| **Mandag 27/5** | **Tirsdag 28/5** | | **Onsdag 29/5** | | **Torsdag 30/5** | | **Fredag 31/5** |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 9.45-10.15  Ankomst til REHPA  og indkvartering  3. sal  10.45-11.15  Velkomst og introduktion  *v. forløbsleder*  *Cathrine Mikkelsen*  Træningssalen  11.15-12.00  Fælles præsentation  *v. forløbsleder*  *Cathrine Mikkelsen*  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 | | 8.45-9.00 Morgensamling  Træningssalen | | 8.45-9.00 Morgensamling  Træningssalen |
| 9.00-12.00  Træthed – hvordan  forvalter jeg min energi?  *v. sygeplejerske*  *Dorthe Søsted*  Træningssalen | | 9.00-11.30  Træthed, kræft og psyke  *v. psykolog Caroline Vad*  Undervisnings­lokalet | 9.30-12.00  Kreative aktiviteter  *v. billedkunstner*  *Lærke Egefjord*  Træningssalen | 9.00-10.15  Koncentration og hukommelse  *v. sygeplejerske Marianne Hansen*  Undervisnings­lokalet | 9.30-10.30  Krop og Bevægelse – aktiv i naturen  *v. fysioterapeut*  *Iben Stærk*  Ude | 09.00-10.00  Værdier og forandringsprocesser  *v. sygeplejerske*  *Marianne Hansen*  Træningssalen  10.30-11.10  Min handleplan  11.10-12.00  Snak om handleplaner  i små grupper |
| 10.45-11.45  Krop og Bevægelse – aktiv i naturen  *v. fysioterapeut Iben Stærk*  Ude | 10.45-12.00  Koncentration og hukommelse  *v. sygeplejerske Marianne Hansen*  Undervisnings­lokalet |
| 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 |
| **12.30-13.00 Pause/hvile/gåtur** | **12.30-13.00**  **Pause/hvile/gåtur** | | **12.30-13.00**  **Pause/hvile/gåtur** | | **12.30-13.00**  **Pause/hvile/gåtur** | | **12.30-13.00**  **Pause/hvile/gåtur** |
| 13.00-15.00  Værdier i livet  *v. psykolog*  *Caroline Vad*  Træningssalen  **Pause/valgfri gåtur**  17.30-18.00  Aftenværtinde SSA Diana byder velkommen  3. sal | 13.00-14.15  Krop og bevægelse  - aktiv i naturen  *v. fysioterapeut Iben Stærk*  Ude  14.45-16.00  Yoga og mindfulness  *v. yogalærer Cathrine Mikkelsen*  Træningssalen | 13.00-14.15  Yoga og mindfulness  *v. yogalærer Cathrine Mikkelsen*  Træningssalen  14.45-16.00  Krop og Bevægelse  – aktiv i naturen  *v. fysioterapeut Iben Stærk*  Ude | 13.00-15.30  Kreative aktiviteter  *v. billedkunstner*  *Lærke Egefjord* Træningssalen | 13.00-15.30  Træthed, kræft og psyke  *v. psykolog*  *Caroline Vad*  Undervisnings­lokalet | 13.00-17.00  Individuelle samtaler  og massage  **Pause/valgfri gåtur** | | 13.00-13.15  Check ud fra værelser  Bagagen stilles i Aktivitetsrummet i stueetagen  13.15-13.50  Afslutning og på gensyn – virtuel opfølgning  *v. forløbsleder*  *Cathrine Mikkelsen*  Træningssalen  13.55 Afrejse |
| 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 blåt: Husk træningstøj!