

Als je gezond bent, wil je er graag goed uitzien. “En dat geldt ook als je kanker hebt”, stelt Heleen Tuunter. “Ik vond het niet prettig dat ik kaal werd, ineens kon iedereen zien dat ik kanker had. Ik werd nog meer een patiënt.” Inmiddels kent ze veel tips om wat minder als een patiënt over straat te gaan, mede dankzij de workshop Look Good Feel Better.

Jubileum workshop
voor kankerpatiënten

Look Good Feel Better Ook als je ziek bent

Wat doe je als je heel bleek bent door de chemokuur? Met welke verzorging wordt je huid minder rood of schilferig? De deelnemers aan de workshop Look Good Feel Better luisteren aandachtig naar schoonheidsspecialiste Sonja Schouten. Al acht jaar adviseert zij mensen die (door een chemokuur) er ziek uitzien. Sonja helpt deze mensen om er beter uit te zien. Sylvia te Kieftte van 4 Your Hair vertelt even later over haarwerken en de vele mogelijkheden met sjaals en mutsjes.

“Eigenlijk is je eigen keuze (om wel of niet mee te doen aan de workshop) al zo belangrijk”, vindt Heleen. “Alles wat je doet, doe je namelijk om beter te worden. Daarin heb je niet echt een keuze, want je wilt beter worden! Of op zijn minst je leven verlenen. Als patiënt word je enorm geleefd. Je gaat van afspraak naar afspraak. Deze workshop is gewoon leuk. Puur verwennerij.”

De workshop (die al vijfde jaar mogelijk wordt gemaakt door de stichting Roparun) is meteen een ontmoetingsplek voor lotgenoten. Er is ruimte voor een lach en een traan, hoewel (volgens de vrijwilligsters Sonja en Sylvia) vooral de positieve stemming

“Deze workshop is gewoon leuk. Puur verwennerij.”

overheerst. “Deze positieve toon wordt eigenlijk meteen gezet als voor elke deelnemer bij binnenkomst een toilettas met allerlei verzorgingsproducten klaar staat. Daarmee kunnen ze zelf aan de slag en dat is positief.” “En tijdens de workshop wissel

je ervaringen uit”, vertelt Heleen. “Hoe was het voor jou toen je eerste haren uitvielen? Ook heb ik foto’s laten maken toen Sylvia mijn haren afschoor. En ook op andere momenten. Die foto’s geven mij enorm veel steun. Maar voor elke persoon is het weer anders. Toen ik tijdens de workshop mijn haarwerk afdeed, merkte ik bijvoorbeeld hoe gevoelig dat ook onder lotgenoten nog ligt. Uiterlijk heeft gewoon zoveel impact.” ♦

Meer info op www.gelreziekenhuizen/workshops-look-good-feel-better!



V.I.n.r. Sonja Schouten, Heleen Tuunter en Sylvia te Kieftte