

Ugeskema REHPA uge 19, 2026 Træthed, hverdagsliv og kræft

Mandag 4/5	Tirsdag 5/5		Onsdag 6/5		Torsdag 7/5		Fredag 8/5
<p>9.45-10.15 Ankomst til REHPA og indkvartering 3. sal</p> <p>10.45-11.15 Velkomst og introduktion <i>v. forløbsleder Jane Larsen</i> Træningssalen</p> <p>11.15-12.00 Fælles præsentation Træningssalen</p>	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
	<p>9.00-12.00 Træthed – hvordan forvalter jeg min energi? <i>v. sygeplejerske Dorthe Søjsted</i> Træningssalen</p>		<p>9.00-11.30 Træthed, kræft og psyke <i>v. psykolog Christina Maar Andersen</i> Undervisningslokalet</p>	<p>9.00-12.00 Kreativitet og skabende aktiviteter <i>v. Puk Hyllested</i> Træningssalen</p>	<p>9.00-10.15 Koncentration og hukommelse <i>v. ergoterapeut Jane Larsen</i> Træningssalen</p>	<p>9.00-10.00 Krop og Bevægelse – aktiv i naturen <i>v. fysioterapeut Tommy Andersen</i> Ude</p>	<p>9.00-9.35 Værdier og forandringsprocesser <i>v. fysioterapeut Cathrine Mikkelsen</i> Træningssalen</p>
12.00-12.30 Frokost	12.00-12.30 Frokost		12.00-12.30 Frokost		12.00-12.30 Frokost		11.45-12.15 Frokost
12.30-13.00 Pause/hvile/gåtur	12.30-13.00 Pause/hvile/gåtur		12.30-13.00 Pause/hvile/gåtur		12.30-13.00 Pause/hvile/gåtur		12.15-12.45 Check ud fra værelser
<p>13.00-14.45 Værdier i livet <i>v. sygeplejerske Anne Egelund</i> Undervisningslokalet</p> <p>15.00 Walk and talk i grupper på egen hånd Ude</p>	<p>13.00-14.15 Krop og bevægelse – aktiv i naturen <i>v. fysioterapeut Iben Stærk</i> Ude</p>	<p>13.00-14.15 Yoga og mindfulness <i>v. yogalærer Cathrine Mikkelsen</i> Træningssalen</p>	<p>13.00-16.00 Kreativitet og skabende aktiviteter <i>v. Puk Hyllested</i> Træningssalen</p>	<p>13.00-15.30 Træthed, kræft og psyke <i>v. psykolog Christina Maar Andersen</i> Undervisningslokalet</p>	<p>13.00-17.00 Individuelle samtaler og massage</p> <p style="background-color: #d9ead3; text-align: center;">Pause/valgfri gåtur</p>		<p>(Bagagen kan stilles i aktivitetsrummet i stueetagen)</p> <p>12.45-14.00 Fokusgruppeinterviews</p> <p>14.00-14.30 Afslutning og på gensyn – information om virtuel opfølgning <i>v. forløbsleder Jane Larsen</i> Træningssalen</p> <p>14.40 Afrejse</p>
17.30-18.00 Aftenværtinden byder velkommen Dagligstuen 3. sal	14.30-15.45 Yoga og mindfulness <i>v. yogalærer Cathrine Mikkelsen</i> Træningssalen		14.30-15.45 Krop og bevægelse – aktiv i naturen <i>v. fysioterapeut Iben Stærk</i> Ude		18.00 Aftensmad		18.00 Aftensmad
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	19.00-20.30 At være menneske <i>v. hospitalspræst Elisabeth Hammer</i> Dagligstuen 3. sal						