

Утверждено приказом
Руководителя ЧУ «РСУ Калужской
области №1»
№ _____ от _____

Ежедневный распорядок дня Реабилитантов

Частное учреждение «Реабилитационное социальное учреждение
Калужской области №1»

Понедельник

Время	Мероприятие
7:00	Подъем
7:00-7:15	Утренний туалет
7:15-7:30	Утренняя гимнастика/обливание (по желанию)
7:30-8:00	Реабилитационное мероприятие «Только сегодня...»
8:00-8:30	Завтрак
8:30-8:45	Личное время
8:45-9:20	Уборка
9:30-9:45	Релаксация
9:45-10:00	Второй завтрак
10:00-10:15	Личное время
10:15-11:15	Реабилитационное мероприятие «Коррекционная группа»
11:15-11:30	Личное время
11:30-13:00	Малая психологическая группа
13:00-13:30	Обед
13:30-13:45	Личное время
13:45-15:30	Психологический тренинг
15:30-15:45	Личное время
15:45-16:00	Полдник
16:00-18:00	Спортивный час
18:00-18:30	Ужин
18:30-19:30	Группа взаимопомощи
19:30-19:45	Личное время
19:45-20:15	Собрание впереди идущих/Работа по заданиям
20:15-21:15	Рефлексия
21:15-21:30	Личное время
21:30-21:50	Чашепитие
21:50-22:10	Уборка
22:10-22:20	Личное время
22:20-23:00	Подготовка ко сну
23:00	Отбой

Руководитель ЧУ «РСУ Калужской области №1» _____ Н.С.Потопальская

Утверждено приказом
Руководителя ЧУ «РСУ Калужской
области №1»
№ _____ от _____

Ежедневный распорядок дня Реабилитантов

Частное учреждение «Реабилитационное социальное учреждение
Калужской области №1»

Вторник

Время	Мероприятие
7:00	Подъем
7:00-7:15	Утренний туалет
7:15-7:30	Утренняя гимнастика/обливание (по желанию)
7:30-8:00	Реабилитационное мероприятие «Только сегодня...»
8:00-8:30	Завтрак
8:30-8:45	Личное время
8:45-9:20	Уборка
9:30-9:45	Релаксация
9:45-10:00	Второй завтрак
10:00-10:15	Личное время
10:15-11:15	Реабилитационное мероприятие «Коррекционная группа»
11:15-11:30	Личное время
11:30-13:00	Малая психологическая группа
13:00-13:30	Обед
13:30-13:45	Личное время
13:45-15:30	Групповая психотерапия
15:30-15:45	Личное время
15:45-16:00	Полдник
16:00-18:00	Консультационный блок
18:00-18:30	Ужин
18:30-19:30	Группа взаимопомощи
19:30-19:45	Личное время
19:45-20:15	Собрание впередиидущих/Работа по заданиям
20:15-21:15	Рефлексия
21:15-21:30	Личное время
21:30-21:50	Чашепитие
21:50-22:10	Уборка
22:10-22:20	Личное время
22:20-23:00	Подготовка ко сну
23:00	Отбой

Руководитель ЧУ «РСУ Калужской области №1» _____ Н.С.Потопальская

Утверждено приказом
Руководителя ЧУ «РСУ Калужской
области №1»
№ _____ от _____

Ежедневный распорядок дня Реабилитантов

Частное учреждение «Реабилитационное социальное учреждение
Калужской области №1»

Среда

Время	Мероприятие
7:00	Подъем
7:00-7:15	Утренний туалет
7:15-7:30	Утренняя гимнастика/обливание (по желанию)
7:30-8:00	Реабилитационное мероприятие «Только сегодня...»
8:00-8:30	Завтрак
8:30-8:45	Личное время
8:45-9:20	Уборка
9:30-9:45	Релаксация
9:45-10:00	Второй завтрак
10:00-10:15	Личное время
10:15-11:15	Реабилитационное мероприятие «Коррекционная группа»
11:15-11:30	Личное время
11:30-13:00	Малая психологическая группа
13:00-13:30	Обед
13:30-13:45	Личное время
13:45-15:30	Лекция
15:30-15:45	Личное время
15:45-16:00	Полдник
16:00-18:00	Спортивный час
18:00-18:30	Ужин
18:30-19:30	Группа взаимопомощи
19:30-19:45	Личное время
19:45-20:15	Собрание впередиидущих/Работа по заданиям
20:15-21:15	Рефлексия
21:15-21:30	Личное время
21:30-21:50	Чашепитие
21:50-22:10	Уборка
22:10-22:20	Личное время
22:20-23:00	Подготовка ко сну
23:00	Отбой

Руководитель ЧУ «РСУ Калужской области №1» _____ Н.С.Потопальская

Утверждено приказом
Руководителя ЧУ «РСУ Калужской
области №1»
№ _____ от _____

Ежедневный распорядок дня Реабилитантов

Частное учреждение «Реабилитационное социальное учреждение
Калужской области №1»

