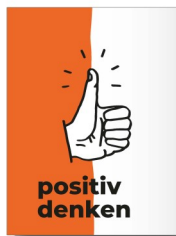




17. und 18. September 2022 · Baden

Workshop Selbst-Handeln - stark mit Epilepsie



Liebe Mitglieder, Liebe Interessierte

Erneut können wir in der Schweiz einen Workshop anbieten zum Thema „Selbst-Handeln und dadurch auch epileptische Anfälle kontrollieren“. Es freut uns ausserordentlich, dass wir dazu die beiden erfahrenen Referenten gewinnen konnten:

- Dr. phil. Gerd Maria Heinen, Psychologe und Psychotherapeut in Berlin
- Dr. med. Rosa Michaelis, Neurologin und Psychotherapeutin in Dortmund

Auf den Grundlagen von Dr. D. Andrews (Epilepsy Research Program USA) setzen sich beiden Referenten seit vielen Jahren mit dem Thema Selbst-Handeln und Epilepsie auseinander. Sie haben dazu spezifische Arbeitsmaterialien entwickelt (Arbeitshefte Selbst handeln). Das gemeinsame Verstehen der Anfälle und damit das Ermöglichen von gesundheitsfördernden Veränderungsprozessen ist ihr Anliegen. Die Einsicht in die eigene Handlungsfähigkeit kann das Lebensgefühl von Menschen mit Anfällen grundlegend verändern. Diese Veränderung wirkt sich positiv auf die ganze Familie bzw. Partnerschaft aus.

Inhalt des Workshops:

Die systematische Anwendung zur Anfallsunterbrechung setzt eine intensive Auseinandersetzung mit den Anfällen voraus: Kennenlernen von unterschiedlichen Anfallsarten und verschiedenen möglichen Auslösefaktoren.

Um teilweise Auren oder Anfälle selbst beeinflussen zu können, wie diese zu unterbrechen sind, bevor es überhaupt zu einem Anfall kommt, braucht es Strategien: Erlernen von Strategien zur Selbstkontrolle und Anfallsunterbrechung.

Dieser Workshop eignet sich für Menschen, die selbst eine Epilepsie haben und deren Angehörige. Interessierte Personen, welche sich mit dem Thema Epilepsie und Selbst-Handeln auseinandersetzen möchten, sind ebenfalls herzlich willkommen.

Werden Sie Experte Ihrer eigenen Krankheit und fördern Sie mittels Selbst-Handeln aktiv Ihre eigene Gesundheit.

Wir freuen uns, Sie am Workshop zu begrüssen!

Infos und Anmeldung

[www.epi-suisse.ch/
veranstaltungen](http://www.epi-suisse.ch/veranstaltungen)

Programm

Workshop Selbst-Handeln und stark mit Epilepsie

Samstag, 17. September 2022

9.30 Uhr

Begrüßung und Vorstellungsrunde

10.00 Uhr

- Einführung ins Thema mit spielerischer Übung: „Was bedeutet es, selbst zu handeln?“
 - Gemeinsame Erarbeitung des Anfallsmodells mit anfallsfördernden Faktoren anhand eines Fallbeispiels; welche Fallen gibt es?
 - Kennenlernen von Therapiematerialien
-

12.00 Uhr

Mittagessen im Hotel du Parc, Baden

13.15 Uhr

- Fallarbeit: Systematische Suche nach eigenen Anfallsauslösern
Film: „Moment ausser Kontrolle mit Nachbesprechung“
-

18.00 Uhr

Ende

Sonntag, 18. September 2022

9.00 Uhr

- Theorie zur Anfallsabwehr: Wie gehe ich bei der Entwicklung eigener Strategien vor?
 - Systematische Betrachtung eigener Erfahrungen mit Anfallsabwehr
 - Selbst-Handeln als Prozess
-

13.30 Uhr

Ende

Datum	Samstag, 17 September 2022 und Sonntag, 18. September 2022
Ort	Hotel Du Parc Römerstrasse 24 5400 Baden www.hotelduparc.ch
Kosten	Epi-Suisse Mitglieder CHF 100.— Nicht-Mitglieder CHF 150.— Die Kosten beinhalten zwei Kurstage inkl. Schulungsmaterial und beide Mittagessen. Bei Finanzierungsproblemen nehmen Sie bitte mit uns Kontakt auf. Übernachtung zu Hause, im Hotel Du Parc auf eigene Kosten. Es gelten die allgemeinen Teilnahmebedingungen von Epi- Suisse.
Anmeldung	Eine Anmeldung ist erforderlich Telefonisch unter 043 488 68 80 per Mail via info@epi-suisse.ch Internet: www.epi-suisse.ch/veranstaltungen Anmeldeschluss: 30. Juli 2022
Organisation und Auskünfte	Epi-Suisse Seefeldstrasse 84 8008 Zürich T 043 488 68 80 www.epi-suisse.ch