epi suisse Magazin

2026

epi suisse

Schweizerischer Verein für Epilepsie
Association suisse de l'Épilepsie
Associazione svizzera per l'Epilessia

LIEBE LESERINNEN, LIEBE LESER

Von Stärke, die man nicht sieht
Für diese Ausgabe durfte ich mit vielen Menschen sprechen. Mit Fachpersonen, Angehörigen und Betroffenen. Mit Menschen, die seit Jahren mit Epilepsie leben, und mit solchen, die erst lernen, ihren eigenen Weg damit zu finden.

Besonders beeindruckt haben mich dabei zwei Menschen: Zoé, 16 Jahre alt, und der Musiker Flo LeBeau. Zoé erzählt offen von den Herausforderungen, die eine Epilepsie im Jugendalter mit sich bringt. Von der Angst, anders zu sein. Vom Wunsch, einfach dazuzugehören. Von Diskussionen mit den Eltern über Schlafenszeiten und der Frage, welche Träume sich verwirklichen lassen und welche vielleicht nicht. Und trotzdem sagt sie einen Satz, der mich nicht mehr loslässt: «Die Krankheit stoppt mich nicht. Aber sie macht mich manchmal etwas langsamer.» Auch Flo LeBeau hat mich beeindruckt. Nach seiner Diagnose zog er sich nicht zurück. Stattdessen machte er seine Erfahrungen zum Thema eines ganzen Musikalbums. Weil er etwas weitergeben möchte. Weil er zeigen möchte, dass niemand mit einer Epilepsie allein unterwegs ist.

In dieser Ausgabe begegnen Ihnen noch viele weitere Menschen. Joanne Pernet, die gelernt hat, ihrer eigenen Stärke zu vertrauen. Fachpersonen, die Jugendliche und Familien begleiten. Engagierte Menschen, die andere unterstützen und ermutigen.

Was sie alle verbindet, ist nicht die Krankheit. Es ist die Art, wie sie mit ihr umgehen.

Wer mit Epilepsie lebt, muss oft früher Verantwortung übernehmen als andere. Muss Rückschläge verkraften und immer wieder neue Wege finden. Gleichzeitig begegnet man dabei Menschen, die eine bemerkenswerte Fähigkeit entwickeln: Sie lernen, sich selbst gut kennenzulernen. Ihre Stärken. Ihre Grenzen. Und oft auch das, was im Leben wirklich zählt.

Vielleicht ist genau das die wichtigste Erkenntnis dieser Ausgabe: Epilepsie gehört zum Leben vieler Menschen. Aber sie definiert nicht, wer diese Menschen sind.

Ich wünsche Ihnen eine anregende Lektüre.

Herzliche Grüsse

Carole Bolliger

Redaktionsleiterin

BUCHTIPP

«MEIN HIRN STEHT KOPF»

Emi ist elf Jahre alt und hat eine Besonderheit: Sie leidet an Absenzepilepsie. Doch Epilepsie definiert sie nicht. Ihr grosses Ziel ist es, Olympiasiegerin im Kunstturnen zu werden. Auf dem Weg zu diesem Traum muss Emi zahlreiche Hindernisse überwinden. Zum Glück kann sie dabei auf die unerschütterliche Unterstützung ihrer Familie und ihrer Freunde zählen.

Der Manga von Caroline Sahli-Kohler und Marjorie Joris Mourey erzählt nicht nur von Epilepsie und dem damit verbundenen medizinischen Weg, sondern auch von den Herausforderungen des Erwachsenwerdens. Es geht um Mut, Wettkampf, Rivalität, echte Freundschaften und die erste Liebe.

Dieses Buch ist bestellbar über **www.epi-suisse.ch/shop**

IMPRESSUM

Herausgeber
Epi-Suisse,
Schweizerischer Verein für Epilepsie
Seefeldstrasse 84
CH-8008 Zürich

Redaktion
Carole Bolliger

Foto Titelbild
Sylvain Chabloz

Korrektorat
Helen Gysin

Auflage deutsch und französisch
1800 Ex.

Gestaltung und Druck
Stutz Medien AG
CH-8820 Wädenswil
stutz-medien.ch

Mit freundlicher Unterstützung von

DESITIN SUCCESS IN CNS

Epi-Suisse finanziert sein Angebot zum grössten Teil durch Spenden. Vielen Dank für Ihre Unterstützung.

ZWISCHEN ANFÄLLEN, BÜCHERN UND NEUEM GLÜCK

Joanne Pernet lebt seit ihrem vierten Lebensjahr mit Epilepsie. Heute ist sie Mutter einer kleinen Tochter und blickt auf einen Weg zurück, der nicht immer einfach war. Im Gespräch erzählt sie von ihrer Entschlossenheit, ihrer Offenheit gegenüber anderen Menschen – und richtet eine wichtige Botschaft an junge Betroffene.

Joanne Pernet hat schon immer gern geschrieben.

Als ich Joanne treffe, hält sie ihre Tochter im Arm. Beide lächeln breit. Auch Joannes Mutter ist dabei und strahlt. Die Geburt der Jüngsten der drei Generationen erfüllt Mutter und Grossmutter sichtbar mit Glück – vielleicht gerade deshalb, weil der Weg dorthin nicht einfach war. Joanne lebt seit ihrem vierten Lebensjahr mit Epilepsie. Für sie selbst stand die Krankheit ihren Zielen zwar nie grundsätzlich im Weg. Trotzdem musste sie immer wieder grosse Hürden überwinden.

Joanne beschreibt eine Kindheit, in der ihre epileptischen Absencen zum Alltag gehörten und sowohl von ihrer Familie als auch von ihren Schulkameradinnen und Schulkameraden akzeptiert wurden. Dennoch möchte sie Lehrpersonen etwas mit auf den Weg geben: «Nein, wir träumen nicht einfach vor uns hin – wir haben Absencen! Gebt uns mehr Zeit!» Sie bedauert, dass sich Kinder noch immer stark an ein wenig flexibles Schulsystem anpassen müssen.

«MAN MUSS LERNEN, SICH SELBST KENNENZULERNEN. MIT DEN EIGENEN GRENZEN UND STÄRKEN.»

IMMER VERNÜNFTIG SEIN

Besonders belastend wurde die Krankheit in der Jugendzeit. Die Absencen entwickelten sich zu tonisch-klonischen Anfällen – schweren epileptischen Anfällen, die gerade in einem Alter, in dem der Blick der anderen besonders wichtig wird, schwer zu ertragen waren. Gleichzeitig gelang es den Ärzten lange nicht, ihre Epilepsie zu stabilisieren. Die Nebenwirkungen der Medikamente beeinträchtigten ihren Schlaf, Schlafmangel wiederum löste neue Anfälle aus – ein Teufelskreis.

