

Allgemeiner Wochenplan (2020)



Zeit	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag / Sonntag					
07:45 - 08:00	Frühsport	Frühsport	Frühsport	Frühsport	Frühsport						
08:00 - 08:30	Adaptions-sport	Frühstück	Frühstück	Frühstück	Frühstück						
08:45 - 09:00		Frühplenum	Frühplenum	Frühplenum	Frühplenum						
	UK-Abgabe bis 13:15 Uhr			UK-Abgabe bis 13:15 Uhr							
09:00 - 09:30			Therapeutenplenum			Frühstück					
09:30 - 10:00	Sporttest und Ernährungsgespräch	Kreativkurs Gruppe 1	Testung	Team	Arbeits-therapie	Sport	Body-shaping	Kontrolle Haushaltsbuch	Ausgang ab 11 Uhr	Gruppen-aktivität	Befindlichkeit
10:00 - 10:30		Rückfall-prophylaxe Li/Th	Arbeits-therapie			Visiten	Bewerbungs-training	Sport			
10:30 - 11:00		Adaptions-gruppe Soz./ AT		Skill-gruppe	Basisgruppe / Arztvisite						
11:00 - 11:30		Kreativkurs Gruppe 2			Gruppe Sex. u. Rausch						
11:30 - 12:00											
12:00 - 12:30	Mittagsachtsamkeitsübung		Mittagsachtsamkeitsübung		Mittagsachtsamkeitsübung		Mittagsachtsamkeitsübung		Mittagsachtsamkeitsübung		
13:00 - 13:30	Mittagspause		Mittagspause		Mittagspause		Mittagspause		Mittagspause		
13:30 - 14:00			Team								
14:00 - 14:30			Visiten							Ausgang ab 14 Uhr	
14:30 - 15:00	Aufnahme-gruppe	Bezugs-gruppen	Visiten Adap.	Sucht-basis	Arbeits-therapie We/Rü	Aufnahme-gruppe Willkommes-gruppe	Rückfall-prophylaxe We/Rü	Aufnahme-gruppe Sport & Grundlagen Ernährung	Arbeits-therapie Li/Th	Aufnahme-gruppe	Bezugsgruppen
15:00 - 15:30			pathologischer Mediengebr.								
15:30 - 16:00				Sport			Achtsamkeits-gruppe	Adaptions-gruppe	Wochenausklang		
16:00 - 16:30											
16:30 - 17:00											
17:00 - 17:30											
17:30 - 18:00	Abendessen		Abendessen		Sport bis 21:00 Uhr	Abendessen		Abendessen		Abendessen	
18:00 - 18:30											
18:30 - 19:00			19:15 Patientenplenum								
19:00 - 19:30											Suchtfilm
19:30 - 20:00											