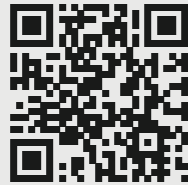


Allgemeine Informationen für alle Patienten-Foren

- Dauer: max. 1,5 Stunden, von 17:00 bis 18:30 Uhr
- Veranstaltungsort: Konferenzraum am Gesundheitszentrum St. Vincenz, Von-Bergmann-Straße 2, 45141 Essen
- Offener Dialog mit dem Referenten / der Referentin.
- Die Veranstaltungen sind kostenfrei.
- Die Teilnehmerzahl ist begrenzt, bitten wir um rechtzeitige An- und ggf. Abmeldung
- Änderungen vorbehalten! Bitte informieren Sie sich vor dem Veranstaltungstermin über etwaige Veränderungen!
- Alle Veranstaltungen finden Sie auch auf unserer Website: www.vincenz-essen.ruhr



Interdisziplinär. Innovativ. Für Sie –
Gesundheitszentrum St. Vincenz

Über uns

Das Gesundheitszentrum St. Vincenz in Essen-Stoppenberg betreibt seit April 2024 eine allgemeinmedizinische bzw. internistische Station mit 29 Betten.

In den nächsten Jahren soll das Angebot zur Gesundheitsversorgung ausgebaut werden. Mit unserer Reihe **Patienten-Forum** laden wir Bürgerinnen und Bürger, Interessierte sowie Patientinnen und Patienten monatlich zu informativen und vielfältigen Vorträgen und Workshops rund um die Themen Medizin und Gesundheit ein. Begleitend gibt es zu diesen Terminen auch immer die Möglichkeit, mehr über das Gesundheitszentrum St. Vincenz und die innovative stationäre Versorgungsform zu erfahren.

Wir freuen uns auf Sie!



gesundheitszentrum_vincenz



Gesundheitszentrum St. Vincenz

Anfahrt



Gesundheitszentrum St. Vincenz gGmbH

Von-Bergmann-Straße 2
45141 Essen

T +49 201 45150-0

E info@vincenz-essen.ruhr

Stand 01/2026

Weitere Infos und die **Online-Anmeldung** finden Sie auf unserer Website!



Scan mich!

vincenz-essen.ruhr



GESUNDHEITZENTRUM
ST. VINCENZ



Patienten-Forum 1. Halbjahr 2026

Gesundheitszentrum St. Vincenz gGmbH:
Eine Betriebsgesellschaft des Marienhospital Gelsenkirchen,
der Stadt Essen und des Ärztenetzes Essen Nord-West e.V.



Leben mit Demenz – Unterstützung und Hilfen im Alltag für Betroffene und Angehörige

03.02.2026 von 17:00 bis 18:30 Uhr

Referentinnen: Andrea Krispin und Verena Krekeler, Stadt Essen, Demenzberatung und Koordinierungsstelle Demenzstrategie

Eine Demenzerkrankung stellt Betroffene und Angehörige vor besondere Herausforderungen. Der Alltag und das Miteinander verändern sich. Menschen mit Demenz scheinen immer mehr in einer anderen Welt zu leben, und Angehörige stoßen in der Organisation des Tagesablaufs und dem Umgang mit der Erkrankung oft an ihre Grenzen.

Was ist eigentlich eine Demenz? Was kann im Alltag hilfreich sein und welche Unterstützungsangebote gibt es? Auf diese und weitere Fragen der Besucherinnen und Besucher wird in der Veranstaltung eingegangen.

Stark im Alltag – Basics für das psychische Wohlbefinden

12.03.2026 von 17:00 bis 18:30 Uhr

Referentin: Alicia Schäfer, B.A. Gesundheitspsychologie und Medizinpädagogik, Gesundheitsberaterin am Gesundheitskiosk Essen

Die Welt ist oft hektisch und schnelllebig. Eine Welt, in der wir uns wenig Zeit für unser Wohlbefinden und unsere Selbstfürsorge nehmen. Es kommen immer wieder stressige und herausfordernde Situationen, welche uns viel abverlangen. Jeden Tag aufs Neue werden wir mit neuen Informationen konfrontiert, verarbeiten diese und machen weiter mit unserem Alltag. Aber wie genau wirkt sich dies auf unser psychisches Wohlbefinden aus?

Ich lade Sie herzlich ein, mehr über die Themen: Selbstfürsorge, Stressmanagement, schnelllebiger Informationsfluss und weitere interessante Basics der psychischen Gesundheit zu erfahren.

Herzinfarkt – vorbeugen, erkennen und richtig handeln

23.04.2026 von 17:00 bis 18:30 Uhr

Referentin: Dr. Aischa Nitardy, Chefärztin am Gesundheitszentrum St. Vincenz, Fachärztin für Innere Medizin und Kardiologie

Ein Herzinfarkt ist eine lebensbedrohliche Situation – umso wichtiger ist es, die Risikofaktoren zu kennen und frühzeitig gegenzusteuern. In unserem Patientenforum erfahren Sie, welche Warnsignale ernst zu nehmen sind, wie typische Symptome aussehen und sie im Notfall schnell und richtig handeln. Zudem aber auch, welche neusten wissenschaftlichen Erkenntnisse und Therapiemethoden vorliegen.

Pflegegrad und Alltagshilfen – Das sollten Sie unbedingt wissen

16.06.2026 von 17:00 bis 18:30 Uhr

Referenten: Denise Ingenfeld, Pflegeberaterin und Geschäftsführerin beim Pflegedienst Colo Vitae und Patricia Allendorf, Teamleiterin bei der Agentur für Haushaltshilfe

Viele Menschen fragen sich, welche Unterstützung ihnen mit einem Pflegegrad zusteht, wann es sich lohnt, für sich oder seine Angehörigen einen Pflegegrad zu beantragen und wie sie ihren Alltag erleichtern können. In diesem Forum informieren wir ausführlich über die verschiedenen Leistungen der Pflegegrade – von finanziellen Zuschüssen bis zu Entlastungsangeboten und praktischen Hilfsmitteln. So erhalten Sie einen klaren Überblick, welche Unterstützung für Ihre Situation passend ist. Stellen Sie Ihre Fragen und tauschen Sie Erfahrungen aus.



Schnelle Hilfe für den Rücken

14.07.2026 von 17:00 bis 18:30 Uhr

Referentin: Barbara Schaefer, Sportwissenschaftlerin und Physiotherapeutin

Rückenschmerzen können plötzlich auftreten und den Alltag stark beeinträchtigen. In diesem Forum teilen wir einfache, sofort umsetzbare Tipps, die bei akuten Beschwerden oft schnell Linderung verschaffen können – von schonenden Bewegungen über Wärme bis hin zu hilfreichen Alltagsstrategien. Ein gesunder Rücken ist der Schlüssel zu mehr Energie, Leichtigkeit und Lebensfreude.

Lassen Sie sich inspirieren, entdecken Sie motivierende Tipps und erleben Sie, wie kleine Veränderungen Ihren Alltag spürbar gesünder machen können.

Sportkleidung wird nicht benötigt.

