

# Unbeschwerte Stunden trotz Krebsdiagnose

Mit Pflege- und Schminktipp hilft die Stiftung Look Good Feel Better Krebspatienten, sich in ihrer Haut wohler zu fühlen.

von Sarah Zeller



**Dunja Kern**  
Geschäftsführerin  
der Stiftung  
«Look Good Feel Better»

«Das Ziel unserer Workshops ist das Selbstvertrauen und Selbstwertgefühl der Krebsbetroffenen zu stärken.»

Die Stiftung Look Good Feel Better bietet Krebsbetroffenen kostenlose Beauty-Workshops an. Dies mit dem Ziel, das Selbstvertrauen und Selbstwertgefühl der Frauen, Männer und Jugendlichen zu stärken und ihnen ein Stück Lebensqualität zurückzugeben.

Weitere Informationen:  
[www.lgfb.ch](http://www.lgfb.ch)  
T 043 243 03 35

## Frau Kern, wie kam es, dass Sie vom Bankensektor zur Stiftung Look Good Feel Better wechselten?

Nach einer langen Karriere im Private Banking leitete ich die vergangenen Jahre ein Programm für Frauen. Da wurde für mich klar, dass ich in meiner täglichen Arbeit Menschen, die es nicht einfach haben, unterstützen möchte. Deshalb habe ich mich letzten Sommer dazu entschlossen, die Stelle als Geschäftsführerin von Look Good Feel Better zu übernehmen.

## Krebs und gutes Aussehen bringt man nicht natürlich zusammen. Genau das tut Look Good Feel Better. Wie?

Das Ziel unserer Workshops ist das Selbstvertrauen und Selbstwertgefühl der Krebsbetroffenen zu stärken. Dabei spielt das Aussehen eine wichtige Rolle. Die Teilnehmenden erhalten Tipps, wie sie die sichtbaren Folgen der Krebstherapie mit Schminktechniken kaschieren

und ihre oft sehr trockene und gerötete Haut pflegen können.

## Mag man während einer Krebstherapie überhaupt an sein Aussehen denken?

Das ist sehr individuell. Wenn Patientinnen mit ihrem Aussehen unzufrieden sind und wir ihnen helfen können, dass man ihnen die Krebserkrankung nicht ansieht, hilft dies enorm. Wir haben viele Teilnehmende, die sich normalerweise kaum oder gar nicht schminken. Sie sind meist sehr erstaunt, wie einfach sie mit einigen Schminktechniken und Pflegetipps, ihr Aussehen optimieren können.

## Look Good Feel Better wurde durch seine Beauty-Workshops bekannt. Soll das so bleiben?

Auf jeden Fall werden wir an der Philosophie der Beauty-Workshops festhalten. Künftig möchten wir den Fokus aber vermehrt auch auf das Wohlbefinden der

Krebsbetroffenen richten, den Teilnehmenden eine Auszeit vom Therapiealltag gönnen und ihnen die Möglichkeit bieten, sich mit anderen Betroffenen auszutauschen.

## Bislang konzentrierte sich das Programm auf Frauen. Künftig soll das Programm auf Männer und Jugendliche erweitert werden?

Ja, das ist richtig. Bis anhin fanden für Männer und Jugendliche individuelle Einzelworkshops statt. In letzter Zeit erhalten wir jedoch vermehrt Anfragen von Spitälern und Kliniken, ob wir unser Workshop-Angebot auch den Männern anbieten würden. Zukünftig wollen wir dieses Angebot deshalb ausbauen, damit unser Programm auch den Männern und Jugendlichen zur Verfügung steht.

## Wie unterscheiden sich die Bedürfnisse krebserkrankter Männer von denen der Frauen?

Grundsätzlich unterscheiden sich die Bedürfnisse der Teilnehmenden an unseren Workshops nicht gross. Auch Männer wollen letztlich wissen, wie sie mit den sichtbaren Folgen ihrer Krebsbehandlung umgehen können und erhalten von uns deshalb beispielsweise Pflegetipps zur Haut- und Bartpflege.

## Könnten Männer eine gewisse Hemmschwelle haben, sich für ein Angebot namens Look Good Feel Better zu melden?

Das denke ich nicht. Die Ärzte und Pflegenden in den Spitälern und Kliniken sind von unserem Angebot überzeugt und erklären den Krebsbetroffenen, warum es in unseren Workshops geht. Sollte dennoch eine Hemmschwelle entstehen, wird diese spätestens bei der Begrüssung durch unsere ehrenamtlichen Kosmetikprofis abgebaut. Man darf auch nicht vergessen, nicht nur Frauen wollen gut aussehen und sich gut fühlen, auch Männer haben dieses Bedürfnis. ■



© Johanna Encrantz, Stäfa