| **Mandag 27/5** | **Tirsdag 28/5** | **Onsdag 29/5** | **Torsdag 30/5** | **Fredag 31/5** |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| 9.45-10.15Ankomst til REHPAog indkvartering3. sal10.45-11.15Velkomst og introduktion*v. forløbsleder* *Cathrine Mikkelsen*Træningssalen11.15-12.00Fælles 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 MorgensamlingTræningssalen | 8.45-9.00 MorgensamlingTræningssalen | 8.45-9.00 MorgensamlingTræningssalen | 8.45-9.00 MorgensamlingTræningssalen |
| 9.00-12.00 Træthed – hvordan forvalter jeg min energi?*v. sygeplejerske**Dorthe Søsted* Træningssalen  | 9.00-11.30Træthed, kræft og psyke*v. psykolog Caroline Vad*Undervisnings­lokalet | 9.30-12.00Kreative aktiviteter *v. billedkunstner* *Lærke Egefjord*Træningssalen | 9.00-10.15 Koncentration og hukommelse*v. sygeplejerske Marianne Hansen*Undervisnings­lokalet  | 9.30-10.30Krop og Bevægelse – aktiv i naturen*v. fysioterapeut**Iben Stærk*Ude | 09.00-10.00Værdier og forandringsprocesser *v. sygeplejerske* *Marianne Hansen*Træningssalen10.30-11.10Min handleplan11.10-12.00Snak om handleplaner i små grupper |
| 10.45-11.45Krop 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** |
| 13.00-15.00Værdier i livet *v. psykolog* *Caroline Vad*Træningssalen**Pause/valgfri gåtur**17.30-18.00Aftenværtinde SSA Diana byder velkommen3. sal | 13.00-14.15Krop og bevægelse - aktiv i naturen*v. fysioterapeut Iben Stærk*Ude14.45-16.00Yoga og mindfulness*v. yogalærer Cathrine Mikkelsen*Træningssalen | 13.00-14.15Yoga og mindfulness*v. yogalærer Cathrine Mikkelsen*Træningssalen14.45-16.00Krop og Bevægelse – aktiv i naturen*v. fysioterapeut Iben Stærk*Ude  | 13.00-15.30 Kreative aktiviteter *v. billedkunstner* *Lærke Egefjord* Træningssalen  | 13.00-15.30Træthed, kræft og psyke *v. psykolog* *Caroline Vad*Undervisnings­lokalet | 13.00-17.00Individuelle samtalerog massage**Pause/valgfri gåtur** | 13.00-13.15Check ud fra værelserBagagen stilles i Aktivitetsrummet i stueetagen13.15-13.50Afslutning og på gensyn – virtuel opfølgning*v. forløbsleder* *Cathrine Mikkelsen*Træningssalen13.55 Afrejse |
| 18.00 Aftensmad  | 18.00 Aftensmad | 18.00 Aftensmad | 18.00 Aftensmad |
|  | 19.30-20.30Musik og sang *v. Britt og Jesper*Træningssalen |  |  |

Det med blåt: Husk træningstøj!