**Распорядок дня**

в летнем центре «АИСТ»

**08.00 – подъем волонтеров, проведение личных водных процедур**

**08.30 – завтрак волонтеров**

**09.00** – **подъем детей и водные процедуры**

Каждый волонтер, ответственный за ребенка, поднимает его, помогает одеться, причесаться, при необходимости сменить нательное белье, выливает ночной горшок или утку (если таковые есть), ополаскивает его и ставит на место, застилает кровать. Далее он отводит ребенка в туалет, помогает ему снять штаны, сесть на унитаз, и по завершении помогает ему вытереться или подмыться.

**09.00-9.15 – зарядка**

Ответственный волонтер помогает ребенку выполнять упражнения.

**09.30-10.00 – завтрак**

Волонтер помогает ребенку занять место за столом, оказывает помощь в приеме пищи, в случае если ребенок, в силу своего заболевания, не может этого делать сам (волонтер при этом ведет себя очень корректно, не унижая достоинства ребенка), далее вытирает рот и отвозит (или отводит) на игровую площадку. Волонтеры принимают пищу только после того, как поедят дети.

**10.00-11.00 – уборка жилых помещений**

Ежедневно поддерживается чистота в жилых помещениях - в детском доме и в волонтерском доме. Составляется график дежурств на весь период пребывания группы. В детском доме убирает дежурный волонтер вместе с ребенком. Это вынос мусора, мытье пола, работа с пылесосом, вытирание пыли и т.д.

В волонтерском доме убирают только волонтеры.

**11.00-13.00 – активные игры на воздухе, групповые занятия**

Перед каждой сменой составляется план мероприятий на весь период нахождения в оздоровительном центре. Каждый день проводиться большое мероприятие, например: День индейца, музыкальный конкурс «Евровидение», постановки сказок, КВН (Клуб Веселых и Находчивых), Спортландия и т.д. Подготовка таких мероприятий – изготовление костюмов, декораций, заучивание текста – может проходить от 5 до 24 часов. Детям очень нравятся как подвижные игры, так и интеллектуальные.

**13.00-14.00 – обед**

В обед, также как и в другие приемы пищи, дети нуждаются в помощи волонтера.

**14.00-16.00 – тихий час**

В это время у волонтера есть возможность немного отдохнуть и уделить время лично себе. Однако часто бывает так, что в это время необходимо помочь ребенку в туалете, постирать, подготовиться к очередной игре и т.д.

**16.00-17.00 – полдник**

Волонтеры накрывают стол на полдник, а затем помогают ребенку во время приема пищи.

**17.00-19.00 – активные игры**

Часто в это время проводится подготовленное мероприятие или активные игры на воздухе (шашки, шахматы, футбол, волейбол, бадминтон и др.)

**19.00-20.00 – ужин**

Необходимо помочь ребенку во время приема пищи.

**20.00 – 22.30 –** либо дискотека, либо костер

Волонтеры принимают активное участие в этих мероприятиях. Необходимо уметь разжечь костер; дети очень рады, когда все могут попеть песни, независимо от того, на каком языке они звучат, они с готовностью разучивают простые песенки на английском языке. Когда проходит дискотека, волонтеры также активно танцуют вместе с детьми.

**22.30-23.00 - водные процедуры и подготовка ко сну**

Волонтер обязан помочь ребенку расстелить постель, выполнить все гигиенические процедуры – туалет, при необходимости вылить утку или горшок, помочь вымыть ноги или подмыть ребенка (взять полотенце, налить в таз теплой воды, вытереть ребенка после выполнения процедуры, вылить воду из таза и ополоснуть его), далее помочь ребенку умыться и почистить зубы (взять зубную пасту, налить в стаканчик теплой воды, подать щетку ребенку). Если ребенок не может сам почистить зубы, волонтер делает это. Затем необходимо вытереть ребенка, забрать все принадлежности в комнату. Волонтер помогает ребенку раздеться и лечь в постель, укрывает его одеялом и желает спокойной ночи.

**23.00 – отбой**

И вот в это время часто начинается самое интересное и задушевное – это беседы на всех языках, это слушание различных рассказов, сказок, анекдотов и д.т. Дети очень любят, когда волонтеры подольше остаются у них в комнате и общаются. Часто бывает, что дети и волонтеры ложатся спать намного позже… Но несмотря на то, во сколько все лягут спать – утренний подъем не откладывается на более позднее время.

**Волонтер должен быть готов к некоторым трудностям, касающимся быта, и языковому барьеру.**