

## Uiterlijke verzorging voor mensen met kanker

### Inleiding

Deze brochure geeft u informatie over de workshop 'Look Good...Feel Better', die in samenwerking met het Elkerliek ziekenhuis, inloophuis De Cirkel in Helmond, inloophuis De Eik in Eindhoven en stichting Look Good...Feel Better wordt georganiseerd.

### Waarom deze workshop

Naast de lichamelijke en emotionele problemen die kanker met zich mee kan brengen, kan ook uw uiterlijk behoorlijk veranderen. Soms door de ziekte zelf, soms door de behandeling.

Veel gehoorde vragen en klachten zijn bijvoorbeeld:

"Mijn huid is schilferig en zeer droog geworden, hoe kan ik dit het beste behandelen?"

"Door chemotherapie is mijn haar broos en dun geworden, wat kan ik hier aan doen?"

"Hoe krijg ik meer uitdrukking op mijn gezicht, nu ik geen wenkbrauwen meer heb?"

Vaak zijn met eenvoudige tips en adviezen veel van de klachten te verbeteren of te camoufleren.

De ervaring leert dat een goed verzorgd uiterlijk ook meteen een beter gevoel geeft.

Daarom wordt de workshop 'Look Good...Feel Better' georganiseerd.

### Workshop

Tijdens de workshop krijgt u tips en adviezen over de verzorging van uw huid en make-up aan de hand van een '12 stappenplan'.

Vervolgens gaat u zelf aan de slag met speciaal voor deze workshop beschikbaar gestelde

huidverzorgingsproducten. Na afloop van de workshop krijgt u een voor u samengesteld 'productentasje' en een 'stap voor stap instructieboekje' mee naar huis.



De workshop wordt geleid door een speciaal opgeleid ervaren schoonheidsspecialist. Daarnaast zijn ook een haarwerker en een aantal (getrainde) assistenten aanwezig.



### Voor wie

De workshop is bestemd voor mensen met kanker, zowel mannen als vrouwen, tijdens en/of (recent) na hun behandeling.

Hoewel bijna alle activiteiten van de inloophuizen ook voor naasten toegankelijk zijn, kunnen zij bij deze workshop niet aanwezig zijn.

'Wegbrengers' worden hartelijk ontvangen, krijgen koffie en/of thee en kunnen rustig wachten of een wandeling maken.

Veel mensen die aan een workshop hebben deelgenomen zeggen hier veel aan gehad te hebben. "Niet alleen aan de praktische tips, maar naast de zorgen en onzekerheden die er zijn, gebeurt er ook iets positiefs. Dat doet goed".

U kunt de workshop in principe volgen naast uw medische behandeling.

## Waar en wanneer

De workshop vindt 1x per maand op **maandag** plaats in inloophuis De Cirkel in Helmond, of in inloophuis de Eik in Eindhoven, **van 10.00 tot 12.00 uur**.

U kunt zelf aangeven welke dag u het beste schikt (zie het overzicht met data en locaties). Het kan zijn dat de workshop op de datum van uw keuze is volgeboekt; u kunt dan voor een andere datum kiezen.

Aan deelname zijn geen kosten verbonden. U krijgt de workshop aangeboden door het Elkerliek ziekenhuis.

Indien u niet over vervoer beschikt, wordt naar een passende oplossing gezocht.

## Hoe maakt u een afspraak

U kunt zich aanmelden voor de datum van uw keuze bij het inloophuis waar op die datum de workshop wordt gehouden.

Inloophuis De Cirkel  
Piet Heinstraat 59  
5703 AK Helmond  
Tel. 0492 – 34 79 04

Inloophuis De Eik  
Aalsterweg 285 B  
5644 RE Eindhoven  
Tel. 040 – 293 91 42

E-mail: [info@inloophuisdecirkel.nl](mailto:info@inloophuisdecirkel.nl) E-mail: [info@inloophuis-de-eik.nl](mailto:info@inloophuis-de-eik.nl).

Noteer de afspraak op de tegoedbon op bladzijde 3 en op bladzijde 4 onder het kopje 'Afspraak workshop'.

De tegoedbon (bladzijde 5) dient u op de dag van de workshop in te leveren bij het inloophuis.

