

Therapieplan Tagesklinik Schwerte

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Basisgruppe 08:15 – 08:45	Basisgruppe 08:15 – 08:45	Basisgruppe 08:15 – 08:45	Visite 08:15 – 12:00	Basisgruppe 08:15 – 08:45
Progressive Muskelentspannung 09:15 – 10:05	Qi Gong-Übungen 09:00 – 09:50	Qi Gong-Übungen 09:00 – 09:50	Qi Gong-Übungen 09:00 – 09:50	Progressive Muskelentspannung 09:15 – 10:05
	Nordic Walking 09:00–10:15	Nordic Walking 09:00–10:15	Nordic Walking 09:00–10:15	Ernährungsberatung 09:00 – 09:30
	Körpertherapie 10:35-12:15	Körpertherapie 10:35-12:15	Körpertherapie 10:35-12:15	Selbstbehauptung 10:35-12:15
Achtsamkeit 11:00–12:15	Stressbewältigung 11:00–12:15	Achtsamkeit 11:00–12:15	Stressbewältigung 11:00–12:15	Achtsamkeit 11:00–12:15
Kunsttherapie 10:35-12:15	Familientherapie 10:35-12:15	Kunsttherapie 10:35-12:15	Psychodrama 10:35-12:15	
Holz 10:35-12:15				Holz 10:35-12:15
Soziales Kompetenztraining 10:35 – 12:15	Konzentrationstraining 11:00–12:15	Konzentrationstraining 11:00–12:15	Angstraining 11:00 - 12:15	Depressionsgruppe 11:00 - 12:15
DBT-Körpertherapie 11:00–12:15	DBT-Infogruppe 11:00-12:15 DBT-Team	DBT-Skillstraining 10:35-12:15 DBT-Team	DBT-Bezugsgruppe 10:10 – 11:00 Skillscamp 11:15 – 12:15	DBT-Achtsamkeit 11:00–12:15 DBT-Team
Pause 12:15 – 14:15				
Gesprächsgruppe 1 14:15–15:30	Gesprächsgruppe 2 14:15–15:30	Gesprächsgruppe 1 14:15–15:30	Gesprächsgruppe 2 14:15–15:30	Basisgruppe 12:45 – 13:15
Holz 14:15 – 15:55	Kunsttherapie 14:15-15:55	Holz 14:15 – 15:55	Kunsttherapie 14:15-15:55	
Achtsame Bewegung 14:15–15:30	Ressourcengruppe 14:15–15:30	Ressourcengruppe 14:15–15:30	Achtsame Bewegung 14:15–15:30	Stand 25.01.2024

Der Plan gibt alle Therapiegruppen wieder, die in der Tagesklinik angeboten werden. Die gelb markierten Gruppen stellen ein mögliches Beispiel dar, wie ein individueller Plan aussehen könnte.