



РАСПОРЯДОК ДНЯ

<u>7.30 - 8.00</u>	Подъем
<u>8.00 - 8.30</u>	Мониторинг состояния здоровья
<u>8.30 - 8.45</u>	Утренние гигиенические процедуры
<u>8.45 - 9.00</u>	Легкая гимнастика
<u>9.00 - 10.00</u>	Завтрак
<u>10.00 - 11.00</u>	Занятия с психологом-аниматором
<u>11.00 - 12.00</u>	Досуг (просмотр любимых телепередач и тд)
<u>12.00 - 13.00</u>	Прогулка
<u>13.00 - 14.00</u>	Обед
<u>14.00 - 15.00</u>	Тихий час
<u>15.00 - 15.30</u>	Полдник
<u>15.30 - 18.00</u>	Свободное время, анимированные занятия
<u>18.00 - 18.30</u>	Ужин
<u>18.30 - 20.00</u>	Свободное время
<u>20.00 - 20.30</u>	Сонник (2 ужин)
<u>20.30 - 21.30</u>	Гигиенические процедуры, подготовка ко сну, сон