

Journée type de l'AP

	<i>Heure</i>	<i>Activités et temps impartis</i>
05h00	Réveil de la Frat qui fait la cuisine	Cuisine matin : 1h30
05h30	Réveil des autres Frat	Ménages en Frat, au dortoir, douches individuelles, etc. : 1h
06h30	Commencement du petit déjeuner	Petit déjeuner : 30mn
07h00	Commencement des tâches après petit déjeuner	Vaisselle, nettoyage des douches/toilettes/couloirs dortoirs : 30mn
07h30	Préparation pour les cours	
08h00	Etudes	
12h00	Commencement du déjeuner	
13h00	Etudes	
17h00	Distribution du gouter et commencement de la cuisine	Cuisine soir : 1h30 – 2h
19h00*	Commencement du diner	Diner : 30mn
19h30	Commencement de la vaisselle	Vaisselle : 30mn
20h00	Commencement d'activités s'il y en a (parcours...)	Activités (parcours, etc.) : 2h
21h30	Chacun dans son dortoir	
22h00	Extinction des lumières	Sommeil : 7h – 7h30mn

*Cette heure peut être avancée de 30mn en fonction des activités du soir, les heures qui suivent en sont ainsi modifiées.