## Data workshop voor 2014

Datum	Inloophuis	Datum	Inloophuis
27 januari	de Eik	7 juli	de Eik
10 maart	de Eik	22 september	de Eik
24 maart	de Cirkel	29 september	de Cirkel
14 april	de Eik	3 november	de Eik
26 mei	de Eik	8 december	de Cirkel
16 juni	de Cirkel	15 december	de Eik

## Stichting Look Good...Feel Better

De Stichting Look Good...Feel Better biedt ziekenhuizen de mogelijkheid een workshop aan te bieden aan patiënten. Tevens geeft de Stichting de patiëntenfolder "Uiterlijke verzorging van mensen met kanker" uit.

Voor meer informatie over de Stichting kunt u kijken op de website:

[www.lookgoodfeelbetter.nl](http://www.lookgoodfeelbetter.nl).

Hier vindt u tevens praktische tips voor uw uiterlijke verzorging.

Het programma van Look Good...Feel Better is productneutraal (niet merkgebonden), het is kosteloos voor patiënten en heeft geen invloed op de medische zorg.

## Tenslotte

De workshop is mede mogelijk gemaakt door de vrijwilligers die zich belangeloos voor het programma inzetten.

De Stichting is dank verschuldigd aan degenen die met schenking van hun producten deze workshop mogelijk maken.

## Ervaringen deelnemers

Opmerkingen van vorige keren zijn:

- Iedereen die aan de workshop deelneemt is enthousiast over de tips en adviezen.
- De aanwezigheid van de haarwerker wordt ervaren als een goede aanvulling op het programma.
- Het lotgenotencontact geeft steun en gezelligheid.
- De workshops zijn een waardevolle aanvulling:
- “Het was geweldig, Super!
- “Erg leuk dat dit aangeboden wordt.”

## Foto's voor en na



## Tegoebon voor de workshop ‘Look Good...Feel Better’

Het Elkerliek ziekenhuis biedt u,  
in samenwerking met  
de inloophuizen De Cirkel en de Eik en  
de stichting Look Good...Feel Better, deze workshop aan.

☞ hierlangs afknippen

Ruimte voor het ponsplaatje

Namens het Elkerliek ziekenhuis aangeboden door:

Naam en handtekening: .....

De workshop vindt, in overleg met het inloophuis, plaats op

Maandag : ..... van 10.00 – 12.00 uur

## Afspraak workshop

Noteer hier uw afspraak voor de workshop die u in overleg met het inloophuis van uw keuze heeft gemaakt.

De workshop vindt plaats op maandag : .....van 10.00 – 12.00 uur

(invullen na overleg met inloophuis De Cirkel of inloophuis de Eik)

De tegoedbon op bladzijde 3 moet u inleveren bij het inloophuis op de dag van de workshop.



## Evaluatie voorlichting

Bent u van mening dat in deze folder bepaalde informatie ontbreekt, onduidelijk of onjuist is, dan horen wij dit graag.

U kunt dit aangeven bij het Patiëntenvoorlichtingsbureau.

## Telefoonnummers en adressen

Inloophuis De Cirkel

T: 0492 – 34 79 04  
E: [info@inloophuisdecirkel.nl](mailto:info@inloophuisdecirkel.nl)

Inloophuis de Eik

T: 040 – 293 91 42  
E: [info@inloophuis-de-eik.nl](mailto:info@inloophuis-de-eik.nl)

Stichting Look Good ... Feel Better

I: [www.lookgoodfeelbetter.nl](http://www.lookgoodfeelbetter.nl)

Patiëntenvoorlichting

T: 0492 – 59 51 02  
E: [pvb@elkerliek.nl](mailto:pvb@elkerliek.nl)

Elkerliek ziekenhuis  
[www.elkerliek.nl](http://www.elkerliek.nl)  
[voorlichting@elkerliek.nl](mailto:voorlichting@elkerliek.nl)

Locatie Helmond  
Wesselmanlaan 25  
5707 HA Helmond

Locatie Deurne  
Dunantweg 16  
5751 CB Deurne

Locatie Gemert  
Julianastraat 2  
5421 DB Gemert