


## Ugeskema REHPA Fatigue, hverdagsliv og KOL uge 26, 2026

Mandag 22/6	Tirsdag 23/6		Onsdag 24/6		Torsdag 25/6		Fredag 26/6
<p>9.45-10.15 Ankomst til REHPA og indkvartering <b>3. sal</b></p> <p>10.20 Fælles foto</p> <p>10.30-11.15 Velkomst og introduktion <i>v. forløbsleder Cathrine Mikkelsen</i> <b>Træningssalen</b></p> <p>11.15-12.00 Fælles præsentation <b>Træningssalen</b></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 <b>Træningssalen</b>		8.45-9.00 Morgensamling <b>Træningssalen</b>		8.45-9.00 Morgensamling <b>Træningssalen</b>		8.45-9.00 Morgensamling <b>Træningssalen</b>
	<p>9.00-9.45 Træthed og lungefunktion – hvordan kan det hænge sammen? <i>v. sygeplejerske Grete Bøgesvang</i> <b>Træningssalen</b></p> <p>10.15-12.00 Træthed - hvordan forvalter jeg min energi? <i>v. sygeplejerske Dorthe Søsted</i> <b>Træningssalen</b></p>		<p>9.00-11.30 KOL og psyke <i>v. psykolog Christina Maar Andersen</i> <b>Undervisningslokalet (og ude)</b></p>		<p>9.00-11.45 Kreativitet og skabende aktiviteter <i>v. Puk Hyllested</i> <b>Træningssalen</b></p>		<p>9.00-10.15 Koncentration og hukommelse <i>v. ergoterapeut Jane Larsen</i> <b>Undervisningslokalet</b></p> <p>9.00-10.00 <b>Krop og Bevægelse – aktiv i naturen</b> <i>v. fysioterapeut Tommy Andersen</i> <b>Ude</b></p>
12.00-12.30 Frokost	12.00-12.30 Frokost		12.00-12.30 Frokost		12.00-12.30 Frokost		12.00-12.30 Frokost
12.30-13.15 Pause/hvile/gåtur	12.30-13.15 Pause/hvile/gåtur		12.30-13.15 Pause/hvile/gåtur		12.30-13.00 Pause/hvile/gåtur		<p style="background-color: #d9ead3;">12.30-13.00 <b>Check ud fra værelser</b> (Bagagen kan stilles i aktivitetsrummet i stueetagen)</p> <p>13.00-13.30 Afrunding og virtuel opfølgning <i>v. forløbsleder Cathrine Mikkelsen</i> <b>Træningssalen</b></p> <p>13.40 Afrejse</p>
<p>13.15-15.00 Værdier i livet <i>v. psykolog Christina Maar Andersen</i> <b>Undervisningslokalet</b></p> <p>15.00 Walk and talk i små grupper (valgfrit) <b>Ude</b> (vi mødes i træningssalen)</p> <p>17.30-18.00 Aftenværtinden Helle byder velkommen, <b>3. sal</b></p>	<p>13.15-14.30 <b>Krop og bevægelse – aktiv i naturen</b> <i>v. fysioterapeut Iben Stærk</i> <b>Ude</b></p> <p>14.45-16.00 <b>Yoga og mindfulness</b> <i>v. yogalærer Cathrine Mikkelsen</i> <b>Træningssalen</b></p>	<p>13.15-14.30 <b>Yoga og mindfulness</b> <i>v. yogalærer Cathrine Mikkelsen</i> <b>Træningssalen</b></p> <p>14.45-16:00 <b>Krop og Bevægelse – aktiv i naturen</b> <i>v. fysioterapeut Iben Stærk</i> <b>Ude</b></p>	<p>13.15-16.00 Kreativitet og skabende aktiviteter <i>v. Puk Hyllested</i> <b>Træningssalen</b></p>	<p>13.15-15.45 KOL og psyke <i>v. psykolog Christina Maar Andersen</i> <b>Undervisningslokalet</b></p>	<p>13.00-17.00 Individuelle samtaler og massage</p> <p style="background-color: #d9ead3;">Pause/valgfri gåtur</p>		
18.00 Aftensmad	18.00 Aftensmad		18.00 Aftensmad		18.00 Aftensmad		
19.30-20.30 Musik og sang <i>v. Britt og Lise</i> <b>Træningssalen</b>			19.00-20.30 At være menneske <i>v. hospitalspræst Karina Aallmann</i> <b>Dagligstuen 3. sal</b>				 Videncenter for Rehabilitering og Palliation

Det med blå skrift: Husk træningstøj!