



Horario en la Unidad de Psiquiatría de Adolescentes

Hospital Central de la Defensa Gómez Ulla 

8:30
Buenos días



Levantarse, asearse, ducha, toma de constantes...

9:15

Desayuno



10:00 a 13:00

Actividades y Visita Médica



13:00

Almuerzo



13:45

Tiempo individual en la Habitación
(deberes, tareas terapéuticas, ocio individual)



15:15

Estudio en la Sala Común
(deberes, estudiar, tareas... en silencio y respetando las normas)

16:00



Merienda

16:30

Visitas, Salidas y Permisos Terapéuticos
(si no tienes, tendrás tiempo individual en la habitación)



19:30

Tiempo Individual en la Habitación

20:00

Cena



20:45

Tiempo Individual en la Habitación



22:15

Ocio en la Sala Común
(juego de mesa, película)



23:00
Buenas noches

Hora de acostarse



Martes y Viernes
11:00

Terapia de grupo



Martes
15:00

Actividad de teatro



Miércoles
10:30

Terapia asistida con perros



Jueves
12:30

Taller de respiración y relajación

