

# PLAN DNIA

## Od poniedziałku do piątku (do południa):

- 07:00 – 08:00 – pobudka, toaleta poranna, śniadanie, przygotowanie do zajęć
- 08:00 – do zak. lek. – zajęcia lekcyjne / praktyki
- od zak. lek. – 16:15 – zajęcia relaksacyjne pod opieką wychowawcy
- 16:15 – 17:45 – zajęcia programowe / zajęcia na świeżym powietrzu / zakupy
- 17:45 – 18:30 – kolacja
- 18:30 – 20:00 – zajęcia porządkowe / toaleta wieczorna
- 19:00 – 19:30 – oglądanie wiadomości
- 19:30 – 20:00 – przygotowanie do zajęć lekcyjnych / nauka własna / podsumowanie dnia
- 20:00 – 20:30 – korzystanie z telefonów (max. 15 minut)
- 20:30 – 21:00 – przygotowanie do ciszy nocnej / lektura własna
- 21:00 – 07:00 – cisza nocna

## Od piątku (popołudniu) do niedzieli:

- 09:00 – 09:30 – pobudka, toaleta poranna,
- 09:30 – 10:00 – śniadanie
- 10:00 – 13:00 – zajęcia gospodarcze i porządkowe
- 13:00 – 13:30 – obiad
- 11:30 – 18:00 – wypis na przepustkę / zajęcia rekreacyjne (sportowe, turystyczne, kulinarne, relaksacyjne, spacer, zakupy itp.)
- 18:00 – 18:30 – kolacja
- 18:30 – 20:00 – toaleta wieczorna / zajęcia porządkowe
- 19:00 – 19:30 – oglądanie wiadomości
- 20:30 – 21:00 – korzystanie z telefonów (max. 30 minut, jeśli wychowanek uzyskał min. +50pkt.)
- 20:30 – 21:00 – podsumowanie dnia, lektura własna, przygotowanie do ciszy nocnej
- 21:00 – 09:00 – cisza nocna