



Wochenplan mit Wahloptionen

Das Heimetli mit Herz bietet eine niederschwellige Tagesstruktur nach einem traumapädagogischen Ansatz an. Die an der Tagesstruktur teilnehmenden Menschen können sich modular anhand der verschiedenen Angebote ein passendes Programm zusammenstellen, welches bei Bedarf auch wieder angepasst werden kann.

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	
Während des ganzen Tages mög- lich	Wichtig in der traumapädagogischen Haltung ist Raum und Zeit zu haben, um Selbstverstehen, Sicherheit und Ressourcen wiederzu-entdecken und auszubauen. Dies wird im Alltag im Heimetli mit Herz jederzeit ermöglicht.					Während des ganzen Tages mög- lich
	Tiere (Spaziergänge mit den Hunden, Kuscheln)					
	Kreativatelier					
	Holzwerkstatt					
	Musiklabor					
09:00 Uhr	Wocheneinkauf				Vielfaltwerkstatt im Atelier von Hetty Rapeud Alle zwei Wo- chen: «die Gruppe»	09:00 Uhr
10:00 Uhr			Psychoedukation			10:00 Uhr
11:00 Uhr						11:00 Uhr
12:00 Uhr	Es besteht immer die Möglichkeit, in der Küche beim Zubereiten des Mittagessens zu helfen, den Tisch zu decken, etc.					12:00 Uhr
	Gemeinsames Mittagessen					
13:00 Uhr	EFT (Emotional Free- dom Tecniques) Körperarbeit	Bewegung		Bewegung	Vielfaltwerkstatt im Atelier von Hetty Rapeud	13:00 Uhr
			Psychoedukation			
14:00 Uhr						14:00 Uhr
15:00 Uhr						15:00 Uhr

- Einmal monatlich unternehmen wir einen **Ausflug**, die Teilnahme ist freiwillig.
- Je nach Bedarf finden wöchentlich oder 2-wöchentlich **Fallführungsgespräche** statt.