

Anmeldung bis 09.03.2026  
an Elisabeth Lindner,  
elisabeth.lindner@kath-oeschgen.ch,  
+49 1525 53 20 955

Bezahlung am Tag selber.  
Einzahlungsschein kommt per Mail  
nach Anmeldung. Bei eingeschränkten  
finanziellen Möglichkeiten, bitte  
nachfragen. Wir finden eine Lösung.



Pastoralraum  
Oberes  
Fricktal

# Oasentag für Körper Seele Geist

mit Impulsen, Singen, Meditation,  
Stille, Körperübungen  
tragen wir Sorge zu uns

Donnerstag,  
19. März 2026  
Katholisches Pfarreiheim  
Hermann Keller-Str. 10  
4310 Rheinfelden

## Programm

9.30 h bis 17.00 h

Begrüssungskaffee ab 9.00 Uhr

Ziel ist es Kraft zu schöpfen  
in anstrengenden Lebenssituationen,  
als Auszeit von Pflege /Betreuung  
von Angehörigen, in Lebenswenden  
oder sich einfach einen Tag schenken.

Kosten: 60,- Franken

incl. Kurskosten, Znüni,  
Kaffee.

Mittagessen individuell  
im Migrosrestaurant

Leitung:

Elisabeth Lindner,  
kath. Seelsorgerin

Yvonne Ott-Senn,  
Physiotherapeutin