

FLIP-FLAP

Das **Interaktive Schulungsprogramm für Kinder und Jugendliche mit Epilepsie und ihre Eltern** (Flip-Flap) ist ein Schulungsprogramm für Kinder und Jugendliche mit Epilepsie und ihre Eltern, das ebenfalls in Kleingruppen angeboten wird. Die Eltern werden von erfahrenen Ärzten/Ärztinnen und Psychologen/Psychologinnen geschult, die Kinder und Jugendlichen durch erfahrene Kinderkrankenschwestern und Pfleger.

Die Schulung richtet sich an Kinder im Alter von 6-11 Jahren und an Jugendliche im Alter von 12-16 Jahren. Die Teilnehmer sollten ihrem Alter entsprechend in der Lage sein, sich aktiv an der Schulung zu beteiligen. Schulungsinhalte sind u.a. Informationen zum Krankheitsbild und zur Diagnostik (EEG), zur medikamentösen Behandlung der Epilepsie, zum Umgang mit der Erkrankung, zur Freizeitgestaltung.

Die Elternschulung findet ebenfalls in Kleingruppen statt. Hier geht es zunächst darum, den teilnehmenden Eltern einen Austausch untereinander zu ermöglichen. Weitere Themen sind: Epilepsie in der Medizin, Epilepsie in der Familie, Angstbewältigung, Selbstständig werden mit Epilepsie, Hilfestellungen zum Umgang mit Epilepsie in Schule und Öffentlichkeit.

Weitere Informationen zu Flip-Flap finden sich unter www.epilepsieschulung.de oder sind über die Bundesgeschäftsstelle der *Deutschen Epilepsievereinigung* erhältlich.

PEPE

Das **Psycho-Edukatives Programm Epilepsie** (PEPE) ist ein interaktives Schulungsprogramm für Menschen mit Epilepsie mit zusätzlicher Lern- und geistiger Behinderung (die Kursteilnehmer sollten sich verbal verständigen und nach Möglichkeit etwas lesen und schreiben können), das von speziell dafür ausgebildeten Trainern in Kleingruppen von in der Regel 6 Teilnehmern angeboten wird.

PEPE besteht aus 8 Kurseinheiten von ca. 2 Stunden Dauer pro Kurseinheit. Themen der Kurseinheiten sind: Vorurteile gegen Menschen mit Epilepsie, Ursachen von Epilepsie, Anfallsarten und Anfallsauslöser, Lernbehinderung und weitere Behinderungen, Medikamentöse und andere Behandlungsverfahren, Epilepsie in Arbeit und Freizeit, Partnerschaft und Sexualität und Hilfemöglichkeiten.

Durch seine starke Vereinfachung, Visualisierung und verschiedene Wiederholungstechniken ist das Schulungsprogramm, das als integriertes Multimedia-Programm auf CD-ROM konzipiert ist, dem eingeschränkten Aufnahmevermögen der Zielgruppe angepasst.

Weitere Informationen zu PEPE finden sich unter www.pepe-bethel.de oder sind über die Bundesgeschäftsstelle der *Deutschen Epilepsievereinigung* erhältlich.

Schulung absolviert – und dann?

Mit der Teilnahme an einer Patientenschulung ist ein wichtiger Schritt getan, um mit der Epilepsie im Leben besser zurecht zu kommen – aber es gibt durchaus noch weitere Möglichkeiten, sich zu informieren und mit anderen Menschen mit Epilepsie ins Gespräch zu kommen.

Viele Menschen empfinden den regelmäßigen Besuch einer Selbsthilfegruppe als hilfreich. Wenn Sie Kontakt zu einer bestehenden Selbsthilfegruppe suchen oder selbst eine Gruppe gründen möchten, rufen Sie uns in unserer Bundesgeschäftsstelle an. Wir vermitteln Sie gerne an bestehende Gruppen bzw. sind Ihnen bei der Gründung einer eigenen Gruppe behilflich.

Bei speziellen Fragen können Sie unser Beratungstelefon *Epilepsie-Hotline* nutzen, das Dienstag und Donnerstag von 12.00 – 18.00 Uhr besetzt ist und unter der Nummer 01801 – 424242 erreichbar ist (Bundesweit zum Ortstarif). Darüber hinaus können Sie uns in unserer Bundesgeschäftsstelle zu unseren Sprechzeiten (Montag – Donnerstag, 10.00 – 14.00 Uhr) gerne kontaktieren.

