USB-Fotografin, Daniela Pfister, eine Vorher-Nachher-Aufnahme jeder Teilnehmerin zu machen, kommt gut an. Dadurch erleben sie bildnah ihre ganz persönliche

Von Gina Hillbert

Wandlung, die Veränderung ihres gesamten Gesichtsausdrucks. Die Frauen sehen gut aus. Es hagelt Komplimente von allen Seiten. Ganz offensichtlich fühlen sie sich auch besser. Das Lächeln in die Kamera wirkt natürlich. Das freut sowohl die Kosmetikerinnen von LOOK GOOD ... FEEL BETTER als auch die USB-Pflegefachfrau Nadine Nickler, die zum Ende des Workshops erscheint: «Ich komme jedes Mal gerne kurz vor Schluss dazu, weil das Vorher-Nachher einfach immer wieder so eindrücklich ist. Wir bekommen oft nach Monaten noch Dankesmeldungen von den Patientinnen. Diese Workshops sind ein voller Erfolg.»

Als es nach zwei Stunden ans Verabschieden geht, wünschen wir uns, dass dieses Lächeln auf den Gesichtern der Frauen nachhaltig sei und weiter wirken möge. Der Slogan von LOOK GOOD ... FEEL BETTER «Wir zaubern ein Lächeln auf Ihr Gesicht» ist wahrhaft kein leeres Versprechen. Das Lächeln kommt von innen. Es ist beinahe ein Strahlen.



Die Stimmen von innen:

«Es war ein besonderes Erlebnis. Ich werde es morgen zuhause genauso üben.»

«Es tat gut, mit Frauen zusammen zu sein, die ähnliche Sorgen und Ängste haben.»

«Danke schön für die zwei wunderbaren, lehrreichen Stunden. Super war das ganze Team.»

«Herzlichen Dank für diese Gelegenheit, all die kleinen Tipps und Tricks zu lernen. Ich werde den Kurs gerne weiterempfehlen.»

«Herzlichen Dank für die liebe Betreuung. Es tut auch der Seele gut.»

«Wir haben mit wenig Mitteln gute, erfrischende Effekte erzielt und haben viel gelacht.»

«Dieser Kurs hat mir sehr viel Spass gemacht, vor allem nach so langer Leidenszeit. Bin 50 Jahre und habe so was mir selbst nie gegönnt. Vielen Dank für die grossartige Betreuung und die aufmerksame Darbietung.»



Die beiden Kosmetikerinnen sind nicht nur professionell in ihrem Fach, sondern Profis im Umgang mit Menschen. Erika Baumann, links im Bild, über ihre Motivation: «Ich war selbst schon mal betroffen. Ich hatte Brustkrebs. Heute geht es mir gut. Als sich mir die Gelegenheit bot, mich als ehrenamtliche Kosmetikerin für das Programm LOOK GOOD ... FEEL BETTER zu engagieren, war für mich klar: Ich will dadurch etwas zurückgeben. Das Schöne daran ist zudem, dass ich jedes Mal enorm viel von den Teilnehmerinnen zurückbekomme.»

«Das Schönste an diesem Einsatz ist es, zu spüren, dass man damit Menschen unterstützen kann, denen es psychisch nicht so gut geht», so Marie-José Spies, rechts im Bild.

Eine Woche später. Eine Teilnehmerin meldet sich telefonisch und berichtet: «Am Kurs habe ich gemerkt, dass man den anderen Frauen die Krankheit nicht ansieht. Also sieht man sie mir auch nicht an. Das tut gut. Ich habe mich mit meinen Gedanken nicht alleine gefühlt. Zwar war keine Zeit, miteinander über die Krankheit zu sprechen, aber das war auch nicht nötig. Wir hatten es einfach gut miteinander. Als ich nach Hause kam, waren die Kinder begeistert von meinem Aussehen.» Zum Foto aus dem Kurs, das ihr das USB zugeschickt hat, sagt sie spontan: «Ich habe schon lange kein so schönes Foto mehr von mir gehabt!»

Info

Die Stiftung LOOK GOOD...FEEL BETTER wurde 1989 gegründet. Sie versteht sich als karitatives Projekt der Kosmetikindustrie. Das Angebot für Patientinnen wird über die Kontaktpersonen der Krebshilfe im Netzwerk der medizinischen Versorgung verbreitet. Ärzte/Ärztinnen, Pflegepersonal, Sozialarbeiter informieren wiederum Patientinnen.

Die unentgeltlichen und ehrenamtlich von professionellen Kosmetikerinnen geleiteten Workshops gibt es in 2500 Spitälern und Krebskliniken, in 18 Ländern. Bisher haben 850'000 Krebspatientinnen teilgenommen. Das Programm greift nicht in die medizinische Behandlung ein und ist markenneutral. Der grosse Erfolg des Programms ist u.a. der ausgezeichneten Zusammenarbeit mit den Partnerspitälern, den Ärzten und Pflegenden zu verdanken.

Auskünfte und Daten der Workshops am USB unter www.lgfb.ch