

Exemple d'une journée type en EHPAD

7h00 – 11h30 : Matinée

- Aide à la **toilette** assurée par les équipes de soins pour les résidents qui ont besoin d'aide pour se laver ou pour s'habiller, les plus matinaux se réveillent tranquillement pendant que d'autres se font aider
- **Petit déjeuner** dans la salle de restaurant ou dans la chambre pour respecter le rythme de chacun
- **Soins** des personnes âgées prodigués par l'équipe soignante, accompagnée de deux infirmiers
- **Animations** après le petit déjeuner : les personnes âgées sont libres de participer. Des salons sont à la disposition des résidents pour s'y retrouver, échanger...
- **L'entretien des chambres** se fait régulièrement durant la matinée et le début d'après-midi

12h00 – 13h30 : Midi

- **Déjeuner** dans la salle de restaurant avec accompagnement des résidents s'ils ne peuvent se déplacer et pour l'aide au repas par l'équipe de soins
- Les menus sont élaborés par un diététicien et préparés à l'extérieur par un chef cuisinier
- La durée du repas est en général de 1h mais il faut compter plus de temps pour amener et raccompagner les résidents en salle à manger

13h30 – 18h : Après-midi

- Les personnes âgées peuvent choisir de faire une sieste tranquillement dans leur chambre et sont accompagnées par le personnel si elles le souhaitent.
- **Animations** en début d'après-midi pour les résidents qui le souhaitent
- Les animations de la maison de retraite varient selon les jours de la semaine : ateliers mémoire, anniversaires, spectacles, sorties, ateliers créatifs, gymnastique douce, thés dansants, projections de films...
- Elles sont également **libres de sortir de l'EHPAD** seules ou accompagnées en fonction de leur état de santé
- **Un goûter** est proposé et servi aux résidents à partir de 15h30 heures généralement.
- Une équipe de professionnels pluridisciplinaire (kinésithérapeute, psychologue, psychomotricienne...) est mise en place pour les soins personnalisés des personnes âgées

A partir de 18h – 21h15 : Soirée

- **Dîner** dans la salle de restaurant de la maison de retraite ou dans la chambre de la personne âgée si son état de santé le nécessite
- Préparation au coucher, avec une assistance pour se déshabiller et se mettre au lit par les agents de soins, si besoin
- Les résidents peuvent aussi regarder la télévision ou s'occuper tranquillement dans leur chambre

21h15 – 7h00 : Nuit

- Durant la nuit, une **équipe de soins** est présente. Elle assure généralement au moins 3 passages par nuit dans les chambres des personnes âgées, plus si nécessaire. L'équipe s'assure du bien-être des résidents de l'EHPAD
- En cas de problème, l'équipe de soins appelle les services d'urgence