

GIORNATA TIPO

La quotidianità è scandita da momenti di vita comunitaria e da attività individuali e di gruppo, pensati tenendo conto dei ritmi di vita e dei bisogni dei singoli residenti. L'obiettivo è quello di garantire una routine giornaliera stabile, ma non monotona, che rappresenti una proposta gradita e aiuti l'anziano ad integrarsi nella vita della comunità. Le attività proposte sono solo un riferimento indicativo perché l'anziano può sempre svolgere le attività che preferisce o che sono raccomandate in base al suostato di salute. Riportiamo, di seguito, i principali eventi della giornata tipo.

07.00-09.30 **Sveglia e igiene personale**

07.30-09.30 **Colazione**

09.30-12.30 **Attività di animazione e riabilitazione**

12.30-13.00 **Preparazione al pranzo**

13.00-14.00 **Pranzo**

14.00-16.00 **Riposo e svago**

16.00-19.00 **Attività di riabilitazione e animazione**

19.00-20.00 **Cena**

20.30-22.30 **Attività di socializzazione e predisposizione al riposo notturno**

22.30-07.00 **Riposo notturno**