HARMONOGRAM DŇA

 ČAS ČINNOSTI

06.30 – 07.00 hod. ranné vstávanie, úprava postelí, ranná toaleta

07.00 – 08.00 hod. užívanie predpísaných liekov, RAŇAJKY

 priestor pre osobnú hygienu, úprava izieb – individuálne podľa

potreby

08.00 –10.00 hod. kreatívne, tvorivé, hravé, kultúrne, rehabilitačné,športové

činnosti (zdokonaľovanie pracovných a sociálnych zručností)

10.00 – 10.30 hod. DESIATA, káva/čaj

10.30 – 12.00 hod. pokračovanie v činnostiach

11:30 – 13.20 hod. užívanie predpísaných liekov, OBED

13.00 – 14.45 hod. popoludňajší odpočinok – individuálne podľa potrieb PSS

15.00 hod. OLOVRANT, káva/čaj

15.30 – 16.30 hod. kreatívne, tvorivé, hravé, kultúrne, rehabilitačné,športové

činnosti (zdokonaľovanie pracovných a sociálnych zručností)

16.15 – 17.30 hod. užívanie predpísaných liekov, VEČERA

18.00 – 22.00 hod. príprava na nočný odpočinok, večerná toaleta

 individuálne trávenie voľného času, sledovanie TV, čítanie kníh

22.00 – 6.00 hod. nočný kľud