Hinzu kamen die üblichen Einschränkungen, die ihr auferlegt wurden, um Anfälle zu vermeiden. «Ich musste früh nach Hause, immer vernünftig sein. Und trotzdem gingen die Anfälle weiter. Aber ich war ein Teenager!» Joanne begann sich zu wehren. Sie verweigerte Medikamente, deren Nebenwirkungen sie stark belasteten, oder Behandlungen, die ihr nicht sinnvoll erschienen.

SPEZIALISIERTES EPILEPSIEZENTRUM

Schliesslich hörte sie von einem spezialisierten Epilepsiezentrum. Es lag jedoch weit entfernt vom Wohnort der Familie und kam zunächst nicht infrage. Gleichzeitig kämpfte ihr mittlerweile verstorbener Vater gegen eine schwere Krankheit – der Alltag war ohnehin belastend. Doch Joanne blieb hartnäckig. Sie schwänzte Arzttermine und drängte so lange, bis ihre Eltern nachgaben und sie doch in das Zentrum brachten. Dort fand sie endlich Menschen, die ihre Epilepsie und deren Auswirkungen besser verstanden.

Drei Generationen im Familienglück: Joanne Pernet (rechts) mit ihrer Mutter und Tochter.

Trotzdem blieb ihr Weg anspruchsvoll. Als sie eine Lehrstelle suchte, schlug ihr Neurologe vor, Unterstützung der Invalidenversicherung in Anspruch zu nehmen. Joanne befand sich damals erneut in einer schwierigen Phase mit vielen Anfällen. Innerlich war sie jedoch überzeugt, ihren Weg selbst finden zu wollen. «Ich habe eine Lehre als Buchhändlerin gemacht und musste das erste Lehrjahr wiederholen. Es war ein echter Kampf, aber ich habe es geschafft», erzählt sie stolz.

«JEDER MENSCH IST ANDERS UND ES GIBT VERSCHIEDENE FORMEN VON EPILEPSIE.»

Heute blickt sie differenzierter auf diese Zeit zurück. Sie weiss, dass Unterstützung durch die Invalidenversicherung oder andere Fachstellen für viele Menschen mit Epilepsie eine wichtige Hilfe sein kann. «Jeder Weg ist anders», sagt sie sinngemäss. Für sie persönlich sei damals der Wunsch gross gewesen, möglichst selbstständig voranzukommen. Geholfen habe ihr vor allem eines: «Die Kraft der Jugend – dass man sich noch nicht bewusst ist, welche Probleme Epilepsie im Leben verursachen kann.»

LIEBE ZU WORTEN UND GESCHICHTEN

Seit fünf Jahren gilt ihre Epilepsie als stabilisiert. Zwar erlitt sie im vergangenen Jahr kurz nach der Geburt ihrer Tochter erneut drei Anfälle – ausgelöst durch eine belastende Situation während der Stillzeit. «Meine Epilepsie, die ich manchmal fast vergesse, hat mich wieder daran erinnert, wie wichtig ein Gleichgewicht ist, besonders genügend Schlaf.» Heute weiss Joanne, dass sie lernen muss, Grenzen zu setzen und Einladungen auch einmal abzulehnen. Ihr Mann unterstützt sie im Alltag und übernimmt, wenn nötig. Das gibt ihr Ruhe und Sicherheit. Seit einigen Monaten arbeitet Joanne zudem wieder bei ihrem ersten Arbeitgeber und ist zurück in der Welt der Bücher, die sie so liebt.

Doch ihre Liebe zu Worten und Geschichten lebte sie auch davor schon aus. «Ich habe schon immer gerne geschrieben», erzählt sie. Im vergangenen Jahr entschied sie sich, ihre eigene Geschichte aufzuschreiben und gleichzeitig Erfahrungsberichte anderer Menschen mit Epilepsie zu sammeln. «Indem ich das Gespräch geöffnet habe, entstand Raum für Austausch.»

So traf Joanne Menschen unterschiedlichen Alters und mit ganz verschiedenen Lebensgeschichten. Daraus entstanden berührende und wertvolle Zeugnisse. «Jeder Mensch ist anders, und es gibt viele Formen von Epilepsie. Die Berichte zeigen, dass Schwierigkeiten zwar da sind, aber überwunden werden können.»

DURCHHALTEN LOHNT SICH

Jungen Menschen, die heute mit Herausforderungen kämpfen, rät sie: «Es ist hart, aber es wird nicht immer so bleiben. Haltet durch – es wird besser werden. Ihr könnt aus eurer Epilepsie sogar eine Stärke machen.» Die Krankheit habe sie geprägt, sagt sie. Sie habe viel Empathie entwickelt, eine besondere Sensibilität für andere Menschen und die Fähigkeit, sich anzupassen und Kompromisse zu finden. Das half ihr auch in ihrer Arbeit mit älteren Menschen mit Demenz – eine Tätigkeit, die sie sehr mochte. Und vermutlich hilft es ihr heute auch als Mutter.

Mit den veröffentlichten Erfahrungsberichten auf ihrer Plattform möchte Joanne anderen Betroffenen Mut machen. Niemand solle sich mit seiner Epilepsie allein fühlen. Gleichzeitig möchte sie zeigen, dass die Krankheit das Leben nicht verhindern muss – im Gegenteil. «Hört auf euch selbst und verfolgt eure Ziele, auch wenn sie nicht dem entsprechen, was andere von euch erwarten», sagt sie. «Vielleicht braucht es Anpassungen. Aber für mich ist nichts unmöglich. Man muss lernen, sich selbst kennenzulernen. Mit den eigenen Grenzen und den eigenen Stärken.»

TEXT: MÉLANIE VOLLUZ
FOTOS: SYLVAIN CHABLOZ

GESAMMELTE ERFAHRUNGS-BERICHTE VON JOANNE PERNET

Für ihr Buch traf sie andere Menschen, die von Epilepsie betroffen sind. Ihr Wunsch: Erfahrungsberichte sammeln und teilen, um die Einsamkeit zu durchbrechen, die Betroffene im Umgang mit der Krankheit empfinden können.

Théo, Norah und Krystel sind ihrem Aufruf gefolgt und haben ihre persönliche Geschichte erzählt.

Ihr seid nicht allein! Das ist die erste Botschaft, die diese Lebensgeschichten vermitteln. Die Berichte zeigen zudem, dass Epilepsie kein Hindernis für ein erfülltes Leben sein muss und dass es sich lohnt, die eigenen Träume und Ziele weiterzuverfolgen – ganz gleich, welche das sind.

Die Erfahrungsberichte sind auf der Website von Epi Suisse verfügbar:

ZWISCHEN FREIHEIT UND VERANTWORTUNG

Die erste Party. Die erste grosse Liebe. Der Wunsch nach Unabhängigkeit. Die Frage, welcher Beruf einmal der richtige sein könnte. Die Jugend ist eine Zeit voller Veränderungen. Für Jugendliche mit Epilepsie kommen weitere Herausforderungen hinzu. Sie müssen lernen, mit einer chronischen Erkrankung umzugehen, in einer Lebensphase, in der sie eigentlich vor allem eines möchten: so sein wie alle anderen.

