

Workshops



Voor uiterlijke verzorging van
mensen met kanker

www.nwz.nl

Deze brochure geeft u informatie over de workshops Look Good, Feel Better in Noordwest Ziekenhuisgroep, locatie Alkmaar.

■ **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 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 worden de workshops Look Good, Feel Better in het ziekenhuis georganiseerd.

■ **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 huidtherapeut. Verder is 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 te hebben gehad.

‘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. Tijdens een workshop is er plaats voor 12 deelnemers. Het is niet mogelijk om uw naaste(n) mee te nemen.

■ Waar en wanneer?

Er zijn in 2020 op locatie Alkmaar van Noordwest Ziekenhuisgroep 3 workshops, namelijk op dinsdag 17 maart, dinsdag 16 juni en dinsdag 13 oktober. De workshops worden gehouden in de Lounge (huisnummer 016) en zijn van 10:00 tot 12:00 uur. U kunt zelf aangeven welke dag u het beste schikt. Aan deelname zijn geen kosten verbonden.

■ Hoe maakt u een afspraak?

U kunt zich aanmelden op eigen initiatief of op advies van uw arts, verpleegkundige of een andere ziekenhuismedewerker. Aanmelden kan bij het secretariaat van de dagbehandeling oncologie locatie Alkmaar, huisnummer 430. U kunt ook bellen, telefoon 072 - 548 2830, van maandag tot en met vrijdag tussen 09:00 en 12:00 uur en 14:00 en 16:00 uur. Een aantal dagen voor de workshop ontvangt u thuis een bevestiging met informatie.

Afmelden

Als u bent verhinderd, meldt u zich dan op tijd af. Wij kunnen dan nog deelnemers van de wachtlijst benaderen.

■ Look Good, Feel Better

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.

Hier vindt u tevens 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.

■ Tenslotte

De workshops worden mogelijk gemaakt door particuliere giften en financiële bijdragen van sponsors. En door de inzet van vrijwilligers die zich belangeloos voor het programma inzetten.

Dit jaar zijn de workshops mogelijk gemaakt door een financiële bijdrage van de Stichting Roparun.

De Stichting bedankt iedereen die met schenking van hun producten en financiële middelen deze workshops mogelijk maken.



www.nwz.nl