

香港基督教服務處培愛學校宿舍部
宿生上課日流程

時間/星期	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
7am – 8am	起床/梳洗/更換校服				
8am – 8:30am	早餐				
8:30am – 9am	分批上學				
9am– 3:45pm	上學				
3:45pm – 5:30pm	放學回宿舍茶點/分批洗澡/功課輔導/治療延展訓練/外出社區學習				
5:30pm – 6:15pm	晚膳				
6:15pm – 7:15pm	閒暇活動/治療延展訓練/功課輔導				
6:30pm - 8pm	操場/走廊耍樂				
7:15pm – 8:15pm	閒暇活動/小組活動				
8:15pm – 8:30pm	晚點				
8:30pm – 9:30pm	分批梳洗準備上床休息/晚上治療延展訓練/自理訓練				
9:30pm – 7am	睡覺				