

Newsletter
August- Dezember 2022
Epilepsieberatungsstelle
Mittelfranken



Bild: pixabay

Liebe Interessierte, liebe Netzwerkende!

Mitten im Sommer steht schon wieder der Herbst vor der Tür – man kann es sich gerade nicht wirklich vorstellen...!

Für das letzte Drittel des Jahres haben wir uns wieder Online- und Präsenzangebote für Sie überlegt. Manches kennen Sie schon. Manches ist *NEU*. Und es gibt was zu feiern!

Wir hoffen, Sie finden etwas, was Sie interessiert. Gerne nehmen wir auch Ideen von Ihnen auf, wenn Sie sich ein bestimmtes Angebot wünschen. Erscheint es umsetzbar und finden sich mehrere Interessierte, kann dies auch einmal in unserem Newsletter Platz finden.

Hier nun unsere Angebote schon mal zum **Vormerken**.

Bitte melden Sie sich unter oa-nbg@rummelsberger.net für die Teilnahme an.

Für Betroffene und Angehörige/Interessierte:

Online-Angebote:

Vorträge:

Donnerstag, 27.10.2022, 19:00 Uhr: „Epilepsien und epileptische Anfälle“

Montag, 05.12.2022, 19:00 Uhr: „Epilepsie und Familie“

Die Vorträge werden in Kooperation mit den anderen bayerischen Epilepsieberatungsstellen angeboten. Nähere Informationen zu den jeweiligen Vorträgen und (technische) Teilnahmeinformationen folgen. Eine Anmeldung ist **nicht** erforderlich.

Offener Abend „Couch TALK“:

Dienstag, 27.09. 2022, 19:00 – 20:30 Uhr

Donnerstag, 24.11.2022, 19:00- 20:30 Uhr

Dieses lockere Onlinetreffen mit Kamera zum Austausch gilt nur für Betroffene. Anmeldung ist erforderlich (bereits jetzt möglich). Achtung: TN-Zahl ist begrenzt! Nähere Informationen zur Teilnahme erhalten die Angemeldeten einige Tage vor dem Termin.

NEU: „Kreativ-Workshop mit Stift und Papier“

Referentin: Dr. Simone C. Nicklas

Kreatives Schreiben kann Ihnen helfen...

- ... Ihre Gedanken zu ordnen,
- ... sich selbst und die eigene Erkrankung besser verstehen zu lernen,
- ... schwierige Lebensphasen leichter zu bewältigen,
- ... einen guten Umgang mit Herausforderungen und der eigenen Erkrankungen zu finden.

Studien belegen, dass sich kreatives Schreiben positiv auf die psychische Gesundheit auswirkt. Wer bereits einmal Tagebuch geschrieben hat, weiß, wie entlastend es sein kann, sich alles von der Seele zu schreiben.

Mit einzelnen kreativen Impulsen können Sie sich auf dem Papier ausprobieren, sich kleine Entlastungen in schwierigen Zeiten schaffen, zur Ruhe kommen, Kraft tanken, sich selbst stärken und neue Perspektiven auf bekannte Situationen einnehmen.

Wichtig: In diesem Workshop dürfen und sollen Sie alles vergessen, was Sie in der Schule gelernt haben: Es geht nicht um die korrekte Rechtschreibung und Grammatik, nicht um den idealen Textaufbau, nicht um das Schreiben von Gedichten, Romanen oder einer spannenden Geschichte. Es geht allein um Ihren eigenen, individuellen Ausdruck. Schreiben kann Jede:r, der einmal in der Schule war! Im Workshop gibt es keine Bewertungen von Texten – bei uns ist jeder Text genau richtig, so wie er ist.

Zielgruppe: Der Workshop richtet sich an Menschen, die an Epilepsie erkrankt sind, mindestens 16 Jahren alt sind und Lust haben, kreativ zu sein und Neues auszuprobieren. Sollten Sie an einer Psychose oder schweren Depression leiden, raten wir von der Teilnahme an diesem Kurs ab.

Was Sie brauchen: einen Stift und einen Block/Papier.

Um kennenzulernen, wie so ein Workshop abläuft, gibt es einen **Schnupperkurs** am

Dienstag, 18.10.2022, 18:00 – ca. 20:00 Uhr

Falls Ihr Interesse für mehr geweckt wird, folgt darauf ein 3-tägiger Workshop:

Dienstag, 08.11.2022

Dienstag, 15.11.2022

Dienstag, 22.11.2022, jeweils von 18:00 – 20:00 Uhr

Anmeldung: Bitte melden Sie sich bis zum 07.10.2022 an.

Schreiben Sie uns in wenigen Worten, was Sie sich von dem Workshop erhoffen und wünschen. Nähere Informationen sowie die LogIn-Daten erhalten Sie wenige Tage vor dem Schnupperkurs.

Bei **inhaltlichen Fragen** zum Workshop wenden Sie sich an: simone.nicklas@uk-gm.de

NEU: Schreib#Chat für junge Menschen mit Epilepsie

Auf mehrfachen Wunsch möchten wir mit diesem Angebot speziell **Jugendliche zwischen 14 und 18 Jahren** ansprechen. Es besteht die Möglichkeit des von uns begleiteten Austauschs zwischen den betroffenen Jugendlichen per Schreibchat.