«Die Jugend ist eine Phase des Umbruchs», sagt Andrea Rüegger, Oberärztin am Kinderspital Zürich. Körper, Hormone und Psyche verändern sich. Gleichzeitig suchen junge Menschen nach ihrer eigenen Identität und möchten selbstständig werden. Genau hier gerät die Epilepsie oft in Konflikt mit den Bedürfnissen der Jugendlichen. «Die Erkrankung bedeutet häufig Kontrollverlust. Sie erfordert Disziplin, Regelmässigkeit und oft die Einmischung der Eltern. Das widerspricht dem, was Jugendliche eigentlich tun möchten: ausprobieren, Grenzen testen und rebellieren.»

Besonders wichtig wird in dieser Lebensphase die Zugehörigkeit. Freundschaften gewinnen an Bedeutung, Gleichaltrige werden zu wichtigen Bezugspersonen. Anders zu sein, fühlt sich oft bedrohlich an. «Wir erleben in der Beratung immer wieder, dass Jugendliche ihre Epilepsie nicht offen ansprechen möchten», sagt Rebecca Löble von Epi-Suisse. Die Angst vor negativen Reaktionen sei gross. Viele fürchten sich vor Unverständnis oder davor, auf ihre Diagnose reduziert zu werden. Hinzu kommt die Sorge vor einem Anfall in der Öffentlichkeit. Was passiert, wenn es in der Schule, beim Sport oder im Freundeskreis zu einem epileptischen Anfall kommt? Wie reagieren die anderen? Werden sie mich anders behandeln?

«DER WUNSCH, SO WIE DIE ANDEREN ZU SEIN, IST ALLGEGENWÄRTIG.»

Die 16-jährige Zoé hat eine eigene Selbsthilfegruppe für Jugendliche Betroffene gegründet. (Foto: zvg)

Diese Sorge kennt auch Zoé (16). Mit zwölf Jahren erlebte sie ihren ersten grossen epileptischen Anfall. «Ich hatte Angst, ausgeschlossen zu werden oder diejenige zu sein, auf die alle Rücksicht nehmen müssen», erzählt sie. Besonders beschäftigt habe sie die Frage, wie Freundinnen und Freunde reagieren würden. Die befürchtete Ausgrenzung blieb zwar aus. Die Unsicherheit aber war lange da und ist auch heute noch manchmal spürbar, wenn sie neue Menschen kennenlernt, die ihre Geschichte noch nicht kennen.

ZWISCHEN AUSGANG UND SCHLAFRHYTHMUS

Gerade Jugendliche mit sichtbaren Anfällen oder Nebenwirkungen der Medikamente erleben diese Fragen oft besonders intensiv. «Gewichtszunahme, Müdigkeit oder Hautprobleme können sich negativ auf das ohnehin schon fragile Selbstbewusstsein auswirken», erklärt Andrea Rüegger.

Was für viele Jugendliche selbstverständlich ist, kann bei Epilepsie zusätzliche Fragen aufwerfen. Darf ich an Partys gehen? Wie viel Alkohol ist erlaubt? Muss ich früher nach Hause als meine Freunde? «Soziale Kontakte pflegen, in den Ausgang gehen und feiern, das gehört zum Jugendalter dazu», sagt Rebecca Löble. Gleichzeitig könne Schlafentzug ein wichtiger Anfallsauslöser sein. Jugendliche müssten deshalb lernen, ihren eigenen Körper gut kennenzulernen und zu verstehen, welche Faktoren ihre Epilepsie beeinflussen.

Auch Zoé kennt diesen Konflikt. «Früher schlafen gehen ist bei uns zuhause oft ein

In der Jugend wird die Zugehörigkeit besonders wichtig. Freundschaften gewinnen an Bedeutung, Gleichaltrige werden zu wichtigen Bezugspersonen.

Diskussionsthema», sagt sie. Während Gleichaltrige länger unterwegs sind, muss sie darauf achten, genügend Schlaf zu bekommen. «Ich weiss, warum das wichtig ist. Aber manchmal möchte ich einfach normal sein und nicht immer diejenige, die früher nach Hause muss.»

Stress, unregelmässiger Schlaf und durchfeierte Nächte gehören zu den bekannten Auslösern von Anfällen. Die Notwendigkeit eines regelmässigen Lebensrhythmus kann deshalb als Einschränkung erlebt werden. «Die Jugendlichen möchten alle Aktivitäten mitmachen, bis spät in die Nacht aufbleiben und keine Tabletten schlucken», sagt Andrea Rüegger. «Der Wunsch, so wie die anderen zu sein, ist allgegenwärtig.»

SCHULE, BERUF UND ZUKUNFT

Spätestens gegen Ende der Schulzeit rückt die Zukunft in den Fokus. Welche Ausbildung ist möglich? Muss ich meine Epilepsie im Bewerbungsprozess erwähnen? Welche Berufe kommen überhaupt infrage? Die Berufswahl gehört zu den häufigsten Themen in der Sozialberatung von Epi-Suisse. Einige Berufe sind mit einer Epilepsie tatsächlich nicht möglich. Gleichzeitig stehen Jugendlichen viele Wege offen. «Wichtig ist, die individuellen Voraussetzungen genau anzuschauen», sagt die Sozialberaterin. Neben den Anfällen können auch Konzentrations- oder Aufmerksamkeitsprobleme eine Rolle spielen. Manche Jugendliche benötigen deshalb zusätzliche Unterstützung in der Schule.

Auch bei der Berufswahl spielt die Epilepsie mit. Zoé interessierte sich lange für Berufe bei der Rega oder im Rettungsdienst. Heute weiss sie, dass solche Wege für sie schwierig oder nicht möglich sind. «Ich weiss, dass ich nicht alles machen kann», sagt sie. Gleichzeitig hat sie andere Ziele gefunden und möchte später studieren. Sorgen macht ihr manchmal die Frage, ob sie mit Studium und Beruf Schritt halten kann. Dennoch blickt sie zuversichtlich nach vorne. «Die Krankheit stoppt mich nicht. Aber sie macht mich manchmal etwas langsamer.»

Trotz aller Herausforderungen erlebt Andrea Rüegger ihre jungen Patientinnen und Patienten oft als erstaunlich stark. «Wenn Jugendliche ihre Erkrankung akzeptieren und ihren eigenen Weg zwischen vernünftiger Vorsicht und mutigem Leben finden, entwickeln sie eine aussergewöhnliche Stärke, Empathie und Lebenserfahrung.» Genau das versucht auch Zoé. Was sie anderen Jugendlichen mit einer frischen Diagnose mitgeben würde? Sie muss nicht lange überlegen: «Mach das Beste daraus und behalte den Blick bei all dem, was du hast.»

