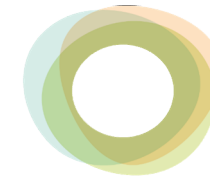


# Wochenplan Therapeutisches Wohnen insich



**insich**

Wo Menschen zu sich finden

Zeit	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag	
07.00 - 07.20	Morgenmeditation/ Stille							
07.30 - 08.15	Frühstück							
08.45 - 09.00	Morgenkreis / Tagesbesprechung							
09.00 - 10.30	Arbeitsagogik	Hausputz	Arbeitsagogik	Natur	Arbeitsagogik	Malen	Hausputz	
10.30 - 10.45			Znünipause					
10.45 - 12.00	Arbeitsagogik	Arbeitsagogik	Arbeitsagogik	Natur	Arbeitsagogik	Malen	Arbeitsagogik	
12.15 - 13.15			Mittagessen					
13.15 - 14.00			Mittagspause					
14.00 - 16.00	Bewegung	frei	Dreidim. Gestalten	eigene Pendenzen / Zimmerputzen	Natur	Arbeitsagogik	Malen	Hausputz / eigene Pendenzen
16.00 - 16.30			Zvieripause					
16.30 - 17.30	Musik	Yoga	Bewohnendensitzung	frei	Start ins Wochenende			
17.30 - 18.30								
18.30 - 19.30	Abendessen							
19.30 - 22.00	Abendgestaltung							
22.00 - 22.20	Abendmeditation/ Stille							
ab 23:00	Nachtruhe							