REHPA

Program for senfølgeforløb uge 50, 7.-11. december 2026

Mandag 7/12	Tirsdag 8/12		Onsdag 9/12		Torsdag 10/12		Fredag 11/12
9.45-10.15 Ankomst/indkvartering 3. sal 10.20 Fællesfoto 10.30-11.00 Velkomst og praktisk introduktion *v. forløbsleder Anne Egelund* Træningssalen 11.00-11.45 Præsentationsrunde *v. forløbsleder Anne Egelund* 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
	8.45-10.15 Naturlige psykiske reaktioner *v. psykolog Anders Wieghorst* Undervisningslokale	8.45-10.00 Træthed – hvad kan jeg gøre? *v. sygeplejerske Dorthe Søsted* Træningssalen	8.45-10.00 Energiforvaltning og pausetræning *v. ergoterapeut Jane Larsen* Træningssalen	8.45-10.00 Koncentration og hukommelse *v. sygeplejerske Anne Egelund* Undervisnings-lokale	8.45-10.15 Seksualitet og intimitet *v. sexolog Linnea Fechner* Undervisningslokale	8.45-10.15 Arbejdsliv *v. socialrådgiver Eva Terkelsen* Træningssalen	8.45-9.15 Værdier og handleplan *v. backup Jane Larsen* Træningssalen 9.15-10.15 Min handleplan 10.15-10.30 Pause/gåtur 10.30-12.00 Handleplan i små grupper
	Pause 10.00-10.30		Pause 10.00-10.30		Pause 10.15-10.30		
	10.30-11.45 Træthed – hvad kan jeg gøre? *v. sygeplejerske Dorthe Søsted* Træningssalen	10.30-12.00 Naturlige psykiske reaktioner *v. psykolog Anders Wieghorst* Undervisningslokale	10.30-11.45 Koncentration og hukommelse *v. sygeplejerske Anne Egelund* Undervisnings-lokale	10.30-11.45 Energiforvaltning og pausetræning *v. ergoterapeut Jane Larsen* Træningssalen	10.30-12.00 Arbejdsliv *v. social-rådgiver Eva Terkelsen* Træningssalen	10.30-12.00 Seksualitet og intimitet *v. sexolog Linnea Fechner* Undervisningslokale	
11.50 Frokostpause	**11.50 Frokostpause**		**11.50 Frokostpause**		**12.00 Frokostpause**		**12.00 Frokost**
13.00-14.45 Værdier i livet *v. sygeplejerske Anne Egelund* Træningssalen	13.00-14.15 Yoga/mindfulness *v. fysioterapeut Cathrine Mikkelsen* Træningssalen	13.00-14.15 Håbsaktivitet *v. ergoterapeut Jane Larsen* Undervisningslokale	13.00-14.15 Fokusgruppe-interview *v. Maria Larsen* Undervisnings-lokale	13:00-14.15 Aktivitet og bevægelse *v. fysioterapeut Iben Stærk* Træningssalen	13.00-16.00 Individuelle samtaler *v. fagpersoner* Krop og bevægelse i naturen *v. fysioterapeut Tommy* Ude Se særskilt skema		12.45-13.00 Check ud fra værelser Bagagen stilles i aktivitetsrum 13.00-13-30 Afslutning og på gensyn *v. forløbsleder Anne Egelund* Træningssalen 13.30 Afrejse
15.00-16.00 Gåtur i små grupper Ude	14.30-15.45 Håbsaktivitet *v. ergoterapeut Jane Larsen* Undervisningslokale	14.30-15.45 Yoga/mindfulness *v. fysioterapeut Cathrine Mikkelsen* Træningssalen	14.45-16.00 Aktivitet og bevægelse *v. fysioterapeut Iben Stærk* Træningssalen	14.45-16.00 Fokusgruppe-interview *v. Maria Larsen* Undervisnings-lokale			
17.30-18.00 ***A**ftenværtinde Helle* byder velkommen Dagligstuen 3. sal							
18.00 Aftensmad	**18.00 Aftensmad**		**18.00 Aftensmad**		**18.00 Aftensmad**		
			19.30-20.30 Musik og sang v. *Britt og Jesper* Træningssalen				

Det med blå skrift: Husk træningstøj