

Program REHPA Fatigue, hverdagsliv og kræft uge 46, 2026

Mandag 9/11	Tirsdag 10/11		Onsdag 11/11		Torsdag 12/11		Fredag 13/11
9.45-10.15 Ankomst til REHPA og indkvartering 3. sal 10.20 Fælles foto 10.30-11.15 Velkomst og introduktion v. forløbsleder Cathrine Mikkelsen Træningssalen 11.15-12.00 Fælles præsentation Træningssalen	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		8.30-8.45 Morgensamling Træningssalen		8.45-9.00 Morgensamling Træningssalen
	9.00-12.00 Træthed - hvordan forvalter jeg min energi? v. sygeplejerske Dorthe Søsted Træningssalen		9.00-10.15 Yoga og mindfulness v. yogalærer Cathrine Mikkelsen Undervisnings-lokalet 10.45-12.00 Koncentration og hukommelse v. sygeplejerske Anne Egelund Undervisnings-lokalet	9.00-11.45 Kreativitet og skabende aktiviteter v. Puk Hyllested Træningssalen	8.45-10.15 Kræft og psyke v. psykolog Anders Wieghorst Undervisnings-lokalet 10.30-11.30 Krop og Bevægelse – aktiv i naturen v. fysioterapeut Tommy Andersen Ude	9.00-10.00 Krop og Bevægelse – aktiv i naturen v. fysioterapeut Tommy Andersen Ude 10.30-12.00 Kræft og psyke v. psykolog Anders Wieghorst Undervisnings-lokalet	9.00-9.35 Værdier og forandringsprocesser v. ergoterapeut Jane Larsen Træningssalen 9.35-10.35 Min handleplan 10.45-11.45 Sparring på din handleplan i små grupper
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
12.30-13.15 Pause/hvile/gåtur	12.30-13.15 Pause/hvile/gåtur		12.30-13.15 Pause/hvile/gåtur		12.30-13.00 Pause/hvile/gåtur		12.15-12.45 Check ud fra værelser (Bagagen kan stilles i aktivitetsrummet i stueetagen)
13.15-14.45 Værdier i livet v. sygeplejerske Anne Egelund Træningssalen 14.45 Walk and talk i små grupper på egen hånd (valgfrit) Ude (vi mødes i træningssalen) 17.30-18.00 Aftenværtinden Helle byder velkommen 3. sal	13.15-14.30 Krop og bevægelse – aktiv i naturen v. fysioterapeut Iben Stærk Ude Pause	13.15-14.30 Yoga og mindfulness v. yogalærer Cathrine Træningssalen 14.45-16:00 Krop og bevægelse – aktiv i naturen v. fysioterapeut Iben Stærk Ude	13.15-16.00 Kreativitet og skabende aktiviteter v. Puk Hyllested Træningssalen	13.00-14.15 Koncentration og hukommelse v. sygeplejerske Anne Egelund Undervisnings-lokalet Pause/valgfri gåtur	13.00-17.00 Individuelle samtaler og massage Pause/valgfri gåtur		12.45-14.00 Fokusgruppeinterviews 14.00-14.25 Afrunding og virtuel opfølgning v. forløbsleder Cathrine Mikkelsen Træningssalen 14.30 Afrejse
18.00 Aftensmad	18.00 Aftensmad		18.00 Aftensmad		18.00 Aftensmad		
	19.00-20.30 At være menneske v. hospitalspræst Elisabeth Hammer Dagligstuen 3. sal		19.30-20.30 Musik og sang v. Britt og Jesper Træningssalen				

REHPA

Videncenter for Rehabilitering og Palliation