

Wochenplan Tagesklinik Ostholstein

Zeit	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
8.00	Anreise	Anreise	Anreise	Anreise	Anreise
8.30	gemeinsames Frühstück	gemeinsames Frühstück	gemeinsames Frühstück	gemeinsames Frühstück	gemeinsames Frühstück
	9.00-9.15 Uhr leichtes Fitnessstraining	9.00-9.15 Uhr leichtes Fitnessstraining	9.00-9.15 Uhr leichtes Fitnessstraining	9.00-9.15 Uhr leichtes Fitnessstraining	9.00-9.15 Uhr leichtes Fitnessstraining (Eigenregie)
9.30	9.30 Uhr Ergo- therapie "blau" Gesprächs- gruppe "rot"	9.30 Uhr Selbstsorgegruppe	9.30 Uhr Ergo- therapie "blau" Gesprächs- gruppe "rot"	9.30 Uhr Gesprächs- gruppe "blau" Ergo- therapie "rot"	9.45 Uhr Bezugsgruppen
10.30	Pause		Pause		Pause
	10.45 Uhr Ergo- therapie "rot" 10.45 Uhr Gesprächs- gruppe "blau"	11.00 Uhr Entspannungstraining	11.00 Uhr Aktivgruppe	ab 10.45 Uhr Kochprojekt* 10.45 Uhr Yoga	11.00 Uhr Plenum
				Einzelanwendungen*	
12.00	Mittagessen	Mittagessen	Mittagessen	Mittagessen	Mittagessen
12.30	Pause, Lichttherapie*, Cogpack*	Pause, Lichttherapie*, Cogpack*	Pause, Lichttherapie*, Cogpack*	Pause, Lichttherapie*, Cogpack*	Vollversammlung
	13.30 Uhr	13.30 Infogruppe Sozialrecht	13.00 Einzelanwendungen*	13.30 Uhr	13.30 Uhr
14.00	Visite und offene Ergotherapie	14.30 Uhr Einführung TK-Behandlung Einzelanwendungen* Diagnostik* Akupunktur*(15.00-16.00 Uhr)	14.00 Uhr Arbeits- therapie (ZERA-Gruppe)* oder Malen und Zeichnen jeden 4.Mi im Monat um 13.30 Uhr Kegeln	Gruppentraining sozialer Kompetenzen (GSK)	autogenes Training* oder Konzentrationstraining
15.30	15.30 Uhr Abschlusskaffee		15.30 Uhr Abschlusskaffee	15.30 Uhr Abschlusskaffee	14.30 Uhr Abschlusskaffee
16.00	Heimfahrt	Heimfahrt	Heimfahrt	Heimfahrt	Heimfahrt

* Einheiten nach vorheriger Absprache

Stand:01.01.2019

©Tagesklinik Ostholstein gGmbH, Rettiner Weg 30, 23730 Neustadt i.H.