



Tervassalon päihdekuntouksen viikko-ohjelma

	Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai	Lauantai	Sunnuntai
7:30-8:45	AAMUPALA	AAMUPALA	AAMUPALA	AAMUPALA	AAMUPALA		
9:00	AAMUNAVAUS	AAMUNAVAUS	AAMUNAVAUS	AAMUNAVAUS	AAMUNAVAUS	AAMUPALA	AAMUPALA
10:00-11:25	Aamuryhmä Aihealueittain	Aamuryhmä Aihealueittain	Aamuryhmä Aihealueittain	Aamuryhmä Aihealueittain	Aamuryhmä Aihealueittain	Yhteisön tehtävät	AAMUPALA
11:30-12:30	LOUNAS	LOUNAS	LOUNAS	LOUNAS	LOUNAS	Yhdessä ruonlaittoa	Yhdessä ruonlaittoa
12:30-13:00	Yksilökeskustelu/ Yksilöohjaus	Yksilökeskustelu/ Yksilöohjaus	Yksilökeskustelu/ Yksilöohjaus	Yksilökeskustelu/ Yksilöohjaus	Yksilökeskustelu/ Yksilöohjaus	LOUNAS	LOUNAS
13:00-14:00	Ulkoilua/ Punttisali/ Päiväkahvi	Ulkoilua/ Punttisali/ Päiväkahvi	Ulkoilua/ Punttisali/ Päiväkahvi	Ulkoilua/ Punttisali/ Päiväkahvi	Ulkoilua/ Punttisali/ Päiväkahvi	Toiminnallinen ryhmä	Retki/Keilaus/ Biljardi/Lautapelit 13.00->
14:00-16:00	Päiväryhmä Aihealueittain	Luova Ryhmä	Päiväryhmä Aihealueittain	Hyvinvointi -ryhmä	Päiväryhmä Aihealueittain	Ulkoilua/ Punttisali	Retki/Keilaus/ Biljardi/Lautapelit
16.30-17.30	PÄIVÄLLINEN	PÄIVÄLLINEN	PÄIVÄLLINEN	PÄIVÄLLINEN	PÄIVÄLLINEN	PÄIVÄLLINEN	PÄIVÄLLINEN
17.30-18.15	Omaa Aikaa	Omaa Aikaa	Omaa Aikaa	Omaa Aikaa	Omaa Aikaa	Omaa aikaa	Omaa aikaa
18.15-	Lähtö AA/NA ryhmään	Yksilökeskustelu/ Yksilöohjaus	Lähtö AA/NA ryhmään	Elokuvailta	Lähtö AA/NA ryhmään	Elokuvailta	Ohjattu Rentoutus
19.00-21.00	AA/NA-ryhmä	SAUNA	AA/NA-ryhmä		AA/NA-ryhmä	SAUNA	Omaa Aikaa
21.00-22.00	ILTAPALA	ILTAPALA	ILTAPALA	ILTAPALA	ILTAPALA	ILTAPALA	ILTAPALA
22:00-	Hyvää Yötä	Hyvää Yötä	Hyvää Yötä	Hyvää Yötä	Hyvää Yötä	Hyvää Yötä	Hyvää Yötä

Ryhmäaiheet vaihtuvat viikoittain