

Wochenplan

Zeit	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
06:45 Uhr	Wecken	Wecken	Wecken	Wecken	Wecken	Wecken (8:30 Uhr)	
07:15 - 07:30 Uhr	Morgensport	Morgensport	Morgensport	Morgensport	Morgensport	9.00 Uhr Frühstück	9.00 Uhr Frühstück
07:30 - 07:45 Uhr	Frühstück	Frühstück	Frühstück	Frühstück	Frühstück		Freizeit
08:00 - 08:10 Uhr	Morgenrunde	Morgenrunde	Morgenrunde	Morgenrunde	Morgenrunde		
08:10 - 08:30 Uhr	Zim./Bad Reinigung	Zim./Bad Reinigung	Zim./Bad Reinigung	Zim./Bad Reinigung	Zim./Bad Reinigung		
08:30 - 09:00 Uhr	Zim./Bad Abnahme	Zim./Bad Abnahme	Zim./Bad Abnahme	Zim./Bad Abnahme	Zim./Bad Abnahme		
09:00 - 10:30 Uhr	Hausforum	Gruppe A: Gruppe Gruppe B: Arbeits- therapie	Rückfallpräven- tion/soz.Kompetenz od. Integrationskurs	Gruppe A: Gruppe Gruppe B: Arbeits- therapie	Gruppe A: Gruppe Gruppe B: Arbeits- therapie	10:00 bis 12:00 Uhr Hausputz	
10:30 - 10:45 Uhr	Pause	Pause	Pause	Pause	Pause	Freizeit	
10:45 - 12:30 Uhr	Hausreinigung	Gr. A: Hausdienst Gr. B: Arbeits- therapie	Indikative Gruppe z.B. Spielen, Alkohol, psych. Erkrankungen, Deutschkurs	Gr. A: Hausdienst Gr. B: Arbeits- therapie	Gr. A: Hausdienst Gr. B: Arbeits- therapie		
12:30 - 13:00 Uhr	Mittagessen	Mittagessen	Mittagessen	Mittagessen	Mittagessen	Mittagessen	
						Freizeit	
13:00 - 14:00 Uhr	Pause	Pause	Pause	Pause	Pause		
14:00 - 16:00 Uhr	Themenzentrierte Gruppe	Gruppe B:Gruppe Gruppe A: Arbeits- therapie	Kreativtherapie oder Musik	Gruppe B:Gruppe Gruppe A: Arbeits- therapie	Kreativtherapie oder Musik		
16:00 - 16:30 Uhr	Pause	Pause	Pause	Pause	Pause		
16:30 - 17:30 Uhr		Laufen		Laufen	Sport		
18.30 - 18.45 Uhr	Abendessen	Abendessen	Abendessen	Abendessen	Abendessen	Abendessen	Abendessen
19.00 - 21.00 Uhr	Computerkurs	Freizeit	Freizeit	Freizeit	Freizeit	Freizeit	Wochenrückblick
							20:00 - 21:00 Uhr
22.30 Uhr	Bettruhe	Bettruhe	Bettruhe	Bettruhe			Bettruhe
23.00 Uhr	Schlafen	Schlafen	Schlafen	Schlafen	Bettruhe(23:30 Uhr)	Bettruhe(23:30 Uhr)	Schlafen
24.00 Uhr					Schlafen(24:00 Uhr)	Schlafen(24:00 Uhr)	

|