TEXT: CAROLE BOLLIGER

HIER FINDEN JUGENDLICHE HILFE

- **Sozialberatung von Epi-Suisse:** www.epi-suisse.ch/beratung
- **Epi-Guide Jugendliche:** www.epi-suisse.ch/de/informationen/shop/jugendliche-und-epilepsie-epi-guide-2/
- **Jugend-Selbsthilfegruppe:** www.epi-suisse.ch/de/angebote/selbsthilfe/selbsthilfegruppen/#deutschschweizvorwiegendzrich

Epilepsie verbindet Generationen.

Ihr Erbe ebenso.

Ihr Vermächtnis an Epi-Suisse schlägt eine wichtige Brücke – zwischen Ihnen und den Menschen, die Hilfe und Beratung benötigen.

Legate und Erbschaften sind für Epi-Suisse unerlässlich, damit wir die Angebote für Menschen mit Epilepsie und ihre Angehörigen aufrechterhalten und auf neue Entwicklungen reagieren können.

Haben Sie sich schon einmal überlegt, Ihren Nachlass zu regeln und vielleicht Epi-Suisse in Ihrem Testament zu berücksichtigen? Damit Sie für Ihre persönliche Lebenssituation die passende Regelung treffen können, hat Epi-Suisse hilfreiche Unterlagen für Sie zusammengestellt.

Unsere **neue Broschüre** zeigt auf, was Sie mit Ihrem Legat oder einer Erbschaft zugunsten von Epi-Suisse ermöglichen – kurz und übersichtlich.

Unser **ausführlicher Testament-Ratgeber** beantwortet alle wichtigen Fragen rund um Testament, Vorsorge, Legate und Erbschaften, Patientenverfügung und Vorsorgeauftrag – selbstverständlich unter Berücksichtigung des neuen Erbrechts, das seit dem 1. Januar 2023 gilt.

jetzt gratis bestellen

Kostenlose Unterlagen bestellen

Möchten Sie sich über Ihr Dasein hinaus für Menschen mit Epilepsie einsetzen?
Bestellen Sie unverbindlich und kostenfrei:

☐ Broschüre **«Epilepsie verbindet Generationen. Ihr Erbe ebenso.»**

☐ Ratgeber **«Zu Lebzeiten die Zukunft gestalten»**, Ratgeber für Testament und Vorsorge

Vorname / Name

Strasse / Hausnummer

PLZ / Ort

Telefon (freiwillig)

E-Mail (freiwillig)

epi suisse

Bestelltalon senden an: Epi-Suisse, Seefeldstrasse 84, 8008 Zürich, oder Angaben per E-Mail an info@epi-suisse.ch
Ihre Daten werden vertraulich behandelt und nicht an Dritte weitergegeben.

NICHT ALLEIN MIT DER DIAGNOSE

Wenn bei einem Kind Epilepsie diagnostiziert wird, steht für viele Familien die Welt zunächst still. Der famoses-Kurs hilft Familien mit epilepsiebetroffenen Kindern.

Nebst medizinischen Fragen tauchen Ängste auf: vor dem nächsten Anfall, vor der Zukunft, vor einem Alltag, der plötzlich unberechenbar erscheint. Genau hier setzt der **famoses-Kurs** an, ein in Deutschland entwickeltes Schulungsprogramm. In der Schweiz ein Angebot von **Epi-Suisse,** das Eltern und Kinder stärkt und ihnen Raum gibt, sich mit der Erkrankung auseinanderzusetzen.

Geleitet wird der Elternkurs unter anderem von **Andrea Rüegger, Oberärztin und Fachärztin für Epilepsie / Neuropädiatrie am Kinderspital Zürich.** Sie kennt die Situation vieler Familien aus dem klinischen Alltag. «In den Sprechstunden ist die Zeit oft knapp», sagt sie. «Eltern müssen komplexe Informationen in kurzer Zeit aufnehmen – das ist häufig überfordernd.» Der famoses-Kurs biete etwas, das im medizinischen Setting oft zu kurz komme: Zeit, Austausch und die Möglichkeit, die Diagnose einzuordnen.

Die Fragen, mit denen Eltern in den Kurs kommen, sind vielfältig. Sie reichen von medizinischen Themen bis zu existenziellen Sorgen. Oft sei auch die Angst da, der Austausch mit anderen Eltern könnte emotional zu belastend sein, sagt Rüegger. Doch genau dieser Austausch erweise sich für viele als zentral. «Der wichtigste Schritt ist, dass Familien beginnen, die Epilepsie in ihr Leben zu integrieren, statt sich von ihr beherrschen zu lassen.»

LÜCKE ZWISCHEN WISSEN UND ALLTAG SCHLIESSEN

Ein zentrales Anliegen des Kurses ist es, die Lücke zwischen Wissen und Alltag zu schliessen. Zwar verfügen viele Eltern nach der Diagnose über viel medizinisches Wissen, fühlen sich aber dennoch unsicher. «Die Unberechenbarkeit der Epilepsie lässt sich nicht aus einem Lehrbuch lernen», erklärt Rüegger. Der Erfahrungsaustausch mit anderen Eltern schaffe hier oft jene «Aha-Momente», die Sicherheit geben – gerade im Umgang mit Notfallsituationen.

Neben Wissen und Handlungskompetenz haben im Kurs auch Emotionen Platz. Angst, Überforderung oder Schuldgefühle seien häufig, würden im Alltag aber oft verdrängt. «Im geschützten Rahmen des famoses-Kurses dürfen diese Gefühle ausgesprochen werden», sagt die Fachärztin. Allein die Erkenntnis, damit nicht allein zu sein, wirke entlastend. Viele Eltern verliessen den Kurs nicht nur mit mehr Wissen, sondern mit einem gestärkten Selbstvertrauen und dem Gefühl von Zugehörigkeit.

Parallel zum Elternkurs findet der **Kinderkurs** statt, mitgeleitet von **Nina Wiederkehr, Sozialberaterin bei Epi-Suisse.** Während die Eltern sich austauschen, setzen sich die Kinder auf spielerische Weise mit ihrer Erkrankung auseinander. «Wir machen eine Schiffsreise auf verschiedene Inseln», erklärt Wiederkehr. Auf jeder Insel wird ein Thema behandelt – etwa Medikamente oder Anfälle – altersgerecht und kreativ.

DAS GEFÜHL, NICHT ALLEIN ZU SEIN

Der Kinderkurs richtet sich an Kinder, die ein gewisses Lese- und Schreibverständnis haben und beginnen, Fragen zu stellen. «Der richtige Zeitpunkt ist sehr individuell», betont Wiederkehr. Entscheidend sei, ob ein Kind Interesse an der eigenen Erkrankung zeige. Wichtig sei, das Thema nicht zu tabuisieren. «Kinder merken sehr genau, dass etwas nicht stimmt. Wenn nicht darüber gesprochen wird, entsteht schnell das Gefühl, es sei etwas Verbotenes.»

