

TYGODNIOWY PLAN ZAJĘĆ ODDZIAŁU REHABILITACJI PSYCHIATRYCZNEJ 14
Ważny od 01.03.2026r.

PONIEDZIAŁE	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA
K					
7:00 pobudka	7:00 pobudka	7:00 pobudka	7:00 pobudka	7:00 pobudka	7:00 pobudka
7:40 gimnastyka poranna	7:40 gimnastyka poranna	7:40 gimnastyka poranna	7:40 gimnastyka poranna	7:40 gimnastyka poranna	
8:00 śniadanie, dyżury	8:00 śniadanie, dyżury	8:00 śniadanie, dyżury	8:00 śniadanie, dyżury	8:00 śniadanie, dyżury	8:00 śniadanie, dyżury
8:15 wizyta lekarska	8:30 zajęcia świetlicowe gr I i II	9:00 trening autogeny (pracownia terapii grupowej) gr II/zajęcia świetlicowe z Asystentem Zdrowienia gr I	9:00 wizyta lekarska	8:50 zebranie społeczności	
	9:30 trening funkcji poznawczych gr I i gr II/ psychoterapia grupowa (P. Daria)		09:30 trening funkcji poznawczych gr I i gr II/ psychoterapia grupowa (P. Daria)	10:00 trening autogeny (pracownia terapii grupowej gr I/ zajęcia świetlicowe z Asystentem Zdrowienia gr II	10:00 trening lekowy/ promocja zdrowia gr I i gr II
9:30 filmoterapia/ zebranie zespołu terapeutycznego	10:25 trening funkcji poznawczych gr I i gr II/ psychoterapia grupowa (P. Daria)	10:00 spacer*/zajęcia integracyjne gr I i II (P. Daria i P. Anna)	10:25 trening funkcji poznawczych gr I i gr II/ psychoterapia grupowa (P. Daria)	11:00 spacer*/zajęcia świetlicowe gr I i II (P. Wiktoria i P. Ola)	
11:45/spacer*/ biblioterapia gr I i II (P. Daria i P. Anna)	11:15 Zajęcia integracyjne/ spacer gr I i II	11:15 terapia grupowa-grupa wsparcia gr I i II (P. Daria i P. Anna)	11:00 relaks muzyczny (pracownia terapii grupowej) gr II/	11:45 zajęcia psychoedukacyjne/ trening kompetencji	

trening uważności społecznych gr I i
gr I (P. Daria i P. II (P. Ola i P. Anna)
Ola)

13:00 przerwa obiadowa	13:00 przerwa obiadowa	13:00 przerwa obiadowa	13:00 przerwa obiadowa	13:00 przerwa obiadowa	13:00 przerwa obiadowa
13:30 relaks muzyczny (pracownia terapii grupowej) gr I/ zajęcia światlicowe gr II (P. Daria)	13:30 zajęcia manualne (pracownia terapii grupowej) gr II	13:30 hortikuloterapia/ biblioterapia gr I i II	13:30 zajęcia manualne (pracownia terapii grupowej) gr I/ trening uważności gr II (P. Daria i P. Ola)	13:00 - 16:00 zajęcia rekreacyjne gr I i gr II	
15:00 trening samoobsługi gr I i gr I	13:45 trening kulinarny/ zajęcia manualne gr I	15:00 zajęcia na sali gimnastycznej/ zajęcia światlicowe gr I i gr II		14:00 trening samoobsługi gr I i gr II	
16:00 trening higieniczny gr I i gr I	15:00 trening kulinarny/ zajęcia manualne gr II	16:15 biblioterapia gr I i gr I		16:00 trening higieniczny gr I i I	
18:00 kolacja	18:00kolacja	18:00 kolacja	18:00 kolacja	18:00 kolacja	18:00 kolacja

Legenda:

KOLOR NIEBIESKI - ZAJĘCIA GRUPY PIERWSZEJ

KOLOR ZIELONY - ZAJĘCIA GRUPY DRUGIEJ

KOLOR CZERWONY - GRUPA PSYCHOTERAPII

KOLOR CZARNY - ZAJĘCIA I AKTYWNOŚCI DLA WSZYSTKICH OSÓB

*/ * - W RAMACH SPACERU W ZALEŻNOŚCI OD POGODY ODBYWA SIĘ TEŻ NORDIC WALKING.

*ZASTRZEGA SIĘ PRAWO DO WPROWADZANIA ZMIAN W PLANIE NA BIEŻĄCO