



Oasentag

für Engagierte in der
Senior*innen-Arbeit

Begegnung
Entspannung
Erfrischung



Samstag, 20. Juni 2026
14:00 - 17:30 Uhr

Albert-Schweitzer-Saal
Reinhold-Frank-Str. 48
Erdgeschoss, barrierefrei
76133 Karlsruhe

Informationen:

leben-im-alter.karlsruhe@kbz.ekiba.de

www.leben-im-alter.net

Tel. 0721 20397-192

Herzlich willkommen zum Oasentag!

Begegnung - Entspannung - Erfrischung

PROGRAMM

14:00 Uhr **Impulse**
Innehalten - Begegnung - Austausch

14:50 Uhr **Pause**
Getränke und Snacks

15:30 Uhr **Workshops**

- **Mut und Zuversicht tanken -
Übungen für Leib und Seele.**
Petra Nußbaum
- **Qigong - Bewegung, die zur
Entspannung führt.**
Marie-Luise Richter
- **Biografiearbeit -
Blick auf meinen Glaubensweg.**
Monika Roth
- **Israelische Tänze -
einfach Mittanzen.**
Susanne Enderle

16:40 Uhr **Plenum**
Nachlese, Sekt und Segen

kostenfrei - Spenden willkommen
Mindest-Teilnehmenden-Zahl: 20
Anmeldung bis zum **15.06.2026** an:

E-Mail: leben-im-alter.karlsruhe@kbz.ekiba.de

Post: **Fachstelle Leben im Alter**
Karlstr. 56
76133 Karlsruhe

auf AB: 0721/20397-192

Wir freuen uns auf Sie und Euch!

Monika Roth *Ralf Kunz* *Petra Nußbaum*

Monika Roth

Ralf Kunz

Petra Nußbaum