

## Workshops Look Good Feel Better

Deze brochure geeft u informatie over de workshops Look Good...Feel Better in Amphia.

### 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 bijvoorbeeld:

- “Mijn huid is schilferig en heel 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?”

Met eenvoudige tips en adviezen zijn veel van de klachten te verminderen of te camoufleren. De ervaring leert dat een goed verzorgd uiterlijk ook meteen een beter gevoel geeft. Daarom worden de workshops Look Good...Feel Better in Amphia georganiseerd.

### Workshops

Tijdens een workshop krijgt u in een ontspannen sfeer professionele adviezen over huid- en haarverzorging. Speciaal getrainde schoonheidsspecialisten en visagisten laten in 12 stappen zien op welke manier u uw huid het beste kunt verzorgen en welke make-up het beste bij u past. Hiermee gaat u direct zelf aan de slag. Een haarwerker/ kapper laat zien welke mogelijkheden pruiken bieden en er is gelegenheid te experimenteren met sjaals en andere alternatieven. De workshop duurt twee uur en is voor u als deelnemer gratis. Na de workshop krijgt u een tasje met cosmeticaproducten mee naar huis.

### Voor wie?

De workshops zijn bestemd voor mensen met kanker, zowel mannen als vrouwen, tijdens en/of (recent) na hun behandeling. 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. Alleen in uitzonderlijke gevallen kunt u na overleg met de verpleegkundige een begeleider meenemen naar de workshop.

### Informatie over de Stichting

De Stichting Look Good...Feel Better biedt ziekenhuizen de mogelijkheid workshops 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) (<http://www.lookgoodfeelbetter.nl>). Hier vindt u ook praktische tips voor uw uiterlijke verzorging.

Het programma van Look Good...Feel Better is product neutraal (niet merkgebonden), het is kostenvrij voor patiënten en interfereert niet met de medische zorg.

De workshops zijn 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.

### **Waar en wanneer?**

De workshops vinden plaats in het Amphia op locatie Molengracht op dinsdagen. Aan deelname zijn geen kosten verbonden.

### **Hoe kunt u zich aanmelden?**

U kunt zich aanmelden op eigen initiatief of op advies van uw arts, verpleegkundige of een andere ziekenhuismedewerker.

Aanmelden kan bij de secretaresse van het Oncologisch Dagcentrum (maandag t/m vrijdag tussen 8.30 uur - 16.30 uur - telefoonnummer (076) 595 10 06)

Meer lezen over oncologie bij Amphia?

[Ga naar afdeling Oncologisch Centrum: samen tegen kanker](https://www.amphia.nl/afdelingen/oncologisch-centrum-samen-tegen-kanker)  
(<https://www.amphia.nl/afdelingen/oncologisch-centrum-samen-tegen-kanker>)