EPILEPSIE-SCHULUNGS-PROGRAMME



Aktualisierte Neuauflage 2026

Deutsche Epilepsievereinigung

Es gibt viele Möglichkeiten, sich das notwendige Wissen über Epilepsien anzueignen. Damit alleine ist es aber nicht getan – das erworbene Wissen sollte auch auf die eigene Lebenssituation bezogen und übertragen werden können. Um dies zu ermöglichen, gibt es für Menschen mit Epilepsie eine Reihe von Kursen beziehungsweise Schulungsprogrammen, über die wir Sie mit diesem Faltblatt informieren.

Famoses: Schulungsprogramm für Familien

Das ***Modulare Schulungsprogramm Epilepsie für Familien*** (famoses) ist ein interaktives Schulungsprogramm, bei dem Eltern und Kinder beziehungsweise Jugendliche von einem dafür ausgebildeten Trainerteam (darunter eine Ärztin oder ein Arzt) in getrennten Kursen geschult werden.

Am **Kinderkurs** nehmen in der Regel 6-8 Kinder teil. Er ist für Kinder im Alter zwischen 8-12 Jahren geeignet und nimmt die Kinder mit auf eine virtuelle Schiffsreise, bei der sie sich auf eine Schatzsuche begeben und einiges lernen (zum Beispiel einen Schiffsknoten zu machen). Sie steuern verschiedene Inseln an, auf denen sie vieles über Epilepsie spielerisch entdecken können, zum Beispiel:

- wie Ärztinnen und Ärzte der Epilepsie „auf die Schliche" kommen;
- was sich im Leben durch die Epilepsie verändern kann;
- welche Regeln oder Einschränkungen nötig sind und welche nicht;
- was bei Anfällen im Gehirn passiert;
- wie sie ihre Epilepsie anderen erklären können und
- wo sie Unterstützung bekommen können.

Den **Elternkurs** können auch Eltern und Angehörige besuchen, deren Kinder nicht am Kinderkurs teilnehmen können. Er ist parallel zum Kinderkurs gestaltet und wird mit entsprechenden Inhalten und zusätzlichen Themen angeboten, zum Beispiel:

- Entwicklungsrisiken und Fördermöglichkeiten für das Kind;
- Auswirkungen der Epilepsie auf die Erziehung und das Zusammenleben in der Familie;
- Umgang mit belastenden Erfahrungen und Gefühlen in Bezug auf die Erkrankung des Kindes.

Der **Kurs für Jugendliche** ist seit Herbst 2025 in das Repertoire der famoses-Schulungen integriert, befindet sich aber noch in der Erprobungsphase. Die Teilnehmenden werden motiviert, mit anderen Jugendlichen und ihren Trainerinnen und Trainern über ihre Erkrankung ins Gespräch zu kommen und sich Gedanken zur Alltagsgestaltung mit ihrer Epilepsie zu machen. Themen sind zum Beispiel:

- Vermittlung von Grundwissen zu Anfallsformen, Epilepsiesyndromen und Prognose
- Integration der Medikamenteneinnahme in den Alltag und Umgang mit Nebenwirkungen
- mögliche Gefahrenquellen zu Hause, im Straßenverkehr, im Schulalltag, …
- Gestaltung eines „normalen“ Alltags mit Party, Sport, Sexualität etc., ohne dass die Erkrankung einem ständig in die Quere kommt
- Übergang zum Studium oder Arbeitsleben
- Erlangung von Selbstständigkeit und schrittweise Ablösung von der Aufsicht der Eltern

Die Kurse werden in der Regel als Wochenendkurse angeboten, die Kurse für Jugendliche auch als mehrtägige Veranstaltungen an bis zu 5 Tagen.

Für den Kinder- und Elternkurs gibt es Schulungsmaterialien, die über den Bethel-Verlag bezogen werden können (Adresse auf der famoses-Webseite). Das Schulungsprogramm ist als Patientenschulungsmaßnahme anerkannt (§ 43 Abs. 1 Nr. 2 SGB V); die Kosten können auf Antrag von den Krankenkassen erstattet werden.

