

РЕЖИМ ДНЯ
отделения «Мать и дитя»
(осенне-весенний)

07.30 – 08.30	Подъём, термометрия Утренняя зарядка, утренний туалет, лечебные процедуры
08.30 – 09.00	Завтрак
09.00 – 12.30 для дошкольн.	Лечебные процедуры, прогулка, второй завтрак (10.30-10.45)
09.30 – 13.10 для школьн.	Школа (первая смена) или самоподготовка.
12.30 – 13.30	Обед
13.30 – 15.00	Дневной сон
15.00 – 15.30	Подъём, термометрия, индивидуальные лечебные процедуры, полдник
15.15	Школа (вторая смена) или самоподготовка
15.30 – 18.30	Прогулка, посещение студий и секций, культурно- досуговые мероприятия (по плану)
18.30 – 19.30	Ужин (начало раздачи с дошкольников)
19.30 – 21.00	Спокойные игры, прогулка, просмотр телепередач (ДВД), второй ужин (перед сном) Вечерний туалет, подготовка ко сну.
21.00	Ночной сон (дошкольники)
22.00	Ночной сон (школьники)
23.00	Ночной сон (для сопровождающих)
21.00-23.00	Для сопровождающих: общение, просмотр телепередач по согласованию со всем коллективом сопровождающих поста