Besonderen Wert legt der Kurs auch auf die Einbeziehung von Geschwisterkindern. Epilepsie betreffe immer das ganze Familiensystem, betonen beide Fachpersonen. Für Geschwister könne der Kurs ebenso entlastend sein.

Was Eltern wie Kinder besonders schätzen, ist das Gefühl, nicht allein zu sein. «Diese zwei Tage können sehr heilsam sein», sagt die Sozialberaterin von Epi-Suisse. Die Diagnose bringe häufig Ohnmacht und Isolation mit sich. Der Kurs zeige: Andere Familien stehen vor ähnlichen Herausforderungen und finden ihren eigenen Weg.

Auch für Andrea Rüegger ist dieses Gefühl zentral. Sie erinnert sich an die Rückmeldung einer Mutter: «Ich habe mich zum ersten Mal seit Jahren wieder richtig verstanden gefühlt, ohne mich erklären zu müssen.» Genau das mache den Kern von famoses aus: einen Raum zu schaffen, in dem Wissen, Erfahrung und gegenseitige Unterstützung zusammenkommen.

Wenn bei einem Kind Epilepsie diagnostiziert wird, steht für viele Familien die Welt zunächst still. Der famoses-Kurs hilft Familien mit epilepsiebetroffenen Kindern.

TEXT: CAROLE BOLLIGER

MIT KINDERN ÜBER EPILEPSIE REDEN

«Unsere fünfjährige Tochter hat seit einiger Zeit epileptische Anfälle. Wir wissen nicht genau, wie wir mit ihr die Krankheit thematisieren sollen.» Lea Widmer ist Mutter und hat sich hilfesuchend an die Sozialberatung von Epi-Suisse gewandt.

Vielen Menschen fällt es schwer, über schwierige Situationen wie eine chronische Erkrankung zu sprechen. Bei der Epilepsie kommt erschwerend hinzu, dass sich die Betroffenen und ihre Angehörigen von negativen Reaktionen und Ausgrenzung fürchten.

Darum ist es wichtig, dass die Krankheit nicht zu einem Tabu gemacht und die «Epilepsie» beim Namen genannt wird. Die korrekte Wissensvermittlung gibt Sicherheit und im Gespräch erfahren die Eltern mehr über die Gefühle und Gedanken des betroffenen Kindes.

Wenn die Eltern selbst von starken Ängsten geplagt sind, ist es sinnvoll, dass sie zunächst das Gespräch mit einer anderen Person suchen, um das Kind nicht mit den eigenen Ängsten zu überfordern. Bei Bedarf kann dies auch im Rahmen einer psychologischen Begleitung passieren.

Gerade bei jüngeren Kindern hat sich die Thematisierung der Epilepsie mithilfe von Kinderbüchern bewährt. Wir stellen Ihnen auf der nächsten Seite gerne einige davon vor.

Durch Bücher kann die Krankheit Epilepsie Kleinkindern besonders gut erklärt werden.

VIDEOS FÜR KINDER MIT EPILEPSIE

- **Von Anfällen und Ameisen:** Älteres Video, das anschaulich erklärt, was im Hirn während eines Anfalls passiert. Geeignet für Schulkinder.
- **Campi, das Seepferdchen mit Epilepsie:** Mehrere kurze und kindgerechte Videos der IBE in englischer Sprache.
- **Aus heiterem Himmel:** Kinder mit Epilepsie spielen die verschiedenen Anfallsformen und das Verhalten während eines Anfalls. Am Schluss gibt es immer Fragen zum Mitraten. Für Schulkinder geeignet.

EINIGE TIPPS ZUM VORLESEN DER BÜCHER

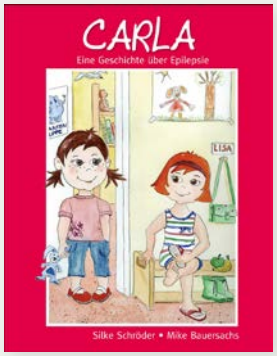
- Sich bewusst Zeit dafür nehmen und Störungen minimieren.
- Körperliche Nähe kann die Aufmerksamkeit des Kindes fördern.
- Das Seitenumblättern dem Kind überlassen, damit es die Bilder im eigenen Tempo studieren kann.
- Genügend Raum für Fragen lassen und auf die Fragen des Kindes eingehen.
- Kindliche Äusserungen wertschätzen (z.B. «Das hast du gut beobachtet»).

TEXT: NINA WIEDERKEHR

INFOS ZUR BERATUNG

Sie haben Fragen oder brauchen Unterstützung?
Unsere Mitarbeitenden der Sozialberatung, Rebecca Löble und Nina Wiederkehr, helfen Ihnen gerne:

www.epi-suisse.ch/sozialberatung, info@epi-suisse.ch oder Telefon 043 488 68 80



CARLA

Das Buch wird vom Epilepsie Bundes-Elternverband Deutschland herausgegeben und richtet sich an Kinder ab dem Kindergartenalter. Die Epilepsie und die medizinischen Untersuchungen werden kindgerecht und einfach verständlich erklärt.

BÄRENSCHLAF

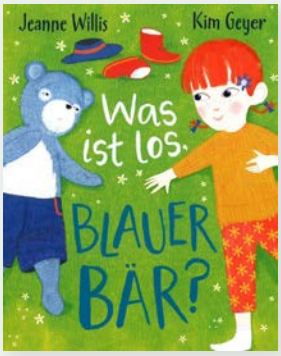
Bärenschlaf beschreibt kindgerecht einen tonisch-klonischen Anfall.
Ein farbenfrohes und ermutigendes Buch für Kinder von 2 bis 5 Jahren.

TRÄUMST DU, LEON?

Das Buch richtet sich an Kinder mit einer Absence-Epilepsie und enthält auch einen Fachteil für Erwachsene.
Für Kinder ab 6 Jahren.

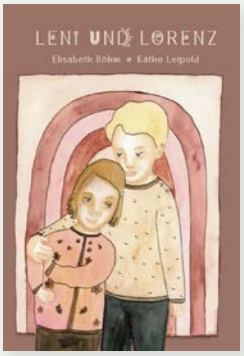
ELEPSI QUADRIE

Sehr schön gestaltetes Kinderbuch, das in Reimen geschrieben ist. Die Erklärungen zur Epilepsie sind einfach gehalten und das Buch eignet sich somit auch schon für jüngere Kinder ab 3 Jahren.



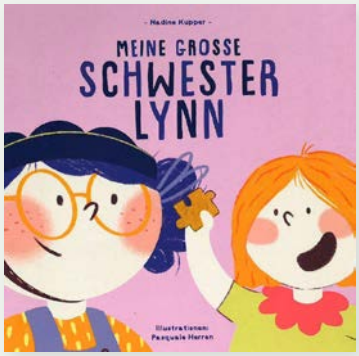
WAS IST LOS, BLAUER BÄR?

