Dieses Dokument ist lizenziert für VÖBB-Servicezentrum, ui58016c.
Alle Rechte vorbehalten. © Potsdamer Neueste Nachrichten. Download vom 14.07.2025 11:00 von genios.genios.de.

Helga Micklich gibt das Kosmetikseminar „Look Good Feel Better“ für Krebspatientinnen.

Kosmetik für Krebspatientinnen

„Es ist ein Hoffnungsschimmer“

Von Pia Schulz

Manchmal sind es die kleinen Dinge im Leben, die einen Unterschied machen, wie zum Beispiel ein bisschen Farbe im Gesicht: Was für einen positiven Einfluss Makeup haben kann, weiß Helga Micklich. Seit über 20 Jahren gibt sie die „Look Good Feel Better“ Kosmetikseminare für Krebspatientinnen. Früher war die gelernte Kosmetikerin selbst an Krebs erkrankt. Auf ihrer Kur 1998 war sie mit dem Patientenprogramm der DKMS in Kontakt gekommen und ist dem Ehrenamt seitdem treu geblieben. Kürzlich hat sie ein Seminar in Potsdam gegeben.

Auf einem großen Tisch stehen aufgereiht silberne Kosmetikspiegel. Sechs an der Zahl, für jede Teilnehmerin einer. An jedem Platz steht zudem eine große graue Umhängetasche: „Look Good Feel Better“ steht in rosa Schrift darauf geschrieben. Gefüllt sind sie mit Kosmetikprodukten für das Seminar, ein Geschenk für die Teilnehmerinnen. Während Micklich ihren eigenen Platz vorbereitet, betreten die ersten Frauen den Raum. Einige mit Kopftuch, andere mit Kurzhaarfrisur.

Schnell füllt sich der Raum mit Gesprächen über die Krankheit und Therapieformen. Die meisten haben ihre Chemotherapie gerade hinter sich gebracht. Die Stimmung ist gut, die Freude über Austausch groß. „Herzlich Willkommen zu unserem Wohlfühlnachmittag“ unterbricht Micklich die Gespräche und startet den Kurs.

Zu Beginn werden mit Begeisterung die Taschen ausgepackt, „das ist ja wie Weihnachten“ sagt eine Teilnehmerin. Pinsel, Puder, Make-Up, eine Lidschattenpalette und verschiedene Cremes befinden sich in der Tasche. Vorne am Tisch sitzen sich zwei Freundinnen gegenüber. „Wir tragen jetzt unsere echten Haare und keine Perücken mehr“, sagt die eine stolz in die Runde und streift sich über ihren Kopf. Schnell werden Tipps ausgetauscht, zum Thema Haarwachstum. Melatonin-Spray soll helfen, Rizinusöl und Rosenwasser empfiehlt Micklich, die während ihrer Erkrankung in den 90er Jahren ebenfalls alle Haare verloren hat.

> ***„Wenn die Augenbrauen sich verabschiedet haben, brauchen wir erstmal Anhaltspunkte, um die natürliche Form zu finden.“***
>
> **Helga Micklich**, Kosmetikerin

Das Kosmetikseminar der Brandenburgischen Krebsgesellschaft hilft Frauen durch Make-up ihr Selbstbewusstsein zu stärken.

Der erste Schritt im Seminar ist für gewöhnlich im Alltag der Letzte: Abschminken. Lachen erfüllt den Raum, während alle Teilnehmerinnen ihre Gesichter reinigen und eincremen und Micklich nebenbei Massagetechniken fürs Gesicht demonstriert. „Jetzt fangen wir mir der dekorativen Kosmetik an“, sagt die 77-Jährige und greift zum Concealer. Es folgen Make-up und Puder. „Leicht und locker von der Stirn nach unten“, erklärt Micklich, und pudert ihr Gesicht mit einem großen Pinsel. Die sechs Frauen folgen gespannt jedem einzelnen Handgriff, probieren sich aus und begutachten die Zwischenschritte in den silbernen Kosmetikspiegeln. „Wenn man keine Haare mehr hat, schminkt man sich automatisch stärker als sonst“, sagt eine der Betroffenen. Zustimmung aus der Runde.

Für mehr Selbstbewusstsein

„Als nächstes locken wir die Schönheiten heraus“, kündigt Micklich die kommenden Schritte an. Es herrscht Leichtigkeit, alle verstehen sich, sind im ständigen Austausch. Mit Spannung richten nun alle ihre Blicke auf die Seminarleiterin, als sie ihre Tipps für den perfekten Lidstrich teilt. Danach breitet sich Stille aus, mit Fingerspitzengefühl und viel Konzentration machen sich die Teilnehmerinnen selbst ans Werk. „Das Auge hat danach einen ganz anderen Ausdruck“, sagt Micklich.

