



Informations- und Veranstaltungskalender Sonnenberg-Klinik*

	Was?	Wann?	Wo?
Montag	Schwimmbad geöffnet	06.30 – 08.00 Uhr	Schwimmbad
	Sprechzeit Freundeskreis	09.00 – 11.00 Uhr	Zimmer Freundeskreis
	Bücherausgabe	10.00 – 11.00 Uhr	Bibliothek
	Gruppenberatung zur Ernährung bei Fettstoffwechselstörungen oder Osteoporose	13.30 – 14.30 Uhr	Lehrküche
	Sprechzeit Freundeskreis	14.30 – 16.30 Uhr	Zimmer Freundeskreis
	Naturheilkundliche Vortragsreihe	16.00 – 17.00 Uhr	Vortragssaal
	Schwimmbad geöffnet	16.00 – 17. 30 Uhr	Schwimmbad
	Farb- und Stilberatung oder Kosmetikseminar (findet im Wechsel statt)	19.00 – 20.00 Uhr	Gruppenraum
	Schwimmbad geöffnet	19.00 – 21.00 Uhr	Schwimmbad
	Sportgeräteraum geöffnet	19.00 – 21.00 Uhr	Sportgeräteraum
Dienstag	Schwimmbad geöffnet	06.30 – 08.00 Uhr	Schwimmbad
	Sprechzeit Freundeskreis	09.00 – 11.00 Uhr	Zimmer Freundeskreis
	Büchertisch und Sprechstunde zu Ernährungsfragen	11.30 – 12.00 Uhr	Zimmer Ernährungsberatung
	Sprechzeit Freundeskreis	13.00 – 15.00 Uhr	Zimmer Freundeskreis
	Diätberatung für neu angereiste Patienten	13.15 – 16.30 Uhr	Lehrküche
	Hausführung	16.00 – 16.30 Uhr	Rezeption
	Schwimmbad geöffnet	16.00 – 17. 30 Uhr	Schwimmbad
	Musik hören	16.30 – 18.00 Uhr	Gruppenraum
	Töpfern	19.00 – 21.00 Uhr	Werkstatt
	Schwimmbad geöffnet	19.00 – 21.00 Uhr	Schwimmbad
Sportgeräteraum geöffnet	19.00 – 21.00 Uhr	Sportgeräteraum	

Mittwoch	Schwimmbad geöffnet	06.30 – 08.00 Uhr	Schwimmbad
	Sprechzeit Freundeskreis	09.00 – 11.00 Uhr	Zimmer Freundeskreis
	Gruppenberatung Übergewicht/Gewichtsreduktion	10.45 – 12. 00 Uhr	Lehrküche
	Wanderung	ab 13.30 Uhr	Haupteingang
	Einführung in die Rehabilitation, Begrüßung	15.00 – 15.45 Uhr	Vortragssaal
	Bus-Pendelverkehr 20-minütlich nach Bad Sooden-Allendorf	15.00 – 18.00 Uhr	Haupteingang
	Hausführung	16.00 – 16.30 Uhr	Rezeption
	Medizinischer Vortrag und Diskussion mit wechselnden Themen	16.00 – 17.00 Uhr	Vortragssaal
	Schwimmbad geöffnet	19.00 – 21.00 Uhr	Schwimmbad
	Sportgeräteraum geöffnet	19.00 – 21.00 Uhr	Sportgeräteraum
	Kreativer Bastelkurs	19.00 – 21.00 Uhr	Werkstatt
Donnerstag	Schwimmbad geöffnet	06.30 – 08.00 Uhr	Schwimmbad
	Bücherausgabe	09.00 – 10.00 Uhr	Bibliothek
	Sprechzeit Freundeskreis	09.00 – 11.00 Uhr	Zimmer Freundeskreis
	Einführung in die Musiktherapie	10.45 – 11.30 Uhr	Gruppenraum
	Einführung in die Ernährungskuren	13.30 – 14.00 Uhr	Lehrküche
	Vollwert-Kochkurs Gemeinsame Zubereitung von Salaten, Gemüse- und Getreidegerichten sowie Brot, Kuchen und Desserts	15.00 – 18.00 Uhr	Lehrküche
	Psychoonkologischer Vortrag mit wechselnden Themen	16.00 – 17.00 Uhr	Vortragssaal
	Schwimmbad geöffnet	16.00 – 17.30 Uhr 19.00 – 21.00 Uhr	Schwimmbad
	Sportgeräteraum geöffnet	19.00 – 21.00 Uhr	Sportgeräteraum

Freitag	Schwimmbad geöffnet	06.30 – 08.00 Uhr	Schwimmbad
	Mittagsmeditation	11.30 – 12.15 Uhr	Stiller Raum
	Vortrag: Grundlagen der Vollwert-Ernährung findet im Wechsel statt mit Ernährung und Krebs	14.00 – 15.30 Uhr	Vortragssaal
	Yoga	13.30 – 15.00 Uhr 15.15 – 16.45 Uhr	Gruppenraum
	Schwimmbad geöffnet	16.00 – 17.30 Uhr 19.00 – 21.00 Uhr	Schwimmbad
	Offener Singkreis	19.00 – 20.00 Uhr	Gruppenraum
	Sportgeräteraum geöffnet	19.00 – 21.00 Uhr	Sportgeräteraum
	Töpfern	19.00 – 21.00 Uhr	Werkstatt
Samstag	Tai Chi Chuan Anfänger	08.30 – 09.30 Uhr	Sporthalle
	Schwimmbad geöffnet	09.00 – 11.00 Uhr	Schwimmbad
	Tai Chi Chuan Fortgeschrittene I	09.30 – 10.30 Uhr	Sporthalle
	Tai Chi Chuan Fortgeschrittene II	10.30 – 11.30 Uhr	Sporthalle
	Tanztherapeutischer Kurs für Anfänger und Fortgeschrittene	14.00 – 15.30 Uhr 16.00 – 17.30 Uhr	Sporthalle
	Sportgeräteraum geöffnet	14.00 – 17.00 Uhr	Sportgeräteraum
	Bus-Pendelverkehr 20-minütlich nach Bad Sooden-Allendorf	15.00 – 18.00 Uhr	Haupteingang
	Schwimmbad geöffnet	16.00 – 17.30 Uhr 19.00 – 21.00 Uhr	Schwimmbad
Sonntag	Schwimmbad geöffnet	09.00 – 11.00 Uhr	Schwimmbad
	Bus-Pendelverkehr 20-minütlich nach Bad Sooden-Allendorf	15.00 – 18.00 Uhr	Haupteingang
	Schwimmbad geöffnet	16.00 – 17.30 Uhr 19.00 – 21.00 Uhr	Schwimmbad

*Änderungen vorbehalten