

Aktivitätenplan

Dezember 2020



Telefonische Erreichbarkeit

Montag bis Donnerstag 8.00 bis 10.00 Uhr und 13.30 bis 15.00 Uhr

Freitag 8.00 bis 10.00 Uhr

| Tag | Datum | Zeit | Aktivität |
|------------|-------|---------------|-------------------------------------|
| Dienstag | 1 | 09.30 – 11.30 | Malwerkstatt |
| | | | Handarbeiten entfällt TZ |
| | | 12.30 | Mittagstisch |
| | | 11.00 – 12.00 | NADA |
| Mittwoch | 2 | 14.15 – 15.45 | Kleingruppe für kognitives Training |
| | | 13.30 | Aktivitätengruppe |
| | | 13.30 | A-Team, Junge Erwachsenengruppe |
| Donnerstag | 3 | 09.30 – 11.30 | Knobelgruppe |
| | | 12.00 | Mittagstisch |
| | | 09.00 – 11.00 | Vergiss mein nicht - Gruppe |
| | | 14.00 – 17.00 | Therapeutisches Malen |
| | | 10.30 – 12.00 | Achtsamkeitsgruppe |
| Freitag | 4 | 09.30 – 11.00 | Nordic Walking |
| | | 09.30 – 13.00 | Kochgruppe mit Nicole |
| | | 09.30 – 11.30 | Kreativcafe |
| | | 09.00 – 13.00 | Haltestelle (offene Gruppe) TZ |

| Tag | Datum | Zeit | Aktivität |
|------------|-------|-------------------------------|-----------------------------------|
| Montag | 7 | 08.30 – 11.30 | Ergotherapie |
| | | 09.30 – 12.00 | Naturerlebnis – Gruppe |
| | | 08.15 – 09.45 | Progressive Muskelentspannung |
| | | 10.15 – 11.45 | Progressive Muskelentspannung |
| | | 09.00 – 10.30 | Morgenrunde mit Frühstück (gzo) |
| | | 11.00 – 12.00 | Haltestelle (offene Gruppe) (gzo) |
| | | 13.00 – 15.30 | Ergotherapie |
| | | 15.00 – 16.30 | Psychoedukation |
| | | „zamma si“ Gruppe entfällt TZ | |
| Dienstag | 8 | | Alle Gruppen entfallen „FEIERTAG“ |
| Mittwoch | 9 | 13.30 | Aktivitätengruppe (gko) |
| | | 13.30 | A-Team, Junge Erwachsenengruppe |
| | | 09.30 – 11.30 | Knobelgruppe |
| Donnerstag | 10 | 12.00 | Mittagstisch |
| | | 09.00 – 11.00 | Vergiss mein nicht – Gruppe |
| | | | Therapeutisches Malen entfällt |
| | | 10.30 – 12.00 | Achtsamkeitsgruppe |
| Freitag | 11 | 09.30 – 11.00 | Nordic Walking |
| | | 09.30 – 13.00 | Kochgruppe mit Nicole |
| | | 09.30 – 11.30 | Kreativcafe |
| | | 09.00 – 13.00 | Haltestelle (offene Gruppe) TZ |

| Tag | Datum | Zeit | Aktivität |
|----------|-------|---------------|-------------------------------|
| Montag | 14 | 08.30 – 11.30 | Ergotherapie |
| | | 09.30 – 12.00 | Naturerlebnis - Gruppe |
| | | 08.15 – 09.45 | Progressive Muskelentspannung |
| | | 10.15 – 11.45 | Progressive Muskelentspannung |
| | | 09.00 – 10.30 | Morgenrunde mit Frühstück |
| | | 11.00 – 12.00 | Haltestelle (offene Gruppe) |
| | | 13.00 – 15.30 | Ergotherapie |
| | | 15.00 – 16.30 | Psychoedukation |
| | | 14.00 – 15.30 | „zamma si“ Gruppe TZ |
| Dienstag | 15 | 09.30 – 11.30 | Malwerkstatt |

| | | | | |
|------------|----|---------------|-------------------------------------|----|
| | | 10.00 – 11.30 | Handarbeiten | TZ |
| | | 12.30 | Mittagstisch | |
| | | 11.00 -12.00 | NADA | |
| | | 14.15 – 15.45 | Kleingruppe für kognitives Training | |
| Mittwoch | 16 | 13.30 | Aktivitätengruppe | |
| | | 13.30 | A-Team, Junge Erwachsenengruppe | |
| | | 09.30 – 11.30 | Knobelgruppe | |
| | | 12.00 | Mittagstisch | |
| Donnerstag | 17 | 09.00 – 11.00 | Vergiss mein nicht – Gruppe | |
| | | 14.00 – 17.00 | Therapeutisches Malen | |
| | | 10.30 – 12.00 | Achtsamkeitsgruppe | |
| | | 09.30 – 11.00 | Nordic Walking | |
| Freitag | 18 | 09.30 – 13.00 | Kochgruppe mit Nicole | |
| | | | Kreativcafe entfällt | |
| | | 09.00 – 13.00 | Haltestelle (offene Gruppe) | TZ |

| Tag | Datum | Zeit | Aktivität | |
|------------|-------|---------------|--|----|
| Montag | 21 | | Ergotherapie entfällt | |
| | | | Naturerlebnis – Gruppe entfällt | |
| | | 08.15 – 09.45 | Progressive Muskelentspannung | |
| | | 10.15 – 11.30 | Progressive Muskelentspannung | |
| | | 09.00 – 10.30 | Morgenrunde mit Frühstück | |
| | | 11.00 – 12.00 | Haltestelle (offene Gruppe) | |
| | | 14.00 – 15.30 | „zamma si“ Gruppe | TZ |
| Dienstag | 22 | 09.30 – 11.30 | Malwerkstatt | |
| | | 10.00 – 11.30 | Handarbeiten | TZ |
| | | 12.30 | Mittagstisch | |
| | | 14.15 – 15.45 | Kleingruppe für kognitives Training | |
| Mittwoch | 23 | 13.30 | Aktivitätengruppe | |
| | | | A-Team, Junge Erwachsenengruppe entfällt | |
| | | | Knobelgruppe entfällt | |
| Donnerstag | 24 | Heilig Abend | Alle Gruppen entfallen | |
| Freitag | 25 | Christtag | Alle Gruppen entfallen „FEIERTAG“ | |

| Tag | Datum | Zeit | Aktivität | |
|------------|-------|---------------|--|----|
| Montag | 28 | | Ergotherapie entfällt | |
| | | | Naturerlebnis – Gruppe entfällt | |
| | | | Morgenrunde mit Frühstück entfällt | |
| | | | Haltestelle (offene Gruppe) entfällt | |
| | | | Ergotherapie entfällt | |
| | | 14.00 – 15.30 | „zamma si“ Gruppe Jürgen | TZ |
| Dienstag | 29 | 09.30 – 11.30 | Malwerkstatt | |
| | | | Handarbeiten entfällt | TZ |
| | | | Mittagstisch entfällt | |
| | | | Kleingruppe für kognitives Training entfällt | |
| Mittwoch | 30 | | Aktivitätengruppe entfällt | |
| | | | A-Team, Junge Erwachsenengruppe entfällt | |
| | | | Knobelgruppe entfällt | |
| Donnerstag | 31 | Silvester | Alle Gruppen entfallen | |