Sanft geht das Buch auf die Sorgen von Kindern mit einem Geschwister mit dem Dravet-Syndrom ein. Das Buch richtet sich ausschliesslich an Familien mit einem Kind mit schwerer Epilepsie.



LENI UND LORENZ

Erzählt zärtlich eine Mutmacher-Geschichte über das Leben mit Rolando-Epilepsie für alle Kinder zwischen 3 und 7 Jahren.



MEINE GROSSE SCHWESTER LYNN

Das Bilderbuch ohne Text richtet sich an jüngere Kinder ab 2,5 Jahren zur Thematisierung von Epilepsie und kognitiver Beeinträchtigung. Dazu gehört ein informatives Begleitheft mit hilfreichen Erklärungen und Fragen, das der Bezugsperson Unterstützung bietet.

WIE BLITZ UND DONNER

Die verschiedenen Anfallsformen, wie bei einem Anfall geholfen werden kann und was bei einem Arztbesuch passiert, wird von Kindern für Kinder erklärt. Für Kinder ab dem Schulalter.

ICH SEHE EINEN STERN AM HIMMEL

Siehe Bericht auf Seite 12.

- Viele der Bücher können im Webshop von Epi-Suisse bestellt werden: www.epi-suisse.ch/de/produkt-kategorie/buecher

WENN WORTE FEHLEN, HELFEN GESCHICHTEN

Wie erklärt man einem Kind, was Epilepsie ist? Wie spricht man über Anfälle, Ängste und Unsicherheiten, ohne zu überfordern? Und wie findet man Worte für etwas, das selbst Erwachsene oft nur schwer verstehen? Mit ihrem neuen Kinderbuch «Ich sehe einen Stern am Himmel» möchte die Beraterin von Epi-Suisse Manon Leimbacher genau dabei helfen.

Beraterin von Epi-Suisse, Manon Leimbacher.

Die Idee zum Buch entstand im direkten Kontakt mit betroffenen Kindern und ihren Familien. Immer wieder erlebte Leimbacher, wie schwierig es für Eltern war, die Diagnose zu erklären. Gleichzeitig stellte sie fest, dass es Kindern oft an Worten fehlte, um auszudrücken, was sie beschäftigte.

«Bei meinen Einsätzen in Schulklassen habe ich gemerkt, dass Bilder vieles verständlicher machen», erklärt sie. Lange arbeitete sie mit einem Kinderbuch, das sich bewährt hatte. Als dieses nicht mehr erhältlich war, wurde ihr bewusst, wie gross die Lücke geworden war. «Da war für mich klar: Es braucht ein neues Buch für unsere jungen Patientinnen und Patienten und ihre Geschwister.»

Im Mittelpunkt der Geschichte steht Sina, ein Mädchen mit Epilepsie. Dabei war es der Autorin wichtig, dass die Krankheit nicht zur Hauptfigur wird. «Sina ist vor allem ein neugieriges, fantasievolles und mutiges Kind», sagt Leimbacher. Die Epilepsie gehöre zu ihrem Leben, definiere aber nicht, wer sie sei. Eine Botschaft, die vielen betroffenen Kindern Mut machen kann.

Erzählt wird die Geschichte bewusst aus der Sicht eines Kindes. Denn Erwachsene unterschätzen oft, wie intensiv Kinder Veränderungen wahrnehmen und wie viele Fragen sie beschäftigen. «Kinder spüren sehr schnell, wenn bestimmte Themen vermieden werden», sagt Leimbacher. Offene, altersgerechte Erklärungen würden ihnen helfen, Sicherheit zu gewinnen.

Das Buch vermittelt Wissen, geht aber weit darüber hinaus. Die Illustrationen helfen, komplexe Zusammenhänge verständlich zu machen. Gleichzeitig greift die Geschichte Gefühle auf, die viele Kinder nach einer Diagnose erleben: Verunsicherung, Sorgen, aber auch Hoffnung und Zuversicht.

Besonders wichtig sind Manon Leimbacher die poetischen Elemente der Geschichte. Sterne begleiten Sina ebenso wie der kleine Pinguin Oscar. Dahinter steckt eine persönliche Erinnerung. Schon als Kind hörte die Autorin Geschichten über Sina, die ihr Vater erfand. Oscar war dabei ihr treuer Begleiter. «Er war ein kleiner Pinguin, der mir Trost spendete», erzählt sie.

Mit dem Buch möchte Leimbacher nicht nur betroffenen Kindern helfen. Auch Geschwister, Eltern, Lehrpersonen und Freundinnen und Freunde sollen besser verstehen können, was Epilepsie bedeutet. Denn Aufklärung bleibt wichtig. Noch immer begegnet sie Vorurteilen und Missverständnissen. Umso wichtiger sei es, schon früh über die Krankheit zu sprechen.

Was wünscht sie sich, was sollen Kinder nach der letzten Seite mitnehmen? Die Antwort kommt ohne Zögern: «Dass sie wissen, dass sie nicht allein sind.» Niemand müsse eine Epilepsie-Diagnose alleine tragen. Familie, Freunde, Schule und Fachpersonen bildeten gemeinsam ein Netz, das Halt geben könne. Oder, wie es eine zentrale Botschaft des Buches ausdrückt: Es braucht ein ganzes Team, damit ein Kind lernt, mit seiner Krankheit zu leben – und trotzdem Kind bleiben darf.

TEXT: CAROLE BOLLIGER

VERLOSUNG
Wir verlosen drei Exemplare dieses Buches. Schreiben Sie eine E-Mail mit dem Betreff «Verlosung Buch Sterne» an **magazin@epi-suisse.ch.** Einsendeschluss ist der **31. Oktober 2026.**

GEGEN DAS SCHWEIGEN

Wenn Flo LeBeau über Epilepsie spricht, fällt immer wieder dasselbe Wort: Austausch. Menschen miteinander ins Gespräch bringen. Erfahrungen teilen. Das Schweigen brechen. Genau das versucht der Berner Musiker mit seinem neuen Album «Epilepsy».

Der Titel spielt mit dem Wort Epilepsie und macht unmissverständlich klar, worum es geht. Das Konzeptalbum dreht sich um eine Krankheit, die oft im Verborgenen bleibt und mit vielen Vorurteilen behaftet ist. Dabei war es zunächst gar nicht Flos Absicht, öffentlich über seine eigene Geschichte zu sprechen. Der 42-Jährige lebt seit 2014 mit Epilepsie. Damals bemerkte seine Partnerin, dass er vor dem Einschlafen oder kurz nach dem Aufwachen immer wieder kurze Aussetzer hatte. Dazu kamen seltsame Bewegungen und Momente, in denen er plötzlich nicht mehr ausdrücken konnte, was er sagen wollte. «Ich wollte zuerst nicht wahrhaben, dass das Epilepsie sein könnte», erinnert er sich.

