

План мероприятий на неделю



ОБЩИЙ УХОД

	ПН	ВТ	СР	ЧТ	ПТ	СБ	ВС
Одевание							
Прием пищи							
Прием жидкости							
Прием лекарств							
Поход в туалет							



ЛИЧНАЯ ГИГИЕНА

	ПН	ВТ	СР	ЧТ	ПТ	СБ	ВС
Ежедневная личная гигиена							
Смена белья							
Уход за внешностью/причесывание							
Купание							
Мытье головы							
Увлажнение кожи							



ВЕДЕНИЕ ДОМАШНЕГО ХОЗЯЙСТВА

	ПН	ВТ	СР	ЧТ	ПТ	СБ	ВС
Общая легкая уборка							
Уборка пылесосом							
Уборка пыли							
Уборка на кухне							
Уборка в ванной комнате и замена полотенец							
Уборка в спальне и смена постельного белья							
Стирка							
Поход по магазинам							



ДРУГИЕ ЗАДАЧИ

	ПН	ВТ	СР	ЧТ	ПТ	СБ	ВС
Планирование меню и готовка							
Планирование встреч							
Оплата счетов и решение финансовых вопросов							
Разбор почты, звонки							
Физические упражнения							