

MUSTERTHERAPIEPLAN PSYCHOSOMATIK

WOCHE 1

Uhrzeit	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag		
07:00	Anreise	Frühstück	Frühstück	Frühstück	Frühstück	Frühstück	Frühstück		
07:15									
07:30		EKG	Frühsport	Frühsport	Frühsport				
07:45									
08:00									
08:15		Psychotherapeutische Aufnahme							
08:30			Themenzentrierte Gesprächsgruppe	Atemgymnastik	Sozialberatung	Wassergymnastik			
08:45									
09:00							Hydrojet		
09:15									
09:30	Autogenes Training		medizinische Trainingstherapie	Ultraschall					
09:45									
10:00									
10:15									
10:30	Aufnahme und Einführung durch Pflege 20´		OA- Zweitgespräch	Tanztherapie	Begrüßung/ Einführungsvortrag Physiotherapie / Pflege/ Hausdame	Mein Bereich Online "Rezept der Woche"			
10:45									
11:00	Bewegungstherapie								
11:15									
11:30	Aufnahme Arztassistentin 20´		Ultraschall		Einführungsvortrag Chefarzt				
11:45									
12:00	Mittagessen	Mittagessen	Mittagessen	Mittagessen	Mittagessen	Mittagessen	Mittagessen		
12:15									
12:30									
12:45									
13:00	Medizinische Aufnahme	Einführung Kunsttherapie	Einführung Medizinische Trainingstherapie	Arbeitsplatzbezogene Leistungsbeurteilung	Bewegungstherapie				
13:15									
13:30									
13:45								Hydrojet	
14:00			Fußreflexzonenmassage						
14:15									
14:30	Hydrojet								
14:45									
15:00		Nordic Walking	Tanztherapie	Vollbad	Kunsttherapie				
15:15									
15:30	Vortrag								
15:45									
16:00				Wassergymnastik					
16:15									
16:30	Hausrundgang	Hydrojet							
16:45									
17:00			Teilkörper-Packung		Medizinsche Trainingstherapie				
17:15									
17:30									
17:45									
18:00									
18:15	Abendessen	Abendessen	Abendessen	Abendessen	Abendessen	Abendessen	Abendessen		
18:30									
18:45									
19:00									

MUSTERTHERAPIEPLAN PSYCHOSOMATIK

WOCHE 2

Uhrzeit	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag	
07:00	Frühstück	Frühstück	Frühstück	Frühstück	Frühstück	Frühstück	Frühstück	
07:15								
07:30	Blutentnahme	Frühsport	Frühsport	Gewicht & RR Messung	Frühsport			
07:45								
08:00				Frühsport				
08:15								
08:30	Themenzentrierte Gesprächsgruppe	Atemgymnastik	Themenzentrierte Gesprächsgruppe		Atemgymnastik	Wassergymnastik		
08:45								
09:00								Hydrojet
09:15								
09:30				Autogenes Training		Bewegungstherapie	Ultraschall	
09:45								
10:00								
10:15								
10:30	Depressionsseminar	Visite	Depressionsseminar	Tanztherapie		Mein Bereich Online "Rezept der Woche"		
10:45								
11:00		Fußreflexzonenmassage				Nordic Walking		
11:15								
11:30								
11:45								
12:00	Mittagessen	Mittagessen	Mittagessen	Mittagessen	Mittagessen	Mittagessen	Mittagessen	
12:15								
12:30								
12:45								
13:00		TENS Anleitung	Therapeutisches Einzelgespräch	Autogenes Training	Teilkörper-Packung	Waldbaden		
13:15								
13:30	Ernährungsvortrag	Wassergymnastik	Kunsttherapie					
13:45								
14:00				Vollbad				
14:15	Vortrag Antidepressiva	Medizinische Trainingstherapie						
14:30								
14:45								
15:00					Kunsttherapie			
15:15								
15:30								
15:45			Tanztherapie					
16:00	Bewegungstherapie	Vortrag						
16:15								
16:30					Bewegungstherapie			
16:45								
17:00					Medizinische Trainingstherapie			
17:15								
17:30								
17:45								
18:00	Abendessen	Abendessen	Abendessen	Abendessen	Abendessen	Abendessen	Abendessen	
18:15								
18:30								
18:45								
19:00								

