

Program forløb for mennesker med og efter kræft uge 11, 2026

Mandag 9/3	Tirsdag 10/3		Onsdag 11/3		Torsdag 12/3		Fredag 13/3
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		8.30-8.45Morgensamling
	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> Undervisnings- lokalet	10.30-11.45 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
13.00-14.45 Værdier i livet v. <i>psykolog Christina Maar Andersen</i> Undervisningslokalet	13.00-14.15 Aktivitet og bevægelse i naturen <i>v. fysioterapeut Iben Stærk</i> Ude	13.00-14.15 Energiforvaltning + pausetræning <i>v. ergoterapeut Jane Larsen</i> Træningssalen	13.00-14.15 Håndtering af svære tanker og følelser <i>v. psykolog Christina Maar</i> Undervisningslokalet	13.00-14.15 Yoga og mindfulness <i>v. fysioterapeut Cathrine Mikkelsen</i> Træningssalen	13.00-17.00 Individuelle samtaler <i>v. fagpersoner</i> Krop og bevægelse <i>v. fysioterapeut Tommy Andersen</i> Træningssalen Se særskilt skema		13-13.15 Check ud fra værelser Bagagen stilles i aktivitetsrum
15.00-16.00 Gåtur i små grupper Ude	14.30-15.45 Energiforvaltning + pausetræning <i>v. ergoterapeut Jane Larsen</i> Træningssalen	14.30-15.45 Aktivitet og bevægelse i naturen <i>v. fysioterapeut Iben Stærk</i>	14.45- 16.00 Yoga og mindfulness <i>v. fysioterapeut Cathrine Mikkelsen</i> Træningssalen	14.45-16.00 Håndtering af svære tanker og følelser <i>v. psykolog Christina Maar</i> Undervisnings- lokalet			13.15-13.50 Afslutning og på gensyn <i>v. forløbsleder Anne Egelund</i> Træningssalen
17.30-18.00 Aftenværtinde Helle byder velkommen Dagligstuen 3.sal							13.55 afrejse
18.00 Aftensmad	18.00 Aftensmad		18.00 Aftensmad		18.00 Aftensmad		
19.30-20.30 Musik og sang <i>v. Britt og Jesper</i> Træningssalen	19.00-20.00 At være menneske <i>v. præst Elisabeth Hammer</i> Dagligstuen						

Det med blå skrift: Husk træningstøj!