

Aktuelles

Liebe Freundinnen und Freunde der EpilepsieBeratung,

wir hoffen, Sie hatten einen schönen Sommer! Mein Name ist Johanna Jacobi und ich freue mich sehr seit Juni Teil des Teams zu sein. Ich habe Erziehungswissenschaften und Gesundheitsökonomie studiert, eine Weiterbildung als Systemischen Beraterin gemacht und werde in der Epilepsie-Beratung Familien und Paare unterstützen.

Mit einem weinenden Auge verabschiedeten wir im Juli unsere Praktikantin Amelie Thill. Sie hat über sechs Monate unser Team bereichert und uns tatkräftig mit ihrer heilpädagogischen Fachkompetenz unterstützt.

Jetzt freuen wir uns darauf mit viel Schwung in den Jahresendspurt zu gehen. Ein paar Neuerungen haben wir dabei im Gepäck; den Eltern-Abend und Yin Yoga. Wir freuen uns auf Ihre Anmeldungen!

Johanna Jacobi und das Team, im August 2024

Eltern-Abend/-Austausch

Der Elternabend richtet sich an Eltern mit epilepsiekranken Kindern, die sich in einem kleinen und vertraulichen Rahmen über ihre Bedürfnisse und Erfahrungen austauschen, sowie vernetzen möchten.

Termin Donnerstag, 7. November 2024, 17 – 19 Uhr

Thema Offener Erfahrungsaustausch – Der Abend gestaltet sich entlang Ihrer individuellen Wünsche und Bedürfnisse

Ort EpilepsieBeratung, Ysenburgstr. 7, München

Referenten Johanna Jacobi und Amelie Thill

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

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. Dabei beschäftigen wir uns an jedem Online-Abend mit einem anderen Thema – ganz bequem von Zuhause aus.

Termin Mittwoch, 16. Oktober 2024, 19 – 20.30 Uhr

Thema „Ressourcen & Selbstvertrauen - Was tut mir denn so richtig gut?“

Termin Mittwoch, 4. Dezember 2024, 19 – 20.30 Uhr

Thema Ziele & Motivation - Was wünsche ich mir für mich und mein Leben?

Referentin Laura Weiland, M.Sc. Psychologin

Anmeldung Die Zahl der Plätze ist auf 8 – 10 begrenzt.

Bitte melden Sie sich frühzeitig per e-mail bei uns an.

EpilepsieBeratung & Kinderneurologie-Hilfe

Ysenburgstraße 7, 80634 München

T (089) 54 80 65 75

epilepsieberatung@diakonie-muc-obb.de

www.diakonie-muc-obb.de/gesundheit/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

www.kinderneurologiehilfe-muenchen.de

EpilepsieBeratung & Kinderneurologie-Hilfe

Wir informieren, beraten, helfen

Termine September – Dezember 2024

Offener Abend

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

Termin Mittwoch, 11. September 2024, 18 – 19.30 Uhr

Thema Offener Erfahrungsaustausch

Termin 23. Oktober 2024, 18 – 19.30 Uhr

Thema Berufliche Teilhabe bei Epilepsie. Welche beruflichen Möglichkeiten stehen mir bei Epilepsie offen? Wie kann der Arbeitgeber meinen bestehenden Arbeitsplatz gefahrungsarm gestalten?

Was kann ich tun, wenn ich von Kündigung bedroht bin?

Fachvortrag und Erfahrungsaustausch

Termin Mittwoch, 13. November 2024, 18 – 19.30 Uhr

Thema Offener Erfahrungsaustausch

Termin Mittwoch, 18. Dezember 2024, 18 – 20.30 Uhr

Thema Weihnachtsfeier – Für Ihr leibliches Wohl sorgen wir!

Ort EpilepsieBeratung, Ysenburgstr. 7, München

Anmeldungen Die Zahl der Plätze ist begrenzt. Bitte melden Sie sich frühzeitig an, auch für die Weihnachtsfeier. Lieben 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.

Bewegung und Entspannung

Gemeinsam Wandern

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

Termin Samstag, 31. August 2024, 8.50 - ca. 18 Uhr

Ort Wir fahren mit der Bahn nach Garmisch-Partenkirchen, laufen zur Partnach-Alm, essen dort und wandern durch die Partnach-Klamm zurück. Insgesamt gehen wir 9 Kilometer mit 300 Höhenmetern. Treffpunkt ist im Hauptbahnhof, München, am YORMA'S - Gleis 26 um 8.50 Uhr.

Anmeldungen 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!

Yin Yoga bei Epilepsie

Yin Yoga ist ein ruhiger und sanfter Yogastil. Die Positionen werden mehrere Minuten lang gehalten. Auf körperlicher Ebene bewirkt man eine tiefe Dehnung. Auf mentaler Ebene entfaltet es eine beruhigende und entspannende Wirkung, die hilfreich sein kann für die Bewältigung von Stress. Wir richten den Blick nach innen, auf die eigenen Empfindungen und Bedürfnisse. So lernen wir die sanften Signale unseres Körpers wahrzunehmen und sie zu achten.

Termine Dienstag, 1. Oktober 2024, 18 – 19.30 Uhr, Dienstag,

19. November 2024, 18 – 19.30 Uhr, Dienstag, 17. Dezember 2024, 18 – 19.30 Uhr

Ort EpilepsieBeratung, Ysenburgstr. 7, München

Anmeldungen Bitte melden Sie sich frühzeitig an. Für die Teilnahme brauchen Sie bequeme Sportkleidung, eine Yoga-/Sportmatte und eine Decke, bzw. ein großes Handtuch.

Erste Anfälle – was nun?

Erste epileptische Anfälle können stark verunsichern. Neben medizinischen Fragen zu Diagnose und Behandlung der Anfallserkrankung, stellen sich erstmals auch 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?

Tatsächlich müssen wir unterschiedliche Lebenssituationen oft sehr individuell betrachten und bewerten. Im gemeinsamen Gespräch können Ideen und Erfahrungen ausgetauscht werden. Zu Beginn erhalten Sie einen fachlichen Einblick darüber, wie sich epileptische Anfälle in den Bereichen Schule, Ausbildung, Mobilität, Arbeit und Recht auswirken können. Im Anschluss besteht die Möglichkeit, sich auszutauschen und nach Ihren individuellen Lösungen zu suchen.

Eingeladen sind Menschen, die einen ersten epileptischen Anfall erlitten oder noch nicht lange an Epilepsie erkrankt sind.

Ausdrücklich eingeladen sind auch Angehörige, bzw. Partnerinnen und Partner. Die Gruppe trifft sich dreimal im Jahr.

Termin Dienstag, 29. Oktober 2024, 16 – 19 Uhr

Ort EpilepsieBeratung, Ysenburgstr. 7, München

Referent Peter Brodisch, Einrichtungsleiter EpilepsieBeratung München

Anmeldung Die Zahl der Plätze ist begrenzt. Bitte melden Sie sich frühzeitig 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