Flo LeBeau spricht in seinem Album «Epilepsy» offen über seine Erfahrungen mit Epilepsie.

Doch nach weiteren Abklärungen stand die Diagnose fest. «Es war zuerst ein Schock», sagt er. «Ich musste erst einmal verstehen, was das bedeutet und wie ich damit umgehen will.» Von einem Tag auf den anderen durfte er nicht mehr Auto fahren. Gleichzeitig begann die Suche nach einer wirksamen Behandlung. Sieben Jahre lang versuchten verschiedene Fachpersonen, die Anfälle mit Medikamenten in den Griff zu bekommen. Der Erfolg blieb begrenzt. Heute spricht Flo offen darüber, dass dieser Weg nicht immer einfach war. Er wechselte schliesslich die Klinik und begann sich intensiver mit seiner Erkrankung auseinanderzusetzen.

WAS MAN SELBST TUN KANN

Besonders geprägt haben ihn die Arbeitshefte «Selbst-Handeln bei Anfällen», die er in der Klinik Arlesheim kennenlernte. «Dort wurde nicht nur über Medikamente oder Operationen gesprochen», sagt er. «Es ging auch darum, was man selbst tun kann. Dieser ganzheitliche Ansatz hat mir sehr geholfen.» Aus dieser Auseinandersetzung entstand schliesslich die Idee für sein Album.

Die zehn Songs greifen Themen auf, die Menschen mit Epilepsie beschäftigen: den Umgang mit der Diagnose, das Gespräch mit anderen, Ängste, Unsicherheiten und die Suche nach dem eigenen Weg. Für Flo ist Musik dabei weit mehr als Unterhaltung. Sie ist Ausdruck, Verarbeitung und Begegnung zugleich. «Wenn ich nach meiner Diagnose damals Menschen gefunden hätte, die offen darüber sprechen, wäre das hilfreich gewesen», sagt er. «Vielleicht kann ich heute selbst einen kleinen Beitrag dazu leisten.»

EPILEPSIE RÜCKT INS ZENTRUM

Dabei geht es ihm nicht darum, sich über die Krankheit zu definieren. Im Gegenteil. Flo arbeitet in der Arbeitsintegration, lebt in Bern und macht seit vielen Jahren Musik. Schon früher tauchte das Thema Epilepsie vereinzelt in seinen Liedern auf. Mit dem Album «Epilepsy» rückt es nun erstmals ins Zentrum. Die Reaktionen darauf überraschen ihn teilweise. Obwohl er die Krankheit offen anspricht, erlebt er oft, wie wenig darüber gesprochen wird. «Ich habe das Gefühl, viele Menschen tun sich schwer mit Gesundheitsthemen», sagt er.

Hinzu komme ein weiteres Problem: Viele Menschen hätten bei Epilepsie sofort das Bild eines Menschen vor Augen, der zu Boden stürzt und krampft. «Dabei gibt es sehr unterschiedliche Formen», sagt Flo. Seine eigenen Anfälle äussern sich meist als kurze Absenzen. Gerade deshalb sei es wichtig, genauer hinzuschauen und nicht alle Betroffenen über einen Kamm zu scheren.

SEINEN EIGENEN WEG FINDEN

Die Erkrankung hat seinen Blick auf das Leben verändert. Nicht nur wegen der Einschränkungen, sondern auch, weil sie ihn gezwungen hat, sich intensiv mit sich selbst auseinanderzusetzen. Was löst Anfälle aus? Was tut ihm gut? Welche Entscheidungen fühlen sich richtig an? «Man muss lernen, sich selbst zu beobachten», sagt er. «Und irgendwann seinen eigenen Weg finden.» Diesen Gedanken möchte er auch anderen Betroffenen mitgeben. Besonders Jugendlichen, die gerade erst eine Diagnose erhalten haben. Sich Zeit nehmen. Informationen sammeln. Fachpersonen zuhören. Aber am Ende den eigenen Weg finden. Wenn Flo gefragt wird, welche Botschaft seine Musik transportieren soll, muss er nicht lange überlegen. «Dass man nicht allein ist», sagt er.

TEXT: CAROLE BOLLIGER

Das Album von Flo LeBeau ist hier erhältlich: **www.flolebeau.com**

FNS VEREINIGUNG SCHWEIZ

NEUE PATIENTENVEREINIGUNG FÜR FUNKTIONELLE NEUROLOGISCHE STÖRUNGEN

Menschen mit funktionellen neurologischen Störungen (FNS), dazu zählen auch nicht-epileptische Anfälle, fühlen sich oft unverstanden. Sowohl medizinisch als auch gesellschaftlich. Nun gibt es in der Schweiz erstmals eine nationale Patientenvereinigung, die Betroffene und Angehörige unterstützt und die Öffentlichkeit sensibilisieren will.

Die **«FNS Vereinigung Schweiz | Association TNF Suisse»** informiert auf ihrer Website über die Erkrankung, vermittelt Kontakte zu Kliniken und Fachstellen und unterstützt den Aufbau regionaler Selbsthilfegruppen. Der Verein arbeitet unabhängig und ehrenamtlich.

Funktionelle neurologische Störungen gehören zu den häufigsten neurologischen Erkrankungen. Betroffene leiden beispielsweise unter Bewegungsstörungen, Lähmungen, Krampfanfällen oder sensorischen Beschwerden, ohne dass sich diese durch strukturelle Schäden im Nervensystem erklären lassen. Die Symptome sind real und können den Alltag stark beeinträchtigen.

Die Patientenvereinigung möchte nicht nur Betroffene vernetzen, sondern auch Vorurteile abbauen. Viele Menschen mit FNS erleben lange Leidenswege und fühlen sich mit ihrer Erkrankung alleingelassen. Durch Information und Austausch soll das Verständnis für die Erkrankung verbessert werden.

Weitere Informationen unter:
www.fns-schweiz.ch

E-LEARNING

LERNEN OHNE TERMIN

Statt auf den Kurstermin zu warten sofort den Kurs absolvieren – genau das möchte Epi-Suisse künftig mit E-Learning-Angeboten ermöglichen. Mit dem Kurs «Bewerben mit Epilepsie» startet das Pilotprojekt. Geschäftsführerin Dominique Meier erklärt, worum es geht.

Epi-Suisse startet ein E-Learning-Projekt. Was heisst das genau?

Dominique Meier: Für Menschen mit Epilepsie bieten wir mit unseren Kursen ein breites Angebot, um Wissen über die Krankheit und den Umgang im Alltag zu erarbeiten. Viele dieser Kurse finden als Online-Veranstaltungen statt. Mit dem E-Learning-Angebot erweitern wir die Nutzungsmöglichkeiten, indem wir Kurse online zur Verfügung stellen, sodass sich Betroffene die Inhalte unabhängig von Zeit und Ort zuhause am Computer erarbeiten können.

Der Kurs «Bewerben mit Epilepsie» wurde als Pilotprojekt ausgewählt. Warum gerade dieser?