MUSTERTHERAPIEPLAN PSYCHOSOMATIK

WOCHE 3

Uhrzeit	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag	
07:00	Frühstück	Frühstück	Frühstück	Frühstück	Frühstück	Frühstück	Frühstück	
07:15								
07:30	Frühsport	Frühsport	Frühsport	Gewicht & RR Messung	Frühsport			
07:45								
08:00				Frühsport				
08:15								
08:30	Themenzentrierte Gesprächsgruppe	Atemgymnastik	Themenzentrierte Gesprächsgruppe		Atemgymnastik	Wassergymnastik		
08:45								
09:00								
09:15		Ultraschall						Hydrojet
09:30								
09:45				Ultraschall		Medizinische Trainingstherapie		
10:00		Wassergymnastik			Therapeutisches Einzelgespräch			
10:15								
10:30	Depressionsseminar		Depressionsseminar	Nordic Walking				
10:45								
11:00								
11:15								
11:30								
11:45					Berufliche Orientierung und Teilhabe			
12:00	Mittagessen	Mittagessen	Mittagessen	Mittagessen			Mittagessen	Mittagessen
12:15								
12:30					Mittagessen			
12:45								
13:00	Autogenes Training	Medizinische Trainingstherapie	Berufliche Orientierung und Teilhabe	Autogenes Training	Teilkörper-Packung			
13:15								
13:30								
13:45								
14:00				Tanztherapie	Bewegungstherapie	Hydrojet		
14:15								
14:30	Kunsttherapie		Fußreflexzonenmassage					
14:45								
15:00		Vortrag Übergewicht und Bewegung			Kunsttherapie			
15:15								
15:30								
15:45			Tanztherapie	Vortrag Sozialmedizin				
16:00								
16:15								
16:30	Vollbad	Vortrag						
16:45								
17:00						Medizinische Trainingstherapie		
17:15								
17:30								
17:45								
18:00	Abendessen	Abendessen	Abendessen	Abendessen	Abendessen	Abendessen	Abendessen	
18:15								
18:30								
18:45								
19:00								

MUSTERTHERAPIEPLAN PSYCHOSOMATIK

WOCHE 4

Uhrzeit	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
07:00	Frühstück	Frühstück	Frühstück	Frühstück	Frühstück	Frühstück	Frühstück
07:15							
07:30	Frühsport	Frühsport	Frühsport	Gewicht & RR Messung	Frühsport		
07:45							
08:00				Frühsport			
08:15							
08:30	Themenzentrierte Gesprächsgruppe	Atemgymnastik	Themenzentrierte Gesprächsgruppe		Atemgymnastik	Wassergymnastik	
08:45							
09:00				Autogenes Training			Hydrojet
09:15							
09:30		Visite					
09:45							
10:00	Vorgespräch NADA - Akupunktur	Bewegungstherapie		Ultraschall	Therapeutisches Einzelgespräch		
10:15							
10:30	Depressionsseminar		Depressionsseminar				
10:45							
11:00		Nordic Walking		Bewegungstherapie	NADA-Akupunktur	Mein Bereich Online "Achtsamkeit"	
11:15							
11:30							
11:45					Berufliche Orientierung und Teilhabe		
12:00	Mittagessen	Mittagessen	Mittagessen			Mittagessen	Mittagessen
12:15							
12:30							
12:45							
13:00	Autogenes Training	TENS Rückgabe	Berufliche Orientierung und Teilhabe	Tanztherapie	Kunsttherapie		
13:15							
13:30							
13:45							
14:00							
14:15		Sozialberatung					
14:30	Kunsttherapie			Tanztherapie			
14:45							
15:00		Vortrag Gesundheit und Übergewicht				Wassergymnastik	
15:15							
15:30				Vortrag			
15:45							
16:00							
16:15	Teilkörper-Packung 20´		Medizinische Trainingstherapie		Teilkörper-Packung 20´		
16:30							
16:45		Vortrag					
17:00	Medizinische Trainingstherapie				Vollbad		
17:15							
17:30							
17:45							
18:00	Abendessen	Abendessen	Abendessen	Abendessen	Abendessen	Abendessen	Abendessen
18:15							
18:30							
18:45							
19:00							

MUSTERTHERAPIEPLAN PSYCHOSOMATIK

WOCHE 5

Uhrzeit	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
07:00	Frühstück	Frühstück	Frühstück	Frühstück	Frühstück	Frühstück	Frühstück
07:15							
07:30	Frühsport	Frühsport	Frühsport	Gewicht & RR Messung	Frühsport		
07:45							
08:00				Frühsport			
08:15							
08:30	Themenzentrierte Gesprächsgruppe	Atemgymnastik	Themenzentrierte Gesprächsgruppe		Atemgymnastik	Wassergymnastik	
08:45							
09:00							
09:15						Ultraschall	
09:30		Teilkörper-Packung					
09:45				Therapeutisches Abschlussgespräch	Bewegungstherapie		
10:00	Ultraschall						
10:15			Sozialberatung				
10:30	NADA-Akupunktur						
10:45							
11:00							
11:15		Therapeutisches Klettern	Bewegungstherapie	Therapeutisches Klettern	NADA-Akupunktur	Mein Bereich Online	
11:30							
11:45							
12:00	Mittagessen	Mittagessen	Mittagessen	Mittagessen	Mittagessen	Mittagessen	Mittagessen
12:15							
12:30							
12:45							
13:00	Autogenes Training	Kunsttherapie		Autogenes Training	Kunsttherapie		
13:15							
13:30			Hydrojet				
13:45							
14:00				Medizinsche Trainingstherapie	Hydrojet		
14:15							
14:30	Wassergymnastik						
14:45							
15:00			Wassergymnastik				
15:15							
15:30	Verabschiedung	Medizinsche Trainingstherapie		Vortrag			
15:45							
16:00							
16:15							
16:30		Vortrag					
16:45							
17:00					Ultraschall		
17:15							
17:30							
17:45							
18:00	Abendessen	Abendessen	Abendessen	Abendessen	Abendessen	Abendessen	Abendessen
18:15							
18:30							
18:45							
19:00							