

DENNÍ ROZPIS

7:30 Budíček

7:30 - 8:00 Rozcvička

8:00 - 8:05 Hygiena (umýt ruce)

8:05 – 8:30 Snídaně

8:30 – 9:00 Osobní volno (úklid své postele a skříně) a osobní hygiena (čištění zubů)

9:00 – 10:30 Dopolední program 1

10:30 Hygiena (umýt ruce)

10:30 – 10:40 Svačina

10:40 – 10:45 Odpočinek

10:45 – 11:55 Dopolední program 2

11:55 – 12:00 Hygiena (umýt ruce)

12:00 – 12:30 Oběd

12:30 – 13:30 Polední klid

13:30 – 16:00 Odpolední program 1

16:00 Hygiena (umýt ruce)

16:00 – 16:10 Svačina

16:10 – 16:15 Odpočinek

16:15 – 17:55 Odpolední program 2

17:55 – 18:00 Hygiena (umýt ruce)

18:00 – 18:30 Večeře

18:30 – 19:30 Osobní volno

19:30 – 21:30 Večerní program

21:30 – 22:00 Hygiena (sprcha, čištění zubů)

22:00 Večerka