

# OASENTAG im Kempener Feld

**FÜR MITARBEITENDE, BEWOHNERINNEN,  
ANGEHÖRIGE & NACHBARSCHAFT**  
Ein Tag für Gemeinschaft, Freude & Erholung



## Aktiv - Mitmach - Angebote

Schnuppern Sie in verschiedene Entspannungsmethoden rein:  
**PMR (Progressive Muskelentspannung), Achtsamkeit,  
Atemübungen, Flowbewegung & Neurohacks**

🕒 ab 10:00 Uhr – alle 30 Minuten im Schulungsraum



## VR-Brille live erleben

Tauchen Sie virtuell ab in faszinierende Naturwelten – z. B.  
beim **Schwimmen mit Delfinen**

📍 ab 10:30 Uhr - alle 30 Minuten im Friseursalon

📷 (inkl. Foto-Station!)



## Informationsstände

Gesunder Umgang mit Stress & Belastung  
**Projekt „Miteinander Digital“** – mit Einblick in digitale  
Angebote fürs Quartier

📍 im Foyer



## Eisstand vom Sytter Eiscafé

Genießen Sie eine kleine Erfrischung – kostenfrei!

🍦 von 14:30 Uhr bis 16:30 Uhr im Außenbereich



## Zeit für Austausch & Gespräche

Kommen Sie an unserem Klöntisch ins Gespräch mit anderen  
Gästen, Mitarbeitenden & dem Team von **Nursana**



**Anmeldungen**  
bitte über die  
ausgehängten  
Listen im Foyer  
oder über das  
Quartiershandy  
0157 35493195



**DATUM: 13.05.2025**



**ORT: CORNELIUS-DE-GREIFF-STIFT**

**MENDELBERGSTRASSE 2-4, 47803 KREFELD**