

# **Tagesklinik für Bipolare Störungen**

**in Reinickendorf**

**Dipl.-Psych. Lilith Rupf und Dipl.-Psych. Sonja Sorg**

**09.04.2011**

# Mein Therapieplan in der Bipolar-Tagesklinik im Vivantes Humboldt-Klinikum Berlin (Tel. 130 12 2418)

## Unser Team:

Psychologinnen:  
Frau Rupf  
Frau Sorg

Pflegepersonal:  
Frau Ferencaba

Praktikant/in:  
Frau Penz


Ärztinnen:  
Frau Prof. Krüger  
Frau Saleh

Komplementärtherapie:  
Herr Bränzel  
Frau Heydenreich  
Frau Lattermann  
Frau Lorenz  
Frau Risser  
Frau Rosemann  
Herr von Seltmann  
Frau Tietsche

Legende:  
Brä = Hr Bränzel  
Fer = Fr. Ferencaba  
Hey = Fr. Heydenreich  
Lat = Fr. Lattermann  
Lor = Fr. Lorenz  
Pfl = Pflegepersonal  
Pra = Praktikant/in  
Psy = Psychologin  
Ris = Fr. Risser  
Ros = Fr. Rosemann  
Rup = Fr. Rupf  
Sor = Fr. Sorg  
Sel = Hr von Seltmann  
Tie = Fr. Tietsche

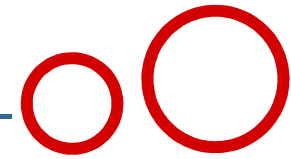
STB = Stimmungs-  
Tagebuch

Selbstmanagement = z.B.  
STB, Therapieaufgaben,  
eigene Aktivität, Abschied

Zeit	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
8.30					8.30 Morgenvisite ♥* „Gute Selbstfürsorge“ Psy, Pfl / Raum 112
9.00	9.30 Morgenvisite ♥* „Gelungenes Wochenende“ Psy, Pfl / Raum 112	9.00 Morgenvisite ♥* „Aktiv in den Tag mit Qi Gong“ Fer, Psy / Raum 111 + 112	9.00 Morgenvisite ♥* „Genuss im Alltag“ Psy, Pfl / Raum 112	9.30 Morgenvisite ♥* „Balance finden“ Psy, Pfl / Raum 112	9.00-11.00 <b>Medi-Kompetenz ♥*</b> Lernen Sie Ihre Medikamente selbstständig einzuteilen und einzunehmen! Fer, Pfl / Verordnungszimmer
10.00 / 10.30	10.20-11.10 <b>Musiktherapie ♥*</b> Klänge helfen heilen Sel / Raum 13	10.00-10.30 <b>Erfahrungsaustausch „Reha, Arbeit, Recht, Soziales“ ♥*</b> Was passiert nach der TK hinsichtlich Beruf, Finanzen, Familie? Wer hilft? Pfl, Pra, Pat. / Raum 112	10.00-11.00 <b>Psychoedukation Bipolar ♥*</b> z.B. Gedanken, Krisenplan, Aktivitätenaufbau Psy / Raum 112	10.00-12.00 <b>Visite mit dem Team ♥*</b> Raum 121	<b>Parallel:</b> <b>9.00-10.00</b> <b>Feldenkrais (*)</b> <b>(nur auf Verordnung!)</b> Brä / Gymnastikraum
		10.30-12.00 <b>Ergo *</b> Lor / Raum 123		<b>2. und 4. Donnerstag im Monat</b> <b>Peer-Berater</b> <b>10.00-11.30</b> Termine nach Anmeldung	<b>10.30-12.00</b> <b>Ergo ♥</b> Hey / Raum 14
11.00	11.15-12.00 <b>Walkinggruppe ♥*</b> Pfl, Pra / im Freien	11.00-11.45 <b>Entspannung ♥</b> Ruhiger und gelassener durch Progressive Muskelentspannung Psy, Pra, Pfl / Raum 112	11.10-12.00 <b>Kognitives Training ♥*</b> Denk Dich fit! Ros / Raum 111	11.15-12.15 <b>Tanztherapie (♥)</b> <b>(nur auf Verordnung!)</b> Lat / Gymnastikraum	<b>11.00-12.00</b> <b>Therapieaufgabengruppe *</b> Pra / Raum 112
12.00 / 12.30	12.00 Mittagessen / Mittagsruhe	12.00 Mittagessen / Mittagsruhe	12.00 Mittagessen / Mittagsruhe	12.00 Mittagessen / Mittagsruhe	12.00 Mittagessen / Mittagsruhe
13.00 / 13.30	13.00-14.00 ♥* <b>Psychoedukation Bipolar</b> z.B. Balance, Frühwarnsystem, Stressbewältigung Psy / Raum 112	13.15-14.45 <b>Achtsamkeit ♥*</b> Ros / Raum 111	12.45-14.15 <b>Ergo ♥</b> Tie / Raum 04	13.00-14.00 <b>Gruppe ♥*</b> „Eigene Bedürfnisse / <b>Gute Selbstfürsorge“</b> <b>mit Abschlussrunde</b> Mein Thema in der Therapie Psy / Raum 112, in der <u>geraden</u> Kalenderwoche	13.00-14.00 <b>Abschlussvisite</b> <b>Woche ♥*</b> Wochenendgestaltung: Ausgleichen, Energie tanken, Aktivitäten Psy, Pfl / Raum 112
	14.00-14.15 Pause ♥*		13.00-13.30 <b>Abschlussvisite *</b> Den Abend gestalten Psy / Raum 112		
14.30	14.15-14.30 <b>Abschlussvisite ♥*</b> Den Abend gestalten Psy / Raum 112	15.20-16.00 <b>Koordinationsgymnastik ♥*</b> Ris / Gymnastikraum		13.00-13.45 <b>Gruppe ♥*</b> „Eigene Bedürfnisse / <b>Gute Selbstfürsorge“</b> <b>(mit Abschlussrunde)</b> Mein Thema in der Therapie Psy / Raum 112, in der <u>ungeraden</u> Kalenderwoche	 <p>01.04.2011 © Vivantes HUK</p>
	14.30-16.00 <b>Ergo *</b> Lor / Raum 123		<b>Bitte achten Sie bei allen Bewegungstherapien auf geeignete Kleidung!</b>	14.00-15.00 <b>Mittagsgespräch ♥*</b> „Meet the expert“ Prof. Dr. P. Bräunig Neubau, Raum 10.113 14-tägig, in der <u>ungeraden</u> Kalenderwoche	
	[18.30-20.00 Uhr <b>SH-Gruppe Gleichgewicht</b> <b>Pavillon links, Station 04]</b>				

# Kontakt

---



- Telefon
  - Schwesternzimmer: (030) 130 12 24 18
- Dipl.-Psych. S. Sorg/ Dipl.-Psych. B. Schürmann
  - Tel: (030) 130 12 24 06
  - E-Mail: [sonja.sorg@vivantes.de](mailto:sonja.sorg@vivantes.de)
- Dipl.-Psych. L. Rupf
  - Tel: (030) 130 12 14 16
  - E-Mail: [lilith.rupf@vivantes.de](mailto:lilith.rupf@vivantes.de)