San Nicola
CENTRO RECUPERO DIPENDENZE

PROGRAMMAZIONE SETTIMANALE

ORARI	LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI	SABATO	DOMENICA
07:00-07:15	Sveglia	Sveglia	Sveglia	Sveglia	Sveglia	Sveglia	Sveglia
07:15-08:00	Colazione	Colazione	Colazione	Colazione	Colazione	Colazione	Colazione
08:00-08:30	Rito del mattino	Rito del mattino	Rito del mattino	Rito del mattino	Rito del mattino	Rito del mattino	Rito del mattino
08:30-09:15	▪ Gruppo del mattino ▪ Consegna libro lavoro	Gruppo del mattino	Gruppo del mattino	Gruppo del mattino	Gruppo del mattino	Gruppo regole e responsabilità	Gruppo del mattino
09:30-11:00	Biotransenergetica	Libro lavoro (feedback)	Studio e pratica dei 12 passi	Studio e pratica dei 12 passi	Studio e pratica dei 12 passi	Lezione di Inglese	Palestra/riflessione e scrittura
11:00-12:30	▪ Doveri terapeutici ▪ Colloqui individuali ▪ Riflessione e scrittura ▪ DBT	▪ Doveri terapeutici ▪ Colloqui individuali ▪ Riflessione e scrittura	▪ Doveri terapeutici ▪ Colloqui individuali ▪ Riflessione e scrittura ▪ EMDR	▪ Doveri terapeutici ▪ Colloqui individuali ▪ Riflessione e scrittura	▪ Doveri terapeutici ▪ Colloqui individuali ▪ Riflessione e scrittura ▪ CBT	▪ Doveri terapeutici	▪ Doveri terapeutici
12:30-13:30	Pranzo	Pranzo	Pranzo	Pranzo	Pranzo	Pranzo	Pranzo
13:30-15:00	Doveri terapeutici ▪ Tempo libero ▪ Colloqui individuali	Doveri terapeutici ▪ Tempo libero ▪ Colloqui individuali	Doveri terapeutici ▪ Tempo libero ▪ Colloqui individuali	Doveri terapeutici ▪ Tempo libero ▪ colloqui individuali	Doveri terapeutici ▪ Tempo libero ▪ Colloqui individuali	Doveri terapeutici ▪ Tempo libero ▪ Incontri unifamiliari	Doveri terapeutici Giochi di società, attività sportive, film
15:00-16:30	Mindfulness	Laboratorio di ceramica	▪ Proiezione film	▪ Self-esteem ▪ ACT	▪ Gruppo psico-educazionale ▪ ACT	▪ Al-Anon ▪ A-A	
16:30-17:00	Break	Break	Break	Break	Break	Break	Break

17:00-18:30	Yoga	▪ Life-skills ▪ ACT	Discussione film	Gruppo psico-educazionale	Lab. Fotografia	▪ Tempo libero: giochi di società, calcetto, pallavolo. ▪ Doveri terapeutici	▪ Giochi di società, attività sportive, film ▪ Doveri terapeutici
18:30-20:00	▪ Doveri terapeutici ▪ Riconsegna libro di lavoro ▪ Telefonate ▪ Palestra	▪ Doveri terapeutici ▪ Palestra	▪ Doveri terapeutici ▪ Palestra	▪ Palestra ▪ Doveri terapeutici ▪ Telefonate	▪ Doveri terapeutici ▪ Palestra	▪ Telefonate ▪ Palestra	▪ Doveri terapeutici
20:00 21:00	cena	cena	cena	cena	cena	cena	cena
21:00-21:30	▪ Tempo libero ▪ Doveri terapeutici	▪ Tempo libero ▪ Doveri terapeutici	▪ Tempo libero ▪ Doveri terapeutici	▪ Tempo libero ▪ Doveri terapeutici	▪ Tempo libero ▪ Doveri terapeutici	▪ Tempo libero ▪ Doveri terapeutici	▪ Tempo libero ▪ Doveri terapeutici
21:30-22:30	Riflessione e scrittura	Film	Giochi di società	Riflessione e scrittura	Musica	Film	Telegiornale
22:30	Riposo notturno	Riposo notturno	Riposo notturno	Riposo notturno	Riposo notturno	Riposo notturno	Riposo notturno