

# Har du epilepsi?

## - Gratis gruppetilbud for dig der har sygdommen tæt på

Måske oplever du også, at det kan være svært at forklare, og for andre at forstå, hvordan du har det. Har du lyst til at mødes med andre med epilepsi, som du kan dele tanker, følelser og erfaringer med?

At have epilepsi ændre ens livsvilkår og udfordre ofte ens psykiske trivsel. Mange oplever at det påvirker relationen til de nærmeste, selvværdet og forståelse af sig selv og bliver bekymret for fremtiden.

I grupperne vil du blive mødt af et fællesskab med ligesindede, hvor man lytter og fortæller om det at leve med epilepsi. Der ikke er tale om behandling, men et rum til at dele det svære, genkende og få inspiration fra andre i samme livssituation.

- Gruppen vil have op til 8 deltagere samt en frivillig gruppeleder, som hjælper med at sætte et emne for hvert møde.
- Undervejs i forløbet vil der komme gæster, i form af forskellige fagpersoner, der holder mindre oplæg. Oplæggene er tænkt som inspiration for den videre samtale deltagerne imellem.
- Gruppen mødes hver eller hver anden uge, 8 gange i alt. Møderne foregår en hverdag, typisk om eftermiddagen i Aarhus C. Vi starter løbende grupper op, når der er deltagere nok.

### **KUNNE DU TÆNKE DIG AT HØRE MERE?**

Tilbuddet er et samarbejde i mellem Frivilligcenter Aarhus og Epilepsiforeningen. Kontakt Frivilligcenter Aarhus på 60 54 58 37 eller [selvhjaelp@frivilligcenteraarhus.dk](mailto:selvhjaelp@frivilligcenteraarhus.dk)



**EPILEPSI  
FORENINGEN**



**FRIVILLIGCENTER  
AARHUS**