

Allgemeiner Wochenplan (ab Sep. 2022)



Zeit	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag / Sonntag								
07:45 - 08:00	Frühsport													
08:00 - 08:30	Adaptions-sport	Frühstück												
08:45 - 09:00		Frühplenum												
	UK-Abgabe bis 13:15 Uhr			UK-Abgabe bis 13:15 Uhr										
09:00 - 09:30	Wiegen, Sporttest und Ernährungs-gespräch	Aufnahme-gruppe	Arbeits-therapie	Therapeutenplenum		Arbeits-therapie	Therap. Boxen	Body-shaping	Frühstück					
09:30 - 10:00				Testung	Visiten					Team	Bewerbungs-training	Kontrolle Haushaltsbuch	Sport Gr. 1	(Psychose-gruppe)
10:00 - 10:30		Adaptions-gruppe Soz. / AT				optional Kreativkurs	Patienten-plenum im Winter	Skills-gruppe						
10:30 - 11:00				Mittagsachtsamkeitsübung	Mittagsachtsamkeitsübung					12:45 Mittagsachtsamkeit	Mittagsachtsamkeitsübung	Mittagsachtsamkeitsübung	Mittagsachtsamkeitsübung	
11:00 - 11:30	Mittagspause	Mittagspause	Mittagspause			Mittagspause	Mittagspause	Mittagspause						
11:30 - 12:00				Visiten Adaption	Visiten				Team	Aufnahme-gruppe Willkommes-gruppe	Arbeits-therapie Ph / Li	Rückfall-prophylaxe Ph / Li	Bezugs-gruppen	
12:00 - 12:30	Rückfall-prophylaxe Rü / Th	Sucht-basis	(Rauchfrei)			Aufnahme-gruppe Sport & Grundlagen Ernährung	Arbeits-therapie Rü / Th	Rückfall-prophylaxe Ph / Li						
12:30 - 13:00				Gruppe Sexualität u. Rausch	(Gesundheits-information)				Sport	pathologischer Medienge-brauch	Frauenboxen	Adaptions-gruppe	Wochenausklang	
13:00 - 13:30	Abendessen	Abendessen	Abendessen			Abendessen	Abendessen	Abendessen						Abendessen
13:30 - 14:00				19:15 Patientenplenum bzw. im Winter Indoor-GA	Plenum im Winter: montags 11:15 - 12:15				Volleyball	Suchtfilm				
14:00 - 14:30	Abendessen	Abendessen	Abendessen			Abendessen	Abendessen	Abendessen						
14:30 - 15:00				Abendessen	Abendessen				Abendessen	Abendessen	Abendessen	Abendessen		
15:00 - 15:30	Abendessen	Abendessen	Abendessen			Abendessen	Abendessen	Abendessen						
15:30 - 16:00				Abendessen	Abendessen				Abendessen	Abendessen	Abendessen	Abendessen		
16:00 - 16:30	Abendessen	Abendessen	Abendessen			Abendessen	Abendessen	Abendessen						
16:30 - 17:00				Abendessen	Abendessen				Abendessen	Abendessen	Abendessen	Abendessen		
17:00 - 17:30	Abendessen	Abendessen	Abendessen			Abendessen	Abendessen	Abendessen						
17:30 - 18:00				Abendessen	Abendessen				Abendessen	Abendessen	Abendessen	Abendessen		
18:00 - 18:30	Abendessen	Abendessen	Abendessen			Abendessen	Abendessen	Abendessen						
18:30 - 19:00				Abendessen	Abendessen				Abendessen	Abendessen	Abendessen	Abendessen		
19:00 - 19:30	Abendessen	Abendessen	Abendessen			Abendessen	Abendessen	Abendessen						
19:30 - 20:00				Abendessen	Abendessen				Abendessen	Abendessen	Abendessen	Abendessen		