Weitere Informationen und Termine: MOSES/Famoses-Geschäftsstelle, Bettina Hahn, Rußheider Weg 3, 33604 Bielefeld, Tel.: 0521 – 2700127, Mail: info@famoses.de, *www.famoses.de.*

FLIP-FLAP: Schulungsprogramm für Kinder, Jugendliche und ihre Eltern

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; Eltern und Kinder werden in getrennten Gruppen geschult. Die Eltern werden von erfahrenen Ärztinnen und Ärzten sowie Psychologinnen und Psychologen geschult, die Kinder und Jugendlichen durch erfahrene Pflegekräfte.

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

Bei der **Elternschulung** geht es zunächst darum, den Teilnehmenden 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. Die Elternkurse stehen bei Bedarf auch anderen Berufsgruppen offen.

Die Kurse werden als Wochenendkurse angeboten, die Kosten für die Teilnahme werden in der Regel auf Antragstellung von den Krankenkassen übernommen; für die Kursmaterialien wird von den Eltern ein Eigenanteil von 25 Euro erhoben.

Weitere Informationen und Termine: Universitätsklinikum Schleswig-Holstein, Klinik für Kinder- und Jugendmedizin, Ratzeburger Allee 160, Haus A, 23538 Lübeck, Barbara Meißner (Sekretariat), Tel.: 0451 500 – 42981, Barbara.Meissner@uksh.de; *www.uksh.de*.

MOSES: Schulungsprogramm für Erwachsene

Das ***Modulare Schulungsprogramm Epilepsie*** (MOSES) ist ein interaktives Schulungsprogramm für Erwachsene mit Epilepsie, das in Kleingruppen (in der Regel 7 bis 12 Teilnehmende) von speziell dafür ausgebildeten Trainerinnen und Trainern angeboten wird. Es besteht aus insgesamt neun Modulen: Leben mit Epilepsie, Epidemiologie, Basiswissen, Diagnostik, Therapie, (Mein) Umgang mit Anfällen, Prognose, Psychosoziale Aspekte, Netzwerk Epilepsie.

MOSES möchte den Teilnehmenden helfen,

- ihre Erkrankung besser zu verstehen, die Auseinandersetzung mit ihr fördern und ihnen damit ermöglichen, aktiv und offen mit ihr umzugehen;
- Diagnostik und Behandlungsmöglichkeiten besser zu verstehen und ihnen damit ermöglichen, aktiv an ihrer Behandlung teilzunehmen;
- ihre mit der Erkrankung verbundenen psychischen, sozialen und beruflichen Probleme besser zu verstehen und sie befähigen, sich aktiv mit diesen Problemen auseinanderzusetzen;
- Botschafter ihrer eigenen Erkrankung und informierter Partner ihrer Ärztin oder ihres Arztes zu werden mit dem Ziel, ein Leben mit möglichst wenigen Einschränkungen führen zu können.

Die Kurse werden in der Regel als Wochenendkurse angeboten. Zum Kurs gehört ein umfangreiches Erarbeitungsbuch, das über den Bethel Verlag bezogen werden kann (Adresse auf der MOSES-Webseite). Themen, die in der Schulung nicht oder nicht ausführlich besprochen wurden, können so zu Hause vertieft und nachbearbeitet werden.

Die Wirksamkeit von MOSES ist wissenschaftlich nachgewiesen. Das Schulungsprogramm ist als Patientenschulungsmaßnahme (§ 43 Abs. 1 Nr. 2 SGB V) anerkannt; die Kosten können auf Antrag von den Krankenkassen erstattet werden.