Freitag, 21.10.2022, 15:00 – 16:30 Uhr

Freitag, 09.12.2022, 15:00 -16:30 Uhr

Der Chat läuft über die Plattform RuDi#bbb auf dem Server der Rummelsberger Diakonie.

Nähere Informationen folgen. Anmeldung erforderlich (bereits jetzt möglich).

Präsenz- Angebote:

Offene Treffen:

Freitag, 26.08. 2022, 15:00 – 16:30 Uhr: „Treffen am See“:

Nach dem ersten Treffen im Juni war der Wunsch groß, dieses Angebot zu wiederholen. Menschen mit Epilepsie und Angehörige treffen sich am Wöhrder See zum unkomplizierten Austausch, je nach Belieben im Café oder auf der Wiese, beim Federballspielen, ...

Nähere Informationen folgen. Anmeldung erforderlich (bereits jetzt möglich).

Freitag, 14.10.2022, 15:00 – 16:00 Uhr: „Geh-sprache um den See“

In einer kleinen Gruppe von Menschen mit Epilepsie und deren Angehörige wollen wir einen kleinen Spaziergang um den Wöhrder See machen und miteinander ins Geh-sprach kommen.

Nähere Informationen folgen. Anmeldung erforderlich (bereits jetzt möglich).

Beide Termine finden nur bei entsprechendem Wetter statt (und nach aktueller Coronasituation).

Schon gewusst?

Im Juli 2022 wurde die **Psychosoziale Beratungsstelle für Menschen mit Epilepsie** sage und schreibe **20 Jahre alt!** Anlass genug, mit Ihnen zusammen am **Mittwoch, 30.11.2022, um 19 Uhr** zu feiern (ONLINE).

Als Geburtstagskind darf man sich ja was wünschen ...☺. Daher würden wir uns freuen, wenn Sie als "Kenner:innen" der Beratungsstelle einen Teil dazu beitragen! Näheres dazu lassen wir Ihnen noch zukommen. So viel aber schon vorab: Sie dürfen kreativ werden (Foto, Bild, Objekt, Gedicht etc. erstellen) und zwar thematisch zu dem Satz: „**Epilepsie ist für mich wie ... !**“ oder auch gerne: „**Die Epilepsieberatung(ssstelle) ist für mich wie ... !**“

Für Fachkräfte in sozialen und pädagogischen Arbeitsfeldern

Online

Grundlagenschulung zum Umgang mit Epilepsien in verschiedenen Handlungsfeldern

Neben den allgemeinen Beschreibungen von verschiedenen Krankheitsbildern und 1. Hilfe wird auch der (rechtliche) Umgang mit Bedarfsmedikation, Notfalldokumentation und bei Bedarf auch Besonderheiten in Schule, am Arbeitsplatz oder im Zusammenhang mit Behinderungen thematisiert.

Für Fachkräfte in sozialen, pädagogischen oder ähnlichen Arbeitsfeldern! Achtung: Zahl der Teilnehmenden ist begrenzt. Anmeldung erforderlich (bereits jetzt möglich)!

Donnerstag, 29.09.2022, 14:00 – 16:45 Uhr

Donnerstag, 01.12.2022, 14:00 – 16:45 Uhr

Außensprechstunden

(Bitte beachten: telefonisch, per Video oder vor Ort!)

Eine Anmeldung ist unbedingt erforderlich (ggf. auch bezüglich Covid-19 Maßnahmen).

Bitte melden Sie sich für die Außensprechstunde nur unter der folgenden E-Mail-Adresse an:
epilepsie-beratung@rummelsberger.net

- Erlangen:** Freitag, 26. August 2022 (telefonisch oder per Video)
Freitag, 30. September 2022 (telefonisch oder per Video)
Freitag, 28. Oktober 2022 (telefonisch oder per Video)
Freitag, 11. November 2022 (telefonisch oder per Video)
Freitag, 16. Dezember 2022 (telefonisch oder per Video)
- Rummelsberg:** Donnerstag, 25. August 2022 (vorbehaltlich vor Ort)
Donnerstag, 29. September 2022 (vorbehaltlich vor Ort)
Donnerstag, 27. Oktober 2022 (vorbehaltlich vor Ort)
Donnerstag, 24. November 2022 (vorbehaltlich vor Ort)
Donnerstag, 22. Dezember 2022 (vorbehaltlich vor Ort)
- Weißenburg:** Mittwoch, 17. August 2022 B (vorbehaltlich vor Ort)
Mittwoch, 21. September 2022 (telefonisch oder per Video)
Mittwoch, 26. Oktober 2022 (telefonisch oder per Video)
Mittwoch, 23. November 2022 (telefonisch oder per Video)
Mittwoch, 21. Dezember 2022 B (vorbehaltlich vor Ort)
- Ansbach:** Donnerstag, 18. August 2022 (telefonisch oder per Video)
Donnerstag, 15. September 2022 (vorbehaltlich vor Ort)
Donnerstag, 20. Oktober 2022 (vorbehaltlich vor Ort)
Donnerstag, 17. November 2022 (vorbehaltlich vor Ort)
Donnerstag, 15. Dezember 2022 (telefonisch oder per Video)

Ansprechpartner:in:

Kerstin Kählig | Bernhard Köppel
Psychosoziale Beratungsstelle für Menschen mit Epilepsie Mittelfranken

Sollten Sie unsere Newsletter zukünftig nicht mehr erhalten wollen, geben Sie uns bitte kurz Bescheid. Wir streichen Sie dann aus unserem Verteiler.