**Распорядок дня в пансионе**

|  |  |
| --- | --- |
|  7:30-8:00 | *ПОДЪЕМ* |
|  8:00-9:00 | *ГИГИЕНИЧЕСКИЕ ПРОЦЕДУРЫ* |
|  9:00-10:00 | *ЗАВТРАК* |
| 10:00-11:00 | *ЛИЧНОЕ ВРЕМЯ/ ЛЕЧЕБНЫЕ ПРОЦЕДУРЫ (ЛФК, МАССАЖ)* |
| 11:00-11:30 | *ГИМНАСТИКА* |
| 11:30-12:00 | *2-Й ЗАВТРАК (ПО ЖЕЛАНИЮ)* |
| 12:00-14:00 | *ЛИЧНОЕ ВРЕМЯ/ ПРОГУЛКА/ МАСТЕРСКИЕ* |
| 14:00-15:00 | *ОБЕД* |
| 15:00-16:00 | *ТИХИЙ ЧАС* |
| 16:00-17:00 | *ПРОГУЛКА/ МАСТЕРСКИЕ/* |
| 17:00-18:00 | *ПОЛДНИК* |
| 18:00-19:00 | *ЛИЧНОЕ ВРЕМЯ/ МАСТЕРСКИЕ/ ЛЕЧЕБНЫЕ ПРОЦЕДУРЫ* |
| 19:00-20:00 | *УЖИН* |
| 20:00-22:00 | *ГИГИЕНИЧЕСКИЕ ПРОЦЕДУРЫ, ПОДГОТОВКА КО СНУ* |
| 22:00 | *ОТБОЙ* |