Alrijne ziekenhuis

Interne Geneeskunde

Workshop Look good, feel better

Tips en adviezen voor uiterlijke verzorging voor mensen met kanker

Contactgegevens Alrijne Ziekenhuis

Alrijne Ziekenhuis Leiden
Houtlaan 55
2334 CK Leiden
071 517 8178

Alrijne Ziekenhuis Leiderdorp
Simon Smitweg 1
2353 GA Leiderdorp
071 582 8282

Alrijne Ziekenhuis Alphen aan den Rijn
Meteoorlaan 4
2401 WC Alphen aan den Rijn
0172 467 467

www.alrijne.nl

Deze folder geeft u informatie over de workshop 'Look Good...Feel Better'. Deze workshop wordt aangeboden in Alrijne Ziekenhuis op de locatie Leiden.

Waarom deze workshops?

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:
"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 deze klachten te verbeteren of te camoufleren. De ervaring leert dat een goed verzorgd uiterlijk ook meteen een beter gevoel geeft. Daarom organiseert de stichting 'Look Good..Feel Better' workshops die zij in samenwerking met ziekenhuizen aanbieden aan patiënten.





De workshops

Tijdens een 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.
Daarnaast is er ook een haarwerker aanwezig die een presentatie geeft over de aanschaf, het gebruik en het onderhoud van haarwerken en alternatieven voor haarwerken zoals mutsjes en shawls. De workshop wordt geleid door een ervaren schoonheidsspecialist. Verder zijn er ook een aantal (getrainde) vrijwilligers aanwezig.

Voor wie?

De workshops zijn bestemd voor mensen met kanker, zowel mannen als vrouwen, tijdens en/of (recent) na hun behandeling. Voor beiden zijn de verzorging van gezicht, lichaam, handen en nagels belangrijk. Het make-upgedeelte is een keuzeonderdeel dat vooral voor vrouwen is bedoeld.

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

Waar en wanneer?
De workshops vinden plaats in Alrijne Ziekenhuis op de locatie in Leiden. De exacte data zijn bekend op de afdeling waar de behandeling met chemotherapie gegeven wordt en kunt u terugvinden op de website van Alrijne Ziekenhuis: www.alrijne.nl. Aan deelname zijn geen kosten verbonden.

Hoe meldt u zich aan?
U kunt zich aanmelden op eigen initiatief of op advies van uw arts of verpleegkundige. Aanmelden doet u bij voorkeur via e-mail: mammacare@alrijne.nl of telefonisch bij de casemanagers mammacare van maandag t/m vrijdag tussen 09.15 en 15.30 uur, 071 582 8497.
U krijgt per e-mail of schriftelijk een bevestiging van deelname.

Informatie over de stichting
De stichting 'Look Good..Feel Better' biedt ziekenhuizen de mogelijkheid workshops aan te bieden aan patiënten. Ook geeft de stichting de patiëntenfolder 'Uiterlijke verzorging van mensen met kanker' uit.

look good **feel better**
UITERLIJKE VERZORGING BIJ KANKER

Voor meer informatie over de stichting kunt u kijken op de website: www.lookgoodfeelbetter.nl Hier vindt u tevens praktische tips voor uw uiterlijke verzorging.

Het programma van 'Look Good..Feel Better' is niet merkgebonden, het is kostenvrij voor patiënten en heeft geen nadelige invloed op de medische zorg.

Tot slot
De workshops worden mede mogelijk gemaakt door de vrijwilligers die zich belangeloos voor het programma inzetten. De stichting is dank verschuldigd aan degenen die voor deze workshops hun producten aan de stichting schenken.



