

РЕЖИМ ДНЯ

Государственного бюджетного учреждения социального обслуживания Псковской области «Подберезинский дом-интернат для престарелых и инвалидов»

№	Наименования мероприятия	Время
1	Подъем	07-00
2	Утренний туалет	07-00 - 7-30
3	Завтрак	07-30-08-00
4	Прием лекарств	08-00
5	Личное время	08-05-09-00
6	Прогулка	09-09-30
7	Личное время (сидят на стуле, просмотр телевизора)	09-30-12-00
8	Подготовка к обеду	12-00-12-30
9	Обед	12-35-14-00
10	Тихий час	14-00-16-00
11	Прогулка	16-00-16-30
12	Личное время	16-30-17-30
13	Подготовка к ужину	17-30-18-00
14	Ужин	18-00-18-30
15	Прием лекарств	18-30
16	Вечерний туалет	18-30-19-00
17	Личное время	19-00-21-00
18	Легкий ужин	21-00-21-10
19	Подготовка ко сну	21-10-22-00
20	Сон	22-00