

Wo sind all die guten Vorsätze hin?



Erinnert ihr euch noch an Weihnachten, Silvester, Neujahr? Nachdem uns in der Adventszeit zur Völlerei geraten wurde („Gönne Dir auch mal was!“) holt uns spätestens der 01. Januar wieder auf den Boden der Tatsachen zurück. Plötzlich schallt es von überall her: „Gesundheit, Sport, bewusste Ernährung!“ Plakatwände werben mit wohlgeformten Körpern, die uns lachend mit der einen Hand einen „Abnehm-Shake“ entgegen strecken und mit der anderen ganz locker eine Hantel stemmen. *Dry January*, *Veganuary* und so weiter. Im Januar werden wir traditionsgemäß schöner, fitter, schlanker, schlauer, organisierter, achtsamer...

Mehr als das erste Viertel des (nicht mehr ganz so neuen) Jahres ist geschafft. Und wie steht's um eure Vorsätze? Ist da was übrig geblieben vom Januar, oder hat der innere Schweinhund wieder übernommen? Ertrapt? Keine Angst, für gute Vorsätze ist es nie zu spät. Startet damit am besten noch heute!

Peggy Bahl-Christ

Inhaltsverzeichnis

3 editorial

4 aufgefallen

6 **schwerpunkt**

Das schlimmste ist, die Epilepsie zu tabuisieren

Wie Geschwisterkindern die Angst genommen werden kann

Die ganze Familie im Blick Philip Julius e.V. schafft Entlastung und gibt Geschwistern Raum

Als mein Bruder starb, war ich neuneinhalb Jahre alt Ein Interview mit Marian Grau von Julius e.V.

Das Ende der Einsamkeit Ein Gedicht

Justus ist ein wunderbarer Mensch

Mein kleiner Bruder hat Epilepsie

Mein Bruder hat seine Epilepsie mit 23 Jahren bekommen

Dieses Jahr ist Andreas 10. „Engelsgeburtstag“

Astrids Bruder starb 2016 an einem Plötzlichen Epilepsietod

22 **Wissenswert**

Medikamente gegen Anfälle in der Schwangerschaft Valproat und Vaterschaft

Einnahme von Paracetamol in der Schwangerschaft



Geschwisterkinder

Wenn ein Kind an einer Epilepsie erkrankt, verändert sich vieles in der Familie. Aber was ist eigentlich mit den nicht an Epilepsie erkrankten Geschwistern? Welche Unterstützung brauchen sie und wie kann getan werden, dass sie auch „zu ihrem Recht“ kommen?

Foto: Kampus Production/Pexels

Foto: Ausschnitt aus einem Bild von Thomas Schneider, Preisträger des Fotowettbewerbs 2025 der DGfE



Tag der Epilepsie 2026

Der Tag der Epilepsie wird 30 Jahre alt! Die Zentralveranstaltung, zu der alle herzlich eingeladen sind, findet in Berlin statt. Das Foto vermittelt einen Eindruck von der Veranstaltung zum 20jährigen des Tags der Epilepsie, die ebenfalls in Berlin stattfand.

Nachteilsausgleiche bei Epilepsie in Studium und Berufsausbildung

Kurzmeldungen

ASV – Ambulante Spezialfachärztliche Versorgung HEAL und HEAT

Handlungspläne bei epileptischen Anfällen

EpilepsieON Digitales und interaktives Schulungsprogramm der Uniklinik Kiel

31 **Menschen und Meinungen**

Es war und ist ein tolles Team im Epilepsiezentrum Kleinwachau

Dr. med. Thomas Mayer geht in den Ruhestand

36 **Aus dem Bundesverband**

Familienwochenende in Berlin

Es hat allen viel Spaß gemacht

Kreatives Schreiben Ein Seminarbericht

Leben mit Epilepsie – ganz normal?!

Einladung zur Arbeitstagung 2026

Neues aus dem Vorstand

Liebe Kreative, wir suchen euch!

Aufruf zum Einreichen eurer Arbeiten

Einladung zur Mitgliederversammlung am 19. Juni in Baunatal

Seminare, Veranstaltungen und Workshops der DE

30 Jahre Tag der Epilepsie Zentralveranstaltung am 05. Oktober 2026 findet in Berlin statt

42 **Veranstaltungen**

Öfflichkeitstag 2026 der DGfE

Lebenswelt & Epilepsie Einladung zur

18. Fachtagung Sozialarbeit bei Epilepsie

45 **Aus den Gruppen und Verbänden**

Erste Hilfe und Notfälle bei Epilepsie Veranstaltung

in der Berliner Charité war sehr gut besucht

Information und Austausch in Berlin-Brandenburg

Ein kleiner Eindruck in die Aktivitäten des LVBB

Nur gemeinsam sind wir stark! Aufruf zur Mitarbeit

Epilepsie Selbsthilfe in Luxemburg Ein Bericht über die vielfältigen Aktivitäten der AAPE

Tag der Epilepsie 2025 in Sachsen

Hilfreicher und interessanter Austausch

Veranstaltung zum Tag der Epilepsie 2025 in Darmstadt

52 **Magazin**

explainEpilepsy

Der Fortbildungscast der Oskar-Killinger-Stiftung

Gut beraten bei Epilepsie Epilepsie-Fachassistenz und -beratung stärkt Epilepsie-Versorgung

58 **Medien**

Hiob Roman eines einfachen Mannes

„Ich hätte Dir so gern die ganze Welt gezeigt!“

Irgendwie ist mein Bruder immer dabei

60 **Bunte Seiten**

62 **Impressum / Vorschau 178 / Kalender**



HEAL und HEAT

Um in einer akuten Anfallsituation Handlungssicherheit zu geben, hat eine Arbeitsgruppe der Deutschen Gesellschaft für Epileptologie Handlungspläne entwickelt und evaluiert, die Laien und Therapeuten Sicherheit im Umgang mit epileptischen Anfällen geben können.