

## Aktuelles

Liebe Freundinnen und Freunde der EpilepsieBeratung,

in jüngerer Zeit erhalten wir vermehrt Anfragen von Menschen, die von ihrem ersten epileptischen Anfall berichteten oder erst seit kurzer Zeit an einer Epilepsie erkrankt sind. Wir bieten daher erstmals einmal im Trimester einen Gruppenabend für neu Erkrankte und für Menschen nach erstem epileptischen Anfall an.

Wir freuen uns sehr, wenn Sie Gelegenheit finden, unsere bewährten und neuen Angebote zu nutzen!

Herzliche Grüße

Peter Brodisch, Einrichtungsleiter, und Team  
München, im August 2023

## Gemeinsam Wandern

**WoMeH - unterstütztes Wohnen und EpilepsieBeratung  
mit Astrid Grust und Theresa Eberhart**

**Termin** Samstag, 18. November 2023, 8.30 bis ca. 18 Uhr

**Ort** Das Wanderziel wird noch bekanntgegeben.

**Anmeldung** Die Teilnehmerzahl ist auf 8 Personen begrenzt. Bitte melden Sie sich frühzeitig bei uns an.

Bitte beachten Sie:

Bringen Sie feste Schuhe, wetterfeste Kleidung, eine Wasserflasche, und eine gute Grundkondition mit!

## Online-Abende

Online-Abende zum Thema Psychische Gesundheit

**Meine Epilepsie und Ich - Wie komme ich eigentlich damit zurecht?**

Wir wollen uns in dieser Veranstaltungsreihe über verschiedene Belastungsfaktoren austauschen, die eine Epilepsieerkrankung begleiten können. Außerdem werden wir wirksame Lösungsstrategien für einen gesunden Umgang damit vorgestellt und gemeinsam ausprobiert.

**Termin** Mittwoch, 13. September 2023, 19 – 20.30 Uhr

**Thema** Gefühle & Bedürfnisse – „Wohin mit meinen Gefühlen?“

**Termin** Mittwoch, 15. November 2023, 19 – 20.30 Uhr

**Thema** Gedanken & Einstellungen – „Was geht mir da eigentlich so im Kopf herum?“

**Referentin** Laura Weiland, M.Sc. Psychologin

**Anmeldung** Diese Veranstaltung lebt von Ihrer Beteiligung, wir freuen uns daher auf einen aktiven Austausch und über jede eingeschaltete Kamera! Anmeldung gerne per e-mail.

**EpilepsieBeratung & Kinderneurologie-Hilfe**

Ysenburgstraße 7, 80634 München

T (089) 54 80 65 75

[epilepsieberatung@diakonie-muc-obb.de](mailto:epilepsieberatung@diakonie-muc-obb.de)

[www.diakonie-muc-obb.de/gesundheits/epilepsie/epilepsie-beratung](http://www.diakonie-muc-obb.de/gesundheits/epilepsie/epilepsie-beratung)

**EpilepsieBeratung auch in Ingolstadt, Traunstein und Vogtareuth**

**Kinderneurologie-Hilfe München**

**Beratungsstelle für Kinder und Jugendliche**

**mit Schädel-Hirn-Verletzungen**

[info@kinderneurologiehilfe-muenchen.de](mailto:info@kinderneurologiehilfe-muenchen.de)

[www.kinderneurologiehilfe-muenchen.de](http://www.kinderneurologiehilfe-muenchen.de)

## EpilepsieBeratung & Kinderneurologie-Hilfe

Wir informieren,  
beraten, helfen

Termine  
September - Dezember 2023

# Offener Abend

Der Offene Abend dient dem Erfahrungsaustausch und wendet sich gleichermaßen an epilepsiekranke Erwachsene und deren Angehörige.

**Termin** Mittwoch, 20. September 2023, 18 – 19.30 Uhr

**Thema** Offener Erfahrungsaustausch

**Termin** Mittwoch, 25. Oktober 2023, 18 – 19.30 Uhr

**Thema** „Was leistet das Inklusionsamt?“ mit Dipl. Ing. (Univ.) Gerhard Kreis vom Zentrum Bayern Familie und Soziales (ZBFS) in München

**Termin** Mittwoch, 29. November 2023, 18 – 19.30 Uhr

**Thema** Offener Erfahrungsaustausch

**Termin** Mittwoch, 13. Dezember 2023, 18 – 20 Uhr

**Thema** Weihnachtsfeier: Für Ihr leibliches Wohl ist gesorgt!

**Ort** EpilepsieBeratung, Ysenburgstr. 7, München

**Anmeldungen** Die Zahl der Plätze ist begrenzt. Bitte melden Sie sich frühzeitig bei uns an. Vielen Dank!

Die EpilepsieBeratung wird aus Mitteln des Bayerischen Staatsministerium für Familie, Arbeit und Soziales, vom Bezirk Oberbayern, der Landeshauptstadt München und der Diakonie München und Oberbayern gefördert.