Es geht an die Augenbrauen – einer der schwierigsten Schritte. „Wenn die Augenbrauen sich verabschiedet haben, brauchen wir erstmal Anhaltspunkte, um die natürliche Form zu finden“, erklärt Micklich und zeigt den Frauen mit drei einfachen Schritten, wie das geht und macht im Anschluss mit Lidschatten und Lipliner weiter. Für den letzten Schliff an den Augen greift Micklich zur Wimperntusche. Nur noch drei der sechs Frauen machen diesen Schritt mit, die anderen haben infolge der Chemo auch ihre Wimpern verloren. „Keine Angst, die kommen als erstes wieder“, ermutigt Micklich die Frauen. Zu guter Letzt kommt etwas Rouge ins Spiel. „Der zaubert Frische ins Gesicht“, sagt Micklich und das große Pudern beginnt.

Das Seminar neigt sich dem Ende und die Kosmetikerin demonstriert noch verschiedene Möglichkeiten, ein Kopftuch zu binden und erzählt dabei von ihren eigenen Erfahrungen. „Ich habe damals immer mit Tuch geschlafen, sonst war es so kalt am Kopf“, so die 77-Jährige. Beim Herumprobieren mit den Tüchern berichtet eine Teilnehmerin von ihrer Brust-Operation. „Es ist gerade das erste Mal, dass ich mit so vielen Gleichgesinnten spreche“, sagt eine Andere. „Ich hatte etwas Bammel davor, aber wir sitzen ja alle im selben Boot“.

Nach den zwei Stunden lächeln alle Teilnehmerinnen zufrieden und selbstbewusst. „Ich sehe, dass ihr strahlt und euch freut und das bereitet mir die größte Freude“, sagt Micklich. Zuversicht und Dankbarkeit füllen den Raum. „Es ist auch so ein Hoffnungsschimmer, Sie hier zu sehen, 20 Jahre nach ihrer Erkrankung“, richtet sich eine der Teilnehmerinnen zum Abschied an Micklich.

Licht und Monster

Fluxus+ zeigt und prämiert studentische Kunst

Ein großes graues Monster verschlingt sonderbare Dinge auf einem gemalten Ölbild. Das Bild ist auf einen transparenten Grund gemalt, so dass die Rückseite des Bildes durchscheint. Dort finden sich in den Keilrahmen eingespannt allerlei Etiketten, Plastiktüten, Abziehbilder und Ähnliches. Die Jury des diesjährigen Studentenwettbewerbes des MuseumFluxus+ in Potsdamn vergab hierfür den ersten Förderpreis.

Zwei weitere Förderpreise gingen an Jonas Fries und Henri Mengler. 17 Bewerbungen aus Potsdam und Brandenburg waren bei dem Wettbewerb eingegangen. „Goyafüralle“ ist der Titel einer Bilderserie von Christoph Tschernatsch. Der 2001 geborene Künstler verknüpft den 1828 verstorbenen spanischen Maler Goya und dessen Grafikserie „Desastres de la Geurra“ mit dem Aldi-Werbeslogan „Gutes für alle“.

Die 1997 geborene Zoe Maurischat verwendet für ihre Malerei organische Materialien wie Walnussschalen, Galläpfel und verbrannte Knochen und bezieht sich auf prähistorische Kunst und Kinderzeichnungen.

Werke von Jonas Fries und Christoph Tschernatsch sind zu sehen.

Einen völlig anderen Ansatz hat der 1992 geborene Jonas Fries. Mitten im Raum steht sein Objekt, das er „Spektrale Sequenzen“ betitelt hat. Angetrieben von einem Planetengetriebe drehen sich vier spiegelnde, kantige Flügel im Kreis und klappen dabei hoch und wieder herunter. Das einfallende Licht werfen sie in den Raum zurück, wobei das Getriebe der Apparatur vernehmbar scheppert. „Licht kann auch in die Irre führen. Der Betrachter soll verwirrt und zum Nachdenken über seine Wahrnehmung angeregt werden“, erklärt Fries.

Mit dem Thema Licht befasst sich Fries auch in einem Video und einer Installation von Porzellanplatten. Im Video kreisen Insekten nachts um eine Laterne, die in einem Rangierbahnhof in Halle steht. „Straight in circles“ („Gerade in Kreisen“) lautet der Titel der Arbeit.

„Die Insekten orientieren sich an der Lampe wie am Mond. Der ist aber nicht sichtbar wegen des Lampenlichts“, so der Künstler. Auch in den ausgestellten dünnen weißen Porzellanplatten sind die Schemen von Insekten eingeschlossen. Während eines Stipendien-Aufenthalts in Japan hat sich Fries mit der Herstellung von Porzellan befasst und aus dem durchscheinenden Porzellan die Platten gefertigt. Dort eingeschlossen zu sehen sind auch die Umrisse von Farnen. *Richard Rabensaat*

© Richard Rabensaat; Andreas Klaer; Andreas Klaer