Weitere Informationen und Termine: MOSES-Geschäftsstelle, Bettina Hahn, Rußheider Weg 3, 33604 Bielefeld, Tel.: 0521 – 2700127, Mail: info@moses-schulung.de *www.moses-schulung.de.*

EpilepsieON: Digitales Schulungsprogramm für Erwachsene

Das digitale Schulungsprogramm ***EpilepsieOnline*** (EpilepsieON) besteht aus sechs Modulen und den entsprechenden sechs Schulungsterminen, die zumeist im wöchentlichen Abstand von Fachkräften des *Epilepsiezentrums Kiel für Erwachsene* (*www.uksh.de/neurologie-kiel/Schwerpunkte/Epilepsien-highlight-Ambulanz.html)* angeboten werden. Ein Modul umfasst eine Zeitstunde. Die Module behandeln folgende Themen: Epilepsie verstehen, Epilepsie erkennen, Epilepsie behandeln, Therapietreue üben, Epilepsie annehmen sowie Leben und Alltag mit Epilepsie. An den Gruppen nehmen in der Regel fünf Personen teil, Angehörige sind ebenfalls willkommen.

Das Programm ist so aufgebaut, dass die Teilnehmenden aktiv mitmachen können. Diskussionen untereinander sind erwünscht, aber niemand soll sich gezwungen fühlen. Wichtig ist das Interesse an der Verbesserung der eigenen Situation. Voraussetzungen für die Teilnahme sind Computer oder Laptop mit Kamera- und Mikrofonfunktion sowie eine stabile Internetverbindung während der jeweils einstündigen Schulung. Die Teilnahme ist kostenlos.

Weitere Informationen und Termine: Die Anmeldung erfolgt über die Webseite der *Digitalen Epilepsieberatung Nord (www.digitale-epilepsieberatung-nord.de).* Die Teilnehmenden können zwischen

verschiedenen Terminvorschlägen zu unterschiedlichen Tageszeiten auswählen.

PEPE: Schulungsprogramm für Erwachsene mit Beeinträchtigung

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

PEPE besteht aus acht Kurseinheiten von etwa zwei Stunden Dauer pro Einheit. 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, Hilfemöglichkeiten.

PEPE setzt auf einfache und verständliche Sprache, anschauliche Darstellungen und regelmäßige Wiederholungsübungen. Filme, animierte Grafiken und Fotos unterstützen das Lernen, indem sie verschiedene Sinne ansprechen. So werden auch komplexe Inhalte verständlich und leicht zugänglich vermittelt.

PEPE wird in verschiedenen Einrichtungen angeboten, in denen Erwachsene mit Epilepsie mit zusätzlicher Lern- und geistiger Behinderung behandelt oder betreut werden. Fachkräfte, die Trainerin oder Trainer werden möchten, können die Qualifikation in einem zweitägigen Kurs erwerben.

Weitere Informationen und Kontakt: Bildung & Beratung Bethel, Tel.: 0521 144 – 6110, Mail: bildung-beratung@bethel.de, *www.bethel-regional.de*

Schulung absolviert – und dann?

Viele empfinden den regelmäßigen Besuch einer Selbsthilfegruppe als hilfreich. Wir vermitteln Sie gerne an bestehende Gruppen bzw. sind Ihnen bei der Gründung einer eigenen Gruppe behilflich.

Zudem bieten wir eine Beratung von Betroffenen für Betroffene an. Nähere Informationen dazu und zu unseren vielfältigen weiteren Angeboten finden Sie auf unserer Webseite.

Deutsche Epilepsievereinigung

Bundesgeschäftsstelle
Zillestraße 102
10585 Berlin
Fon: + 49 (0) 30 342 4414
Fax: + 49 (0) 30 342 4466

info@epilepsie-vereinigung.de
www.epilepsie-vereinigung.de
Besuchen Sie uns auch auf Facebook:

Spendenkonto
IBAN DE24 100 700 240 6430029 01
BIC (SWIFT) DEUT DE DBBER
Deutsche Bank Berlin

Fachliche Beratung: Norbert van Kampen (Medizinsoziologe), Epilepsie-Zentrum Berlin-Brandenburg, Berlin & Autorinnen und Autoren der Schulungsprogramme

Stand: Dezember 2026 / Foto: Archiv