

Ugeskema REHPA uge 27, 2023 – individuelt skema udleveres ved ankomst

| Mandag 3/7 | Tirsdag 4/7 | | Onsdag 5/7 | | Torsdag 6/7 | | Fredag 7/7 |
|---|---|--|---|---|--|---|--|
| | 7.30-8.15 Morgenmad | | 7.30-8.15 Morgenmad | | 7.30-8.15 Morgenmad | | 7.30-8.15 Morgenmad |
| | 8.45-9.00 Morgensamling Træningssalen | | 8.45-9.00 Morgensamling Træningssalen | | 8.45-9.00 Morgensamling Træningssalen | | 8.45-9.00 Morgensamling Træningssalen |
| 9.45-10.15 Ankomst til REHPA og indkvartering 3. sal 10.45-11.15 Velkomst og introduktion v. <i>forløbsleder</i> <i>Cathrine Mikkelsen</i> Træningssalen 11.15-12.00 Walk and talk | 9.00-10.15 Træthed – hvordan forvalter jeg min energi? v. <i>sygeplejerske</i> <i>Dorthe Søsted</i> Træningssalen | 9.00-10.30 Mad og måltider v. <i>diætist</i> <i>Karina Bengtsson</i> Undervisnings- lokalet | 9.00-11.30 Kræft og psyke v. <i>psykolog</i> <i>Caroline Vad</i> Undervisnings- lokalet | 9.00-10.15 Koncentration og hukommelse v. <i>ergoterapeut</i> <i>Sandra Dupont</i> Træningssalen | Yoga v. <i>yogalærer</i> <i>Camilla Claville</i> Træningssalen | 9.00-10.30 Intimitet og seksualitet v. <i>sexolog</i> <i>Rikke Lolk</i> Undervisningslokalet | 09.00-10.00 Motivation og forandringsprocesser v. <i>ergoterapeut</i> <i>Sandra Dupont</i> Træningssalen 10.30-11.10 Min handleplan 11.10-12.00 Snak om handleplaner i små grupper |
| | 10.45-12.15 Mad og måltider v. <i>diætist Karina</i> <i>Bengtsson</i> Undervisnings- lokalet | 10.45-12.00 Træthed – hvordan forvalter jeg min energi? v. <i>sygeplejerske</i> <i>Dorthe Søsted</i> Træningssalen | | 10.30-12.00 <u>Valgfri session</u> Hvad med arbejdslivet? v. <i>socialrådgiver</i> <i>Jan Tofte</i> Træningssalen | 10.45-12.15 Intimitet og seksualitet v. <i>sexolog</i> <i>Rikke Lolk</i> Undervisningslokalet | 10.45-12.00 Yoga v. <i>yogalærer</i> <i>Camilla Claville</i> Træningssalen | |
| | 12.00 Frokost | 12.15 Frokost | | 12.00 Frokost | 12-13 Frokost | 12.00 Frokost | |
| 13.00-14.00 Fælles præsentation v. <i>forløbsleder</i> <i>Cathrine Mikkelsen</i> Træningssalen 14.30-15.30 Søvnbesvær v. <i>sygeplejerske</i> <i>Dorthe Søsted</i> Træningssalen 17.45-18.00 Aftenværtinde Diana byder velkommen 3. sal | 13.30-14.30 'Gå dig glad – aktiv i naturen' Ude | 13.30-14.15 Åndedræt/ afspænding og udspænding Træningssalen | 13.00-14.30 <u>Valgfri session</u> Hvad med arbejdslivet? v. <i>socialrådgiver</i> <i>Jan Tofte</i> Træningssalen | 13.00-15.30 Kræft og psyke v. <i>psykolog</i> <i>Caroline Vad</i> Undervisningslokalet 13.00-17.00 Massage og Individuelle samtaler | 13.00-13.15 Check ud fra værelser Bagagen stilles i aktivitetsrummet i stueetagen 13.15-13.55 Afslutning og på gensyn v. <i>forløbsleder</i> <i>Rikke Martens</i> Træningssalen 14.00 Afrejse | | |
| | 14.30-14.45 Pause | 14.30-14.45 Pause | 14.45-16.00 Koncentration og hukommelse v. <i>ergoterapeut</i> <i>Sandra Dupont</i> Træningssalen | | | | |
| | 14.45-15.30 Åndedræt/ afspænding og udspænding v. <i>fysioterapeut</i> <i>Rikke Martens</i> Træningssalen | 14.45-15.30 'Gå dig glad – aktiv i naturen' v. <i>fysioterapeut</i> <i>Tommy Andersen</i> Ude | | | | | |
| 18.00 Aftensmad | 18.00 Aftensmad | | 18.00 Aftensmad | | 18.00 Aftensmad | | <div style="font-size: 2em; font-weight: bold; margin-bottom: 5px;">REHPA</div> Videncenter for Rehabilitering og Palliation |
| 19.30-20.30 Musik og sang v. <i>Britt og Jesper</i> Træningssalen | 19.30-21.00 At være menneske v. <i>præst Elisabeth Hammer</i> Dagligstuen 3. sal | | 20.00 Gåtur/spilleaften | | | | |