



Sa., 6. Mai: Präventionstag Diabetes – eine Familiensache

INDOOR – im Erdgeschoss:

- 10–18 Uhr** **Gesundheitskiosk**
• Gesundheitstipps, Smoothie Bike, Infostand
- 10–18 Uhr** **SGZ**
• Ernährungspyramide, Cardio Card
- 10–18 Uhr** **Contilia/Elisabeth-Krankenhaus**
• Blutzuckermessung und Blutdruckmessungen
- 10–18 Uhr** **Kinderdiabetologie**
• Evaluation des BMI – Vergleich mit den Endgewicht als Erwachsener mit Gewichten, Gesunde Pausenbrote
- 10–18 Uhr** **AOK**
• Schätzbox, Informationsstand

Bühnenprogramm:

- 10 Uhr** **Auftakt/Begrüßung durch die Stadt**
• Dr. med. Ohde, Sprecher Ärztenetzwerk Nord-West e.V.
- 12 Uhr** **Theaterstück über Zähne**
• Gesundheitsamt Essen
- 14 Uhr** **Vortrag „Süßstoffe & Co. – gesunde Zuckeralternative oder Dickmacher?“**
• Dr. med. Troch, Elisabeth-Krankenhaus
- 16 Uhr** **Interview „Vorstellung des Gesundheitskiosks“**
• Gesundheitskiosk/SGZ

OUTDOOR – auf dem Parkplatz im Erdgeschoss:

- 10–18 Uhr** **Sprint-Check**
• Sprint-Check/Laufereignis
- 10–18 Uhr** **Zahnputzmobil**
• Alles rund um Zahngesundheit

Änderungen vorbehalten



Gesundheitstage:

Endlich ist es wieder soweit!
Bei uns dreht sich 2 Tage lang alles um das Thema Gesundheit.



2 Stunden kostenloses Parken

Fr., 5. Mai: Gesundheitspark Altenessen und Philippusstift Essen stellen sich vor

9.30–13 Uhr **Klinik für Gastroenterologie im Philippusstift Essen**

- Vorstellung des Angebots „Lebersprechstunde im Essener Norden – Hilfe für Patient:innen mit akuten und chronischen Lebererkrankungen“

9.30–13 Uhr **Medizinisches Versorgungszentrum Essen-Nord-West (MVZ)**

- Darmkrebsprävention
- Herzgesundheit

9.30–13 Uhr **Physiotherapie, Fachabteilung aus dem Philippusstift Essen**

- Vorstellung ambulanter Angebote
- Handmassagen/Stimulation

9.30–14 Uhr **Pflegestützpunkt CSE/Caritas-SkF-Essen gGmbH**

- Thema „Pflege zu Hause – für ein möglichst langes Wohnen im eigenen häuslichen Umfeld“

9.30–14 Uhr **Verein für Gesundheitssport und Sporttherapie an der Universität Duisburg-Essen e.V. (VGSU)**

- Sport- und Rehaangebote
- Fitness- und Gleichgewichtstest

9.30–17 Uhr **Demenzberatung CSE / Caritas-SkF-Essen gGmbH**

- Vorstellung der ehrenamtlichen Arbeit
- Ausbildung zum/zur Betreuungshelfer:in
- Stundenweise Entlastung pflegender Angehöriger

9.30–17 Uhr **Katholische Alten- und Pflegeheime mGmbH, Haus St. Monika**

- Infostand zum „Wohnen im Alter“
- Mitarbeitende messen den Blutdruck



9.30–17 Uhr **Klinik für Herz- und Gefäßmedizin im Philippusstift**

„Ihre Gesundheit liegt uns am Herzen“

- Mitarbeitende führen Lungenfunktionstests durch
- Info über Patientenveranstaltungen in 2023
- Möglichkeiten der ambulanten Versorgung nach dem klinischen Aufenthalt

9.30–17 Uhr **Team Indikationssprechstunde für Orthopädie und Unfallchirurgie**

- Wie geht es weiter: ambulant oder stationär?
- Möglichkeiten und Chancen durch Gelenkersatz (Endoprothetik)

9.30–17 Uhr **Team Indikationssprechstunde für Allgemein- und Viszeralchirurgie**

- Der Endoskopische OP-Roboter lädt dazu ein, sich einmal selbst als „Chirurg“ zu probieren.
- Mitarbeitende messen den Blutdruck und Sauerstoffsättigung

12–16 Uhr **Kinderschutzbund Essen**

- Vorstellung der Angebote des Zentrums für Kindesförderung sowie der interdisziplinären Frühförderstelle
- Alina Schrör von der Hebammenpraxis „Schützende Hände“ stellt ihre Arbeit vor