

Program forløb for mennesker med og uden kræft uge 50, 2025

Mandag 8/12	Tirsdag 9/12		Onsdag 10/12		Torsdag 11/12		Fredag 12/12
9.45-10.15 Ankomst til REHPA og indkvartering 3. sal 10.20 Fælles foto v. fysioterapeut Cathrine Mikkelsen 10.30-11.00 Velkomst og praktisk introduktion v. forløbsleder Anne Egelund Træningssalen 11.00-11.45 Præsentationsrunde v. forløbsleder v. forløbsleder Anne Egelund 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		8.30-8.45 Morgensamling		8.30-8.45 Morgensamling		8.30-8.45 Morgensamling
	8.45-10.00 Koncentration og hukommelse v. ergoterapeut Jane Larsen Undervisningslokalet	8.45-10.00 Træthed-hvad kan jeg gøre? v. sygeplejerske Dorthe Søsted Træningssalen	8.45-10.00 Naturlige psykiske reaktioner v. psykolog Christina Maar Undervisningslokalet	8.45-10.00 Mødet med sundhedsvæsenet v. sygeplejerske Anne Egelund Træningssalen	8.45-10.15 Intimitet og krop v. sexolog Rikke Thor Undervisnings lokalet	8.45-10.15 Arbejdsliv v. social- rådgiver Træningssalen	8.45-9.15 Værdier og handleplan v. fysioterapeut Cathrine Mikkelsen Træningssalen
	10.00-10.30 Pause/gåtur				10.15-10.30 Pause		9.15-10.15 Min handleplan
	10.30-11.45 Træthed-hvad kan jeg gøre? v. sygeplejerske Dorthe Søsted Træningssalen	10.30-11.45 Koncentration og hukommelse v. ergoterapeut Jane Larsen Undervisningslokalet			10.30-12.00 Arbejdsliv v. social- rådgiver Træningssalen	10.30-12.00 Intimitet og krop v. sexolog Rikke Thor Undervisnings lokalet	10.15-10.30 Pause/gåtur
11.50 Frokostpause	11.50 Frokostpause		11.50 Frokostpause		12.00 Frokostpause		12.00 Frokost
							10.30-12.00 Handleplan i små grupper

Program forløb for mennesker med og uden kræft uge 50, 2025

13.00-14.30 Værdier i livet v. psykolog Christina Maar Undervisnings- lokalet	13.00-14.00 Gåtur i små grupper Ude	13.00-14.15 Aktivitet og bevægelse i naturen v. fysioterapeut Iben Stærk Ude	13.00-14.15 Energiforvaltning + pausetræning v. ergoterapeut Jane Larsen Træningssalen	13.00-14.15 Håndtering af svære tanker og følelser v. psykolog Christina Maar Undervisningslokalet	13.00-14.15 Yoga og mindfulness v. fysioterapeut Cathrine Mikkelsen Træningssalen	13.00-17.00 Individuelle samtaler v. fagpersoner Krop og bevægelse v. fysioterapeut Tommy Andersen Træningssalen	13-13.15 Check ud fra værelser Bagagen stilles i aktivitetsrum 13.15-13.50 Afslutning og på gensyn v. forløbsleder Anne Egelund Træningssalen
15.00-16.00 Gåtur i små grupper Ude	14.45-16.15 Værdier i livet v. psykolog Christina Maar Undervisningsl okalet	14.30-15.45 Energiforvaltning + pausetræning v. ergoterapeut Jane Larsen Træningssalen	14.30-15.45 Aktivitet og bevægelse i naturen v. fysioterapeut Iben Stærk	14.45- 16.00 Yoga og mindfulness v. fysioterapeut Cathrine Mikkelsen Træningssalen	14.45-16.00 Håndtering af svære tanker og følelser v. psykolog Christina Maar Undervisningslokalet		
17.30-18.00 Aftenværtinde Susanne byder velkommen Dagligstuen 3.sal							
18.00 Aftensmad		18.00 Aftensmad		18.00 Aftensmad		18.00 Aftensmad	13.55 afrejse
		19.00-20.30 At være menneske v. hospitalspræst Dagligstuen 3. sal		19.30-20.30 Musik og sang v. musikere Træningssalen			

Det med blå skrift: Husk træningstøj!