

Ugeskema REHPA Fatigue, hverdagsliv og KOL uge 39 2025

FORMIDDAG

Mandag 22/9	Tirsdag 23/9	Onsdag 24/9		Torsdag 25/9		Fredag 26/9
9.45-10.15 Ankomst til REHPA og indkvartering 3. sal 10.45-11.15 Velkomst og introduktion <i>v. forløbsleder Cathrine Mikkelsen</i> Træningssalen 11.15-12.00 Fælles præsentation <i>v. forløbsleder Cathrine Mikkelsen</i> Træningssalen	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
	9.00-9.45 Træthed og lungefunktion – hvordan kan det hænge sammen? <i>v. sygeplejerske Grete Bøgesvang</i> Træningssalen 10.15-12.00 Træthed - hvordan forvalter jeg min energi? <i>v. sygeplejerske Dorthe Søsted</i> Træningssalen	9.00-11.30 KOL og psyke <i>v. psykolog Christina Maar Andersen</i> Undervisnings- lokalet	9.00-12.00 Kreativitet og skabende aktivitet <i>v. Puk Hyllested</i> Træningssalen	9.00-10.15 Koncentration og hukommelse <i>v. ergoterapeut Jane Larsen</i> Undervisnings- lokalet 11.00-12.00 Krop og Bevægelse – aktiv i naturen <i>v. fysioterapeut Iben Stærk</i> Ude	9.00-10.00 Krop og Bevægelse – aktiv i naturen <i>v. fysioterapeut Iben Stærk</i> Ude 10.45-12.00 Koncentration og hukommelse <i>v. ergoterapeut Jane Larsen</i> Undervisnings- lokalet	09.00-9.35 Værdier og forandringsprocesser <i>v. sygeplejerske Dorthe Søsted</i> Træningssalen 9.35-10.35 Min handleplan 11.00-12.00 Sparring på din handleplan i små grupper
12.00-12.30 Frokost	12.00-12.30 Frokost	12.15-12.45 Frokost		12.00-12.30 Frokost		12.00-12.30 Frokost
12.30-13.00 Pause/hvile/gåtur	12.30-13.00 Pause/hvile/gåtur	12.45-13.15 Pause/hvile/gåtur		12.30-13.00 Pause/hvile/gåtur		12.30-13.00 Check ud fra værelser

Ugeskema REHPA Fatigue, hverdagsliv og KOL uge 39 2025

EFTERMIDDAG

Mandag 22/9		Tirsdag 23/9		Onsdag 24/9		Torsdag 25/9	Fredag 26/9
13.00-14.30 Værdier i livet v. psykolog Christina Maar Andersen Træningssalen	13.00-14.00 Walk and talk i grupper Ude	13.00-14.15 Krop og bevægelse - aktiv i naturen v. fysioterapeut Iben Stærk Ude	13.00-14.15 Yoga og mindfulness v. yogalærer Cathrine Mikkelsen Træningssalen	13.15-16.15 Kreativitet og skabende aktivitet v. Puk Hyllested Træningssalen	13.15-15.45 KOL og psyke v. psykolog Christina Maar Andersen Undervisnings- lokalet	13.00-17.00 Individuelle samtaler og massage Pause/valgfri gåtur	(Bagagen stilles i aktivitetsrummet i stueetagen) 13.00-14.00 Interviews v. forskere 14.15-14.45 Afslutning og på gensyn – virtuel opfølgning v. forløbsleder Cathrine Mikkelsen Træningssalen 14.55 Afrejse REHPA Videncenter for Rehabilitering og Palliation
15.00-16.00 Walk and talk i grupper Ude	14.45-16.15 Værdier i livet v. psykolog Christina Maar Andersen Træningssalen	14.45-16.00 Yoga og mindfulness v. yogalærer Cathrine Mikkelsen Træningssalen	14.45-16.00 Krop og Bevægelse – aktiv i naturen v. fysioterapeut Iben Stærk Ude				
17.30-18.00 Aftenværtinde SSA Diana byder velkommen 3. sal							
18.00 Aftensmad		18.00 Aftensmad		18.00 Aftensmad		18.00 Aftensmad	
		19.00-20.30 At være menneske v. hospitalspræst Karina Aallmann Dagligstuen 3. sal		19.30-20.30 Musik og sang v. Britt og Jesper Træningssalen			

Det med blå: husk træningstøj!