Четверг

Время	Мероприятие
7:00	Подъем
7:00-7:15	Утренний туалет
7:15-7:30	Утренняя гимнастика/обливание (по желанию)
7:30-8:00	Реабилитационное мероприятие «Только сегодня...»
8:00-8:30	Завтрак
8:30-8:45	Личное время
8:45-9:20	Уборка
9:30-9:45	Релаксация
9:45-10:00	Второй завтрак
10:00-10:15	Личное время
10:15-11:15	Реабилитационное мероприятие «Коррекционная группа»
11:15-11:30	Личное время
11:30-13:00	Малая психологическая группа
13:00-13:30	Обед
13:30-13:45	Личное время
13:45-15:30	Психологический тренинг
15:30-15:45	Личное время
15:45-16:00	Полдник
16:00-18:00	Референция
18:00-18:30	Ужин
18:30-19:30	Группа взаимопомощи
19:30-19:45	Личное время
19:45-20:15	Собрание впередиидущих/Работа по заданиям
20:15-21:15	Рефлексия
21:15-21:30	Личное время
21:30-21:50	Чашепитие
21:50-22:10	Уборка
22:10-22:20	Личное время
22:20-23:00	Подготовка ко сну
23:00	Отбой

Руководитель ЧУ «РСУ Калужской области №1» _____ Н.С.Потопальская

Утверждено приказом
Руководителя ЧУ «РСУ Калужской
области №1»
№ _____ от _____

Ежедневный распорядок дня Реабилитантов

Частное учреждение «Реабилитационное социальное учреждение
Калужской области №1»

Пятница

Время	Мероприятие
7:00	Подъем
7:00-7:15	Утренний туалет
7:15-7:30	Утренняя гимнастика/обливание (по желанию)
7:30-8:00	Реабилитационное мероприятие «Только сегодня...»
8:00-8:30	Завтрак
8:30-8:45	Личное время
8:45-9:20	Уборка
9:30-9:45	Релаксация
9:45-10:00	Второй завтрак
10:00-10:15	Личное время
10:15-11:15	Реабилитационное мероприятие «Коррекционная группа»
11:15-11:30	Личное время
11:30-13:00	Малая психологическая группа
13:00-13:30	Обед
13:30-13:45	Личное время
13:45-15:30	Лекция
15:30-15:45	Личное время
15:45-16:00	Полдник
16:00-18:00	Мониторинг
18:00-18:30	Ужин
18:30-19:30	Группа взаимопомощи
19:30-19:45	Личное время
19:45-20:15	Собрание впереди идущих/Работа по заданиям
20:15-21:15	Рефлексия
21:15-21:30	Личное время
21:30-21:50	Чашепитие
21:50-22:10	Уборка
22:10-22:20	Личное время
22:20-23:00	Подготовка ко сну
23:00	Отбой

Руководитель ЧУ «РСУ Калужской области №1» _____ Н.С.Потопальская

Утверждено приказом
Руководителя ЧУ «РСУ Калужской
области №1»
№ _____ от _____

Ежедневный распорядок дня Реабилитантов

Частное учреждение «Реабилитационное социальное учреждение
Калужской области №1»

Суббота

Время	Мероприятие
8:00	Подъем
8:00-8:15	Утренний туалет
8:15-8:30	Утренняя гимнастика/обливание (по желанию)
8:30-9:00	Реабилитационное мероприятие «Только сегодня...»
9:00-9:30	Завтрак
9:30-9:45	Личное время
9:45-10:00	Релаксация
10:00-10:15	Второй завтрак
10:15-11:15	Генеральная уборка
11:15-11:30	Личное время
11:30-12:45	Генеральная уборка
12:45-13:00	Личное время
13:00-13:30	Обед
13:30-14:00	Личное время
14:30-15:30	Генеральная уборка
15:30-16:00	Полдник
16:00-18:00	Спорт час
18:00-18:30	Ужин
18:30-19:30	Группа взаимопомощи
19:30-19:45	Личное время
19:45-20:15	Собрание впереди идущих/Работа по заданиям
20:15-21:15	Рефлексия
21:15-21:30	Личное время
21:30-21:50	Чаепитие
21:50-22:10	Личное время
22:10-23:00	Подготовка ко сну
23:00	Отбой

Руководитель ЧУ «РСУ Калужской области №1» _____ Н.С.Потопальская

Утверждено приказом
Руководителя ЧУ «РСУ Калужской
области №1»
№ _____ от _____

Ежедневный распорядок дня Реабилитантов

Частное учреждение «Реабилитационное социальное учреждение
Калужской области №1»

Воскресенье

Время	Мероприятие
8:00	Подъем
8:00-8:30	Утренний туалет
8:30-9:00	Утренняя гимнастика/обливание (по желанию)
9:00-9:30	Завтрак
9:30-9:45	Личное время
9:45-10:15	Реабилитационное мероприятие «Только сегодня...»
10:15-11:00	Рабочее собрание
11:00-11:15	Второй завтрак
11:15-11:30	Личное время
11:30-13:00	Фильм
13:00-13:30	Обед
13:30-13:45	Личное время
13:45-15:00	Мероприятие
15:00-15:15	Личное время
15:15-15:45	Литературная гостиная
15:45-16:00	Полдник
16:00-16:15	Личное время
16:15-18:00	Свободное время
18:00-18:30	Ужин
18:30-18:45	Личное время
18:45-20:00	Группа взаимопомощи
20:00-20:15	Личное время
20:15-22:00	Фильм
22:00-22:15	Чаепитие
22:15-22:30	Личное время
22:30-23:00	Подготовка ко сну
23:00	Отбой

Руководитель ЧУ «РСУ Калужской области №1» _____ Н.С.Потопальская