# EPIKOS - Online

Workshop

EPIKOS = Epilepsie-Kommunikationskompetenz-Schulung

Online-Schulung für Menschen mit Epilepsie und deren Angehörige

Kennen Sie das?

- Sie kommen aus einem Gespräch mit Ihrem Arzt oder Ihrer Ärztin und haben den Kopf voller Fragezeichen?
- Sie kamen gar nicht dazu, Ihr Anliegen zu erzählen und ihre Fragen loszuwerden?
- Sie haben vor lauter medizinischen Fachbegriffen kaum etwas verstanden?

In der Online-Gruppenschulung EPIKOS erfahren Sie, wie Sie aktiv dazu beitragen können, den größten Nutzen aus zeitlich oft knapp bemessenen Arztgesprächen zu ziehen.

Sie lernen, effektiv mit Ihrem Arzt zu sprechen, denn richtig reden will gelernt sein. Nicht nur Ihr Arzt, sondern auch Ihre Beteiligung ist für ein gelungenes Arztgespräch wichtig. Dadurch können Sie einen wichtigen Beitrag zu der Behandlung leisten.

**Termine** Dienstag, 12. Dezember 2023 und

Dienstag, 23. Januar 2024, jeweils 18 - 20.30 Uhr

**Referentin** Theresa Eberhart, EpilepsieBeratung München

**Anmeldung** Die Zahl der Plätze ist begrenzt. Bitte melden Sie sich bis zum 15.11.2023 per e-mail bei uns an.

Unsere Angebote können wir dank Ihrer Spenden größtenteils unentgeltlich anbieten. Spendenkonto: Bank für Sozialwirtschaft IBAN: DE10 3702 0500 0004 8193 00 Verwendungszweck: EpilepsieBeratung

# Online-Vortrag

„Zehn Mythen über unser Gehirn“

Schwachstellen, eingebaute Fehler, unsichtbare Störungen und noch mehr über unsere „Kommandozentrale“

Was macht uns schlau? Wie viel von unserem Gehirn nutzen wir? Warum vergessen wir manches? Diese und ähnliche Fragen werden im Online-Vortrag kurzweilig beantwortet.

Achtung Spoiler! Unser Gehirn ist: Vergesslich, ablenkbar, verschätzt sich ständig und das macht es anpassungsfähig, dynamisch und kreativ.

Nach dem Online-Vortrag können Sie Ihre eigenen Fragen stellen und sich mit den anderen Teilnehmern austauschen.

**Termin** Dienstag, 17. Oktober 2023, 19 – 20.30 Uhr

**Referentin** Katalin Ilona Piechotta, Kinderneurologie-Hilfe München

**Anmeldung** info@kinderneurologiehilfe-muenchen.de

# Gruppenabend

Erste Anfälle – was nun?“

Erste epileptische Anfälle können stark verunsichern. Neben medizinischen Fragen zu Diagnose und Behandlung stellen sich viele Fragen zur Lebensqualität: Wie wirkt sich die Erkrankung auf Schule, Ausbildung und Beruf aus? Auf Mobilität und Freizeit? Auf meine Familie und meinen Freundeskreis?

Nach einem fachlichen Einblick besteht die Möglichkeit zum Austausch und zum Finden individueller Lösungen.

Eingeladen sind Menschen, die einen ersten epileptischen Anfall erlitten haben oder noch nicht lange an einer Epilepsie erkrankt sind, sowie Angehörige, bzw. Partner/-innen. Die Gruppe trifft sich dreimal im Jahr.

**Termin** Donnerstag, 23. November 2023, 16 – 19 Uhr

**Referent** Peter Brodisch, Einrichtungsleiter EpilepsieBeratung München

**Ort** EpilepsieBeratung, Ysenburgstr. 7, München

**Anmeldung** Die Zahl der Plätze ist begrenzt. Bitte melden Sie sich frühzeitig bei uns an.