Besonders schön wäre es, wenn Sie Mitglied in der *Deutschen Epilepsievereinigung* werden. Sie erhalten dann regelmäßig Informationen zur Epilepsie, Informationen von unseren Landesverbänden und unsere Mitgliederzeitung *einfälle*, die unter anderem auch über Seminare und Veranstaltungen informiert, die wir bundesweit zu unterschiedlichen Themen anbieten (DE-Mitglieder bezahlen ermäßigte Teilnahmegebühren).



Bundesgeschäftsstelle

Zillestraße 102
10585 Berlin
Fon 030 / 342 44 14
Fax 030 / 342 44 66

info@epilepsie.sh
www.epilepsie.sh
www.epilepsie-vereinigung.de

Spendenkonto

Deutsche Bank Berlin
Konto 643 00 29 01
BLZ 100 700 24
IBAN DE24 100 700 240 6430029 01
BIC (SWIFT) DEUT DE DBBER



SCHULUNGS-PROGRAMME FÜR MENSCHEN MIT EPILEPSIE



Es zeigt sich immer wieder, dass Menschen mit Epilepsie, auch wenn sie schon seit Jahren an einer Epilepsie erkrankt sind, über ihre Erkrankung nicht wirklich gut Bescheid wissen. Wer aber nicht gut informiert ist, der öffnet begründeten oder unbegründeten Ängsten Tür und Tor und bringt sich durch das fehlende Wissen vielleicht sogar in gefährdende Situationen.

Gerade bei einer Erkrankung wie einer Epilepsie – die nach wie vor mit vielen Vorurteilen behaftet ist – ist es wichtig, gut über Behandlungsmöglichkeiten, mit den Anfällen verbundene Risiken, rechtliche Regelungen (z.B. zur Kraftfahrereignung, zur beruflichen Eignung), etc. informiert zu sein, damit die Epilepsie die Betroffenen nicht mehr als nötig einschränkt.

Heutzutage ist es kein Problem mehr, sich das notwendige Wissen über Epilepsien anzueignen – aber damit alleine ist es nicht getan. Wichtig ist auch, das erworbene Wissen auf die eigene Lebenssituation beziehen und anwenden zu können – und dies dann auch tatsächlich zu tun.

Um dies zu ermöglichen, gibt es für Menschen mit Epilepsie eine Reihe von Schulungsprogrammen mit unterschiedlichen Schwerpunkten, die ähnlich aufgebaut sind:

- Die Schulungen finden im Rahmen von Seminaren in kleinen Gruppen statt, so dass genügend Zeit bleibt, miteinander ins Gespräch zu kommen.
- Die Schulungen sind interaktiv aufgebaut, d.h., die Teilnehmenden werden aktiv in das Seminar eingebunden, indem sie beispielsweise kleine Aufgaben erledigen müssen.
- Die Schulungen ermöglichen den Teilnehmenden, miteinander ins Gespräch zu kommen, damit diese ihre unterschiedlichen Erfahrungen miteinander austauschen können.
- Die Schulungen bieten einen geschützten Raum, in dem die Teilnehmenden angstfrei über die Erfahrungen berichten können, die sie mit ihrer Epilepsie machen und gemacht haben.

In der Regel werden die Programme in Form eines Wochenendseminars oder auch über mehrere Wochen hinweg in Form eines Abendseminars in kleinen Gruppen von speziell dafür ausgebildeten Trainern angeboten. Gerade die Wochenendseminare sind besonders effektiv, da sie die Möglichkeit bieten, sich auch außerhalb des Seminarprogramms auszutauschen und näher kennen zu lernen.

Studien belegen, dass es Menschen mit Epilepsie, die an einem Schulungsprogramm für anfallsranke Menschen teilgenommen haben, leichter fällt, darüber mit anderen Menschen zu sprechen und sie im Großen und Ganzen auch besser mit ihrer Krankheit zurechtzukommen. Und nicht nur das: Sind Menschen mit Epilepsie gut informiert, hat dies auch eine positive Auswirkung auf den Behandlungserfolg.

Mit diesem Faltblatt möchten wir Sie darüber informieren, welche Schulungsprogramme es für Menschen mit Epilepsie es zurzeit in Deutschland gibt und was Sie tun können, um an den unterschiedlichen Programmen teilzunehmen.

MOSES und Famoses

Das **Modulare Schulungsprogramm Epilepsie** (MOSES) ist ein interaktives Schulungsprogramm für erwachsene Menschen mit Epilepsie, das in Kleingruppen von in der Regel 10-14 Teilnehmern von speziell dafür ausgebildeten Trainern angeboten wird. Es ist unter Beteiligung der *Deutschen Epilepsievereinigung e.V.* für anfallsranke Menschen entwickelt worden, die sich mit ihrer Krankheit näher beschäftigen, ihre Epilepsie besser verstehen und sich näher mit ihr auseinandersetzen wollen.

