

Распорядок дня



с 07.00 до 08.30 - утренняя гигиена

- умывание
- чистка зубов
- уход за одеждой

с 08.30 до 09.00 завтрак

с 09.00 до 13.00

- занятия в кружках
- прогулки на свежем воздухе
- культурные мероприятия

с 13.00 до 13.30 - обед

с 13.30 до 15.30 - тихий час

с 16.00 до 16.30 - полдник

с 16.30 до 18.30 - личное время

- беседы с психологом
- прогулки на свежем воздухе
- культурные мероприятия

с 18.30 до 19.30 - ужин

с 19.30 до 22.30 - личное время

с 22.30 до 23.00 - подготовка ко сну

- умывание
- чистка зубов
- личная гигиена

с 23.00 до 07.00 - ночной сон