

Program forløb for mennesker med og uden kræft uge 6, 2026

FORMIDDAG

Mandag 2/2	Tirsdag 3/2		Onsdag 4/2		Torsdag 5/2		Fredag 6/2
9.45-10.15 Ankomst til REHPA og indkvartering 3. sal 10.20 Fælles foto 10.30-11.00 Velkomst og praktisk introduktion <i>v. forløbsleder Anne Egelund</i> Træningssalen 11.00-11.45 Præsentationsrunde <i>v. forløbsleder Anne Egelund</i> 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 <i>v. ergoterapeut Jane Larsen</i> Undervisningslokalet	8.45-10.00 Træthed-hvad kan jeg gøre? <i>v. sygeplejerske Dorthe Søsted</i> Træningssalen	8.45-10.00 Naturlige psykiske reaktioner <i>v. psykolog Christina Maar Andersen</i> Undervisningslokalet	8.45-10.00 Mødet med sundhedsvæsenet <i>v. sygeplejerske Anne Egelund</i> Træningssalen	8.45 – 10.15 Intimitet og krop <i>v. sexolog Linnea Fechner</i> Undervisnings- lokalet	8.45 – 10.00 Arbejdsliv <i>v. social- rådgiver Eva Terkelsen</i> Træningssalen	8.45-9.15 Værdier og handleplan <i>v. ergoterapeut Jane Larsen</i> Træningssalen
	Pause 10.00-10.30		Pause 10.00-10.30		Pause 10.00-10.30		9.15-10.15 Min handleplan
	10.30-11.45 Træthed-hvad kan jeg gøre? <i>v. sygeplejerske Dorthe Søsted</i> Træningssalen	10.30-11.45 Koncentration og hukommelse <i>v. ergoterapeut Jane Larsen</i> Undervisningslokalet	10.30-11.45 Mødet med sundhedsvæsenet <i>v. sygeplejerske Anne Egelund</i> Træningssalen	10.30-11.45 Naturlige psykiske reaktioner <i>v. psykolog Christina Maar Andersen</i> Undervisningslokalet	10.30-12.00 Arbejdsliv <i>v. social- rådgiver Eva Terkelsen</i> Træningssalen	10.30-12.00 Intimitet og krop <i>v. sexolog Linnea Fechner</i> Undervisnings- lokalet	10.15-10.30 Pause/gåtur 10.30-12.00 Handleplan i små grupper
11.50 Frokostpause	11.50 Frokostpause		11.50 Frokostpause		12.00 Frokostpause		12.00 Frokost

Program forløb for mennesker med og uden kræft uge 6, 2026
EFTERMIDDAG

Mandag 2/2		Tirsdag 3/2		Onsdag 4/2		Torsdag 5/2	Fredag 6/2
13.00-14.30 Værdier i livet v. psykolog Christina Maar Andersen 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 Energiforvalt- ning + pausetræning v. ergoterapeut Jane Larsen Træningssalen	13.00-14.15 Håndtering af svære tanker og følelser v. psykolog Christina Maar Andersen 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 Se særskilt skema	13-13.15 Check ud fra værelser Bagagen stilles i Aktivitetsrum 13.15-13.50 Afslutning og på gensyn v. forløbsleder Anne Egelund Træningssalen 13.55 afrejse
15.00-16.00 Gåtur i små grupper Ude	14.45-16.15 Værdier i livet v. psykolog Christina Maar Andersen Undervisnings-lokalet	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 Andersen Undervisnings-lokalet		
17.30-18.00 Aftenværtinde Susanne byder velkommen Dagligstuen 3.sal							
18.00 Aftensmad		18.00 Aftensmad		18.00 Aftensmad			
		19.30-20.30 Musik og sang v. Britt og Michelle Træningssalen					

Det med blå skrift: Husk træningstøj!