MOSES besteht aus insgesamt 9 Modulen und wird entweder in Form von Wochenendseminaren oder in Form von Seminarreihen mit einem Modul pro Woche angeboten. Die Ziele von MOSES lassen sich folgendermaßen formulieren:

- MOSES möchte Ihnen helfen, ihre Krankheit besser zu verstehen, die Auseinandersetzung mit Ihrer Erkrankung fördern und Ihnen damit ermöglichen, aktiv und offen mit ihr umzugehen.
- MOSES möchte Ihnen helfen, Diagnostik und Behandlungsmöglichkeiten besser zu verstehen und damit aktiv an Ihrer Behandlung teilnehmen zu können.
- MOSES möchte Ihnen helfen, Ihre mit der Erkrankung verbundenen psychischen, sozialen und beruflichen Probleme besser zu verstehen und Sie befähigen, sich aktiv mit diesen Problemen auseinanderzusetzen.
- MOSES möchte Ihnen helfen, *Botschafter Ihrer eigenen Krankheit* und informierter Partner Ihres behandelnden Neurologen/Nervenarztes zu werden, damit Sie ein Leben mit möglichst wenigen Einschränkungen führen können.

Das **Modulare Schulungsprogramm Epilepsie für Familien** (famoses) ist ein interaktives Schulungsprogramm für Kinder mit Epilepsie und deren Eltern, das ebenfalls in Kleingruppen angeboten wird. Bei famosos werden Eltern und Kinder in getrennten Gruppen geschult, die Kindergruppen bestehen in der Regel aus 6-8 Kindern. Das Programm besteht aus 7 Modulen und wird von speziell dafür ausgebildeten Trainern angeboten.

Famosos ist didaktisch wie eine Seereise aufgebaut, die im Hafen beginnt (Kennenlernen und losfahren) und über verschiedene Stationen geht – z.B. über die Vulkaninsel (Was ist Epilepsie?) oder über die Ferieninsel (Über Epilepsie sprechen). Auf jeder Insel gibt es Andenken (Lernziele), die die teilnehmenden Kinder in ihrer *Schiffskiste* verstauen können; am Ende der Schulung wird dann ein *Kapitänspatent* verliehen und den Kindern damit verdeutlicht, dass sie nun ihre Krankheit in die eigene Hand nehmen und den weiteren Verlauf ihres Lebens selbst bestimmen können.

Bei MOSES und famosos erhalten die Teilnehmenden Erarbeitungsbücher, in denen zum einen vertiefende Texte zum Selbststudium enthalten sind. Zum anderen sind in den Erarbeitungsbüchern Aufgabenstellungen formuliert,

die in den jeweiligen Schulungen besprochen werden. MOSES und famosos-Seminare werden bundesweit von unterschiedlichen Einrichtungen und Trägern angeboten. Informationen über die jeweils angebotenen Seminare sind unter anderem über die Bundesgeschäftsstelle der *Deutschen Epilepsievereinigung* erhältlich und werden in unserer Mitglierzeitschrift – den *einfallen* – veröffentlicht.

Weitere Informationen zu den Schulungsprogrammen sind auf der MOSES-Website (www.moses-schulung.de) und auf der Famosos-Website (www.famosos.de) erhältlich.

MARSMOMENTE

Das **Modulare Schulungsprogramm für Jugendliche** (Marsmomente) ist ein interaktives Programm für Jugendliche, das in Kleingruppen von 6-10 Teilnehmenden angeboten wird und auf der Lektüre des Jugendromans *Zurück vom Mars* aufbaut, zu dem eine Reihe von Broschüren (Marsmomente) erschienen sind, mit denen sich die Jugendlichen die Inhalte des Romans selbst erarbeiten können.

Themen der Marsmomente sind: Epilepsiebilder, Warum wird man krank?, Aura und Auraunterbrechung, Anfallsformen und Erste Hilfe, Epilepsie erkennen oder diagnostizieren, Veränderungen im Leben durch Epilepsie, Sprechen über Epilepsie, Selbst handeln bei Epilepsie, Epilepsie-Behandlung.

Über die eigene Erarbeitung hinaus ist es für Jugendliche jetzt auch möglich, sich in einem Wochenendseminar oder im Rahmen einer Seminarreihe mit einem Modul pro Woche mit der eigenen Epilepsie auseinanderzusetzen.

Weitere Informationen zum Schulungsprogramm und zu den Schulungsterminen sind über die Bundesgeschäftsstelle der *Deutschen Epilepsievereinigung* erhältlich.