

Program kræft standard uge 46, 2025
FORMIDDAG

Mandag 10/11	Tirsdag 11/11		Onsdag 12/11		Torsdag 13/11		Fredag 14/11
9.45-10.15 Ankomst til REHPA og indkvartering 3. sal 10.20 Fælles foto v. sygeplejerske Anne Egelund 10.30-11.00 Velkomst og introduktion v. forløbsleder Cathrine Mikkelsen Træningssalen 11.00-11.45 Fælles præsentation v. forløbsleder Cathrine Mikkelsen Træningssalen	7.30-8.15 Morgenmad		7.30-8.15 Morgenmad		7.30-8.15 Morgenmad		7.30-8.15 Morgenmad
	8.30-8.45 Morgensamling Træningssalen		8.30-8.45 Morgensamling Træningssalen		8.30-8.45 Morgensamling Træningssalen		8.30-8.45 Morgensamling Træningssalen
	8.45-10.00 Koncentration og hukommelse v. sygeplejerske Anne Egelund Undervisnings- lokalet	8.45-9.30 Paustræning v. fysioterapeut Cathrine Mikkelsen Træningssalen 9.30-10.00 Gruppeinterview: Feedback på ansøgningsskema v. Patrick Hansen Træningssalen	8.45-10.00 Naturlige psykiske reaktioner v. psykolog Christina Maar Andersen Undervisnings- lokalet	8.45-10.00 Mødet med sundhedsvæsenet v. sygeplejerske Anne Egelund Træningssalen	8.45-10.15 Arbejdsliv v. sexolog Rikke Thor Undervisnings- lokalet	8.45-10.15 Arbejdsliv v. socialrådgiver Eva Terkelsen Træningssalen (individuelle samtaler)	8.45-9.30 Værdier og handleplan v. sygeplejerske Anne Egelund Træningssalen 9.30-10.30 Min handleplan
	10.00-10.30 Pause/gåtur		10-10.30 Pause/gåtur		10.15-10.30 Pause		10.30-11.00 Pause/gåtur
	10.30-11.15 Paustræning v. fysioterapeut Cathrine Mikkelsen Træningssalen 11.15-11.45 Gruppeinterview: Feedback på ansøgningsskema v. Patrick Hansen Træningssalen	10.30-11.45 Koncentration og hukommelse v. sygeplejerske Anne Egelund Undervisnings- lokalet	10.30-11.45 Mødet med sundhedsvæsenet v. sygeplejerske Anne Egelund Træningssalen	10.30-11.45 Naturlige psykiske reaktioner v. psykolog Christina Maar Andersen Undervisnings- lokalet	10.30-12.00 Arbejdsliv v. socialrådgiver Eva Terkelsen Træningssalen (individuelle samtaler)	10.30-12.00 Intimitet og krop v. sexolog Rikke Thor Undervisnings- lokalet	11.00-12.00 Handleplan i små grupper
11.50 Frokost	11.50 Frokost		11.50 Frokost		12.00 Frokost		12.00 Frokost

(se næste side)

Program kræft standard uge 46, 2025

EFTERMIDDAG

Mandag 10/11		Tirsdag 11/11		Onsdag 12/11		Torsdag 13/11		Fredag 14/11
13.00-14.30 Værdier i livet v. psykolog Christina Maar Andersen Undervisnings-lokalet	13.00-14.00 Walk and talk i små grupper Ude	13.00-14.00 Bevægelse i naturen v. fysioterapeut Iben Stærk Ude	13.00-13.45 Pausetræning på egen hånd	13.00-14.15 Yoga og mindfulness v. yogalærer Camilla Claville Træningssalen	13.00-14.15 Håndtering af svære tanker og følelser v. psykolog Christina Maar Andersen Undervisnings-lokalet	13.00-14.30 Individuelle samtaler	13.00-14.15 Træthed-hvad kan jeg gøre? v. sygeplejerske Lærke Kjær Tholstrup Træningssalen	13.00-13.15 Check ud fra værelser Bagagen stilles i aktivitetsrum 13.15-13.45 Afslutning og på gensyn v. forløbsleder Cathrine Mikkelsen Træningssalen 13.50 afrejse
15.00-16.00 Walk and talk i små grupper Ude	14.45-16.15 Værdier i livet v. psykolog Christina Maar Andersen Undervisnings-rlokalet			14.15-14.45 Pause		14.45-16.00 Træthed-hvad kan jeg gøre? v. sygeplejerske Lærke Kjær Tholstrup Træningssalen	14.30-16.00 Individuelle samtaler	
17.30-18.00 Aftenværtinden byder velkommen 3. sal		14.30-15.15 Pausetræning på egen hånd	14.30-15.30 Bevægelse i naturen v. fysioterapeut Iben Stærk Ude	14.45-16.00 Håndtering af svære tanker og følelser v. psykolog Christina Maar Andersen Undervisnings-lokalet	14.45-16.00 Yoga og mindfulness v. yogalærer Camilla Claville Træningssalen			
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. musikere Britt og Jesper Træningssalen				

Det med blå skrift: Husk træningstøj!