



Fundusze Europejskie
dla Lubuskiego

Dofinansowane przez
Unię Europejską



Lubuskie
Warte zachodu

RAMOWY PLAN DNIA DZIENNEGO DOMU POMOCY

„Lipowy Zakątek - Dzienny Dom Pomocy” NR FELB.06.13-IZ.00-0011/24

Projekt współfinansowany ze środków Unii Europejskiej

w ramach PROGRAMU FUNDUSZE EUROPEJSKIE DLA LUBUSKIEGO 2021-2027

9.00 – 9.30	Rozpoczęcie dnia Przybycie/Przyjazd Uczestników do DDP. Zapewnienie opieki i pomocy w czynnościach codziennych.
9.30 – 10.30	Śniadanie Zdrowe, zróżnicowane posiłki. Rozmowy towarzyskie podczas posiłku. Zapewnienie opieki i pomocy opiekunek.
10.30 – 11.30	Wsparcie aktywności ruchowej – spacer, gimnastyka rekreacyjna (na siedząco lub stojąco, dostosowana do możliwości uczestników). Czas wolny – gry planszowe, czytanie książek i prasy, rozwiązywanie krzyżówek, oglądanie filmów, rozmowy z personelem i uczestnikami. Relaks i odpoczynek (na tarasie lub w pokoju odpoczynku). Przekąski (owoce, ciastka, napoje ciepłe i zimne). Zapewnienie opieki i pomocy opiekunek.
11.30 – 14.30	Zajęcia terapeutyczne, kreatywne, edukacyjne, sportowo - rekreacyjne (opcjonalnie) – Terapia zajęciowa np. warsztaty rękodzieła artystycznego, kulinarne, muzykoterapia itp. / Zajęcia sportowo - rekreacyjne np. nauka nordic walking, ćwiczenia pilatesu, elementy jogi itp. / Spotkanie z dietetykiem Zajęcia kulturalne – spotkania muzyczne, wycieczki. Zapewnienie opieki i pomocy opiekunek.
14.30 – 15.30	Obiad (z uwzględnieniem diety) Swobodne rozmowy przy stole. Zapewnienie opieki i pomocy opiekunek.
15.30 – 17.00	Wsparcie aktywności ruchowej – spacer, gimnastyka rekreacyjna. Czas wolny – gry planszowe, czytanie, rozwiązywanie krzyżówek, oglądanie filmów rozmowy i dyskusje itp. Przekąski (owoce, ciastka, napoje ciepłe i zimne). Relaks i odpoczynek (na tarasie lub w pokoju odpoczynku). Zapewnienie opieki i pomocy opiekunek.
17.00	Zakończenie dnia