Aus zwei Gründen: Erstens ist der Kurs inhaltlich sehr klar abgrenzbar, was es für uns technisch einfacher macht, erste Erfahrungen mit E-Learning-Angeboten zu sammeln. Denn auch für uns ist E-Learning Neuland. Zweitens handelt es sich um ein Thema, das im Leben von Betroffenen sehr plötzlich wichtig werden kann – und dann möchte man nicht auf den nächsten Termin warten.

Zeichnet Epi-Suisse die bestehenden Kurse einfach auf und stellt sie als Videos ins Netz?

Nein, ganz so einfach ist es nicht. Sicher wird es Inhalte geben, die wir aufzeichnen und ins Netz stellen. Die Idee aber ist, dass wir mit verschiedenen Formaten arbeiten wollen. Es können also durchaus auch Quiz, Podcasts oder andere Formate für einen Kurs hinterlegt werden.

Was ist bei der Umsetzung die grösste Herausforderung?

Unsere Kurse leben nicht nur von den Inhalten, sondern auch davon, dass die Teilnehmenden sich im Kurs austauschen, Fragen stellen und den Kurs so erst lebendig machen. Wir tüfteln noch daran, wie wir diesen Austausch und diese Lebendigkeit in ein E-Learning-Format bekommen können.

Wenn Epi-Suisse jetzt auf E-Learning umstellt, gibt es dann keine «normalen» Kurse mehr?

Wir stellen nicht um, sondern ergänzen das Angebot um E-Learning-Kurse in ausgewählten Kursen, weil es einem Bedürfnis entspricht. Eine vollständige Ablösung kann ich mir nicht vorstellen, dafür sind unsere Angebote, die an einen Termin gebunden sind, einfach zu wertvoll.

Wann gibt es den ersten Online-Kurs?

Etwas Zeit brauchen wir noch. Wir rechnen aber damit, dass wir im ersten Quartal 2027 das Pilotprojekt abschliessen und zur Verfügung stellen können. Da neben solchen Projekten immer der Normalbetrieb läuft, geben wir uns eine genügend lange Umsetzungszeit.

INTERVIEW: CAROLE BOLLIGER

Auch im zweiten Halbjahr bietet Epi-Suisse spannende und informative Anlässe und Aktivitäten. Hier erhalten Sie einen Überblick.

INFOS UND ANMELDUNGEN
Telefonisch unter **043 488 68 80** per Mail via **info@epi-suisse.ch** oder unter **www.epi-suisse.ch/veranstaltungen**

WORKSHOPS UND KURSE

AUG
27

27. AUGUST 2026, 19 BIS BIS 20.30 UHR
ONLINE PER ZOOM

HILFSMITTEL FÜR EPILEPSIEBETROFFENE

Moderne Hilfsmittel und Anfallsüberwachungsgeräte können Menschen mit Epilepsie im Alltag unterstützen und den Betroffenen und Angehörigen mehr Sicherheit geben.
DER ANLASS IST KOSTENLOS. EINE ANMELDUNG IST ERFORDERLICH.

SEP
19

19. SEPTEMBER 2026, 10 BIS 15 UHR
SCHWEIZERISCHE EPILEPSIE-STIFTUNG, EPI PARK, BLEULERSTRASSE 60, 8008 ZÜRICH

PATIENTENTAG 2026

Der diesjährige Patiententag widmet sich aktuellen Entwicklungen in der Diagnostik und Therapie von Epilepsie.
DER ANLASS IST KOSTENLOS. EINE ANMELDUNG IST ERFORDERLICH.

SEP
24

24. SEPTEMBER 2026, 19 BIS 20.30 UHR
ONLINE PER ZOOM

ONLINE-WORKSHOP EPILEPSIE – UND NUN?

Lernen Sie das kleine 1×1 der Epilepsie: Ein Workshop für alle, die mehr wissen wollen.
DER ANLASS IST KOSTENLOS. EINE ANMELDUNG IST ERFORDERLICH.

NOV
02

2. NOVEMBER 2026, 19 BIS 21 UHR
HÖRSAAL MONAKOW, KLINIK FÜR NEUROLOGIE, USZ, FRAUENKLINIKSTRASSE 26, 8091 ZÜRICH

ABENDVERANSTALTUNG: SPORT UND BERUF MIT EPILEPSIE

Diese Veranstaltung widmet sich gezielt den Themen Sport und Beruf bei Epilepsie und bietet fundierte Informationen sowie praxisnahe Orientierung.
EINE ANMELDUNG IST ERFORDERLICH SOWOHL FÜR DIE TEILNAHME VOR ORT ALS AUCH ONLINE.

NOV
07

7. NOVEMBER 2026, 10 BIS 16 UHR,
DIE GIESSEREI OERLIKON, BIRCHSTRASSE 108, 8050 ZÜRICH

WORKSHOP FÜR BETROFFENE ELTERN

Herausforderndes Verhalten bei Kindern mit Behinderungen.
EINE ANMELDUNG IST ERFORDERLICH.

EPI-SUISSE IST DA FÜR MENSCHEN MIT EPILEPSIE

WIR UNTERSTÜTZEN MENSCHEN MIT EPILEPSIE UND IHRE ANGEHÖRIGEN IN FOLGENDEN BEREICHEN:

ALLTAG · SCHULE · FAMILIE · FREIZEIT · BERUF · PARTNERSCHAFT

BERATEN & UNTERSTÜTZEN

- Individuelle Beratung (telefonisch oder persönlich)
- Klare und zuverlässige Informationen
- Sensibilisierung in Schulen, Firmen, Institutionen

LEBEN & LERNEN

- Workshops, Vorträge und Tagungen für Betroffene und Angehörige
- Ferienwochen und Freizeitangebote für Kinder, Jugendliche und Erwachsene
- Erlebnistage und Ausflüge inklusive Freizeitaktivitäten

WISSEN & VERSTEHEN

- Informationen, Broschüren und Videos
- Sensibilisierung
- Themenbeiträge, Artikel und News

TREFFEN & AUSTAUSCHEN

- Selbsthilfegruppen
- Treffpunkte
- Austausch mit Epi-Coaches

Epi-Suisse
Schweizerischer Verein für Epilepsie

Seefeldstrasse 84
8008 Zürich

043 488 68 80
info@epi-suisse.ch
www.epi-suisse.ch

Epi-Suisse
Association suisse de l'Épilepsie

Avenue de Beaulieu 9
1004 Lausanne

021 729 16 85
info@epi-suisseromande.ch
www.epi-suisse.ch

Epi-Suisse
Associazione svizzera per l'Epilessia
c/o istituto ricerche di gruppo, Martino Regazzi
Via Breganzona 16
6900 Lugano

076 577 58 97
martino.regazzi@epi-suisse.ch
www.epi-suisse.ch

ZEWO ZERTIFIZIERT CERTIFIÉ CERTIFICATO