



MOOI VANBUITEN, STERKER VANBINNEN

Als je er goed uitziet, voel je je ook beter. Dat is het idee achter *Look good, feel better*, een workshop rond lichaams- en gelaatsverzorging die de Vlaamse Liga tegen Kanker (VLK) gratis aanbiedt. 'Het draait om veel meer dan make-up', zegt huidconsulente Miche Garritsen.

Karen Sterkx (33) maakt zich zelden op. 'Met twee kleine kindjes heb ik daar geen tijd voor'. Maar nu gaat ze toch aan de slag met eyeliner en fond de teint. Karen heeft borstkanker. Samen met drie anderen volgt ze een *Look good, feel better*-sessie in het UZA. De sfeer is opgewekt en ontspannen.

'Kankerpatiënten krijgen vaak specifieke ongemakken, zoals een schilferige huid of haarverlies', legt Miche uit. 'Ik geef advies over hoe ze die problemen kunnen aanpakken. Ik toon bijvoorbeeld welke producten ze kunnen gebruiken, hoe je een sjaaltje knoopt of hoe je je wenkbrauwen bijtekent. Het is vooral de bedoeling dat de deelnemers eens iets nieuws proberen.'

Tijdens de koffiepauze worden er

volop ervaringen uitgewisseld. Over droge handen, maar ook over de nevenwerkingen van chemotherapie, slaapproblemen en infectiegevaar. 'Het draait zeker niet alleen om make-up', zegt Miche. 'De ontmoeting met lotgenoten is heel belangrijk. Tijdens dat eenmalige contact ontstaan er soms vriendschappen voor het leven.'

Niet iedereen hoeft te zien dat ik ziek ben

Godelieve Van de Wouwer (53) vecht sinds een paar maanden tegen baarmoederkanker. 'Ik heb hier veel geleerd én me goed geamuseerd. Als kankerpatiënt zie je er vaak wat bleekjes en moe uit. Dat verdoezel ik met make-up. Niet iedereen hoeft te zien

dat ik ziek ben.' Ook Karen vond het een fijne ervaring. 'Zo'n spontane mensen allemaal.'

Look good, feel better wordt georganiseerd sinds 1997, met de steun van Estée Lauder. 'We geven elk jaar 170 sessies in ziekenhuizen in heel Vlaanderen', zegt Hilde Van Derkrieken van de VLK. 'We werken met professionele schoonheidsconsulenten die van ons een bijkomende opleiding krijgen. Dankzij de kleine groepjes is de drempel laag.'

De volgende sessies in het UZA vinden plaats op 5 maart, 22 mei, 29 september en 16 december 2010, van 12 tot 16 uur. Elke sessie start met een lichte lunch. Er is telkens plaats voor 12 deelnemers.