

Ugeskema REHPA uge 26 2024, Kræftrelateret træthed og hverdagsliv

Mandag 24/6	Tirsdag 25/6	Onsdag 26/6	Torsdag 27/6	Fredag 28/6
<p>9.45-10.15 Ankomst til REHPA og indkvartering 3. sal</p> <p>10.45-11.15 Velkomst og introduktion <i>v. forløbsleder Cathrine Mikkelsen</i> Træningssalen</p> <p>11.15-12.00 Fælles præsentation <i>v. forløbsleder Cathrine Mikkelsen</i> Træningssalen</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 Træningssalen	8.45-9.00 Morgensamling Træningssalen	8.45-9.00 Morgensamling Træningssalen	8.45-9.00 Morgensamling Træningssalen
	<p>9.00-12.00 Træthed – hvordan forvalter jeg min energi? <i>v. sygeplejerske Dorthe Søsted</i> Træningssalen</p>	<p>9.00-11.30 Træthed, kræft og psyke <i>v. psykolog Caroline Vad</i> Undervisnings-lokalet</p>	<p>9.30-12.00 Kreativitet og skabende aktiviteter <i>v. læge og billedkunstner Lærke Egeffjord</i> Træningssalen</p>	<p>9.00-10.15 Koncentration og hukommelse <i>v. sygeplejerske Marianne Hansen</i> Undervisnings-lokalet</p> <p>9.30-10.30 Krop og Bevægelse – aktiv i naturen <i>v. fysioterapeut Iben Stærk</i> Ude</p> <p>10.45-11.45 Krop og Bevægelse – aktiv i naturen <i>v. fysioterapeut Iben Stærk</i> Ude</p> <p>10.45-12.00 Koncentration og hukommelse <i>v. sygeplejerske Marianne Hansen</i> Undervisnings-lokalet</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
12.30-13.00 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
<p>13.00-14.30 Værdier i livet <i>v. psykolog Caroline Vad</i> Undervisnings-lokalet</p>	<p>13.00-14.15 Krop og bevægelse – aktiv i naturen <i>v. fysioterapeut Iben Stærk</i> Ude</p>	<p>13.00-14.15 Yoga og mindfulness <i>v. yogalærer Cathrine Mikkelsen</i> Træningssalen</p>	<p>13.00-17.00 Individuelle samtaler og massage</p> <p style="background-color: #d9ead3;">13.00-17.00 Pause/valgfri gåtur</p>	<p>13.00-13.15 Check ud fra værelser Bagagen stilles i Aktivitetsrummet i stueetagen</p> <p>13.15-13.50 Afslutning og på gensyn – virtuel opfølgning <i>v. forløbsleder Cathrine Mikkelsen</i> Træningssalen</p> <p>13.55 Afrejse</p>
<p>14.45-16.15 Værdier i livet <i>v. psykolog Caroline Vad</i> Undervisnings-lokalet</p>	<p>14.45-16.00 Yoga og mindfulness <i>v. yogalærer Cathrine Mikkelsen</i> Træningssalen</p>	<p>14.45-16.00 Krop og bevægelse – aktiv i naturen <i>v. fysioterapeut Iben Stærk</i> Ude</p>		
<p>17.30-18.00 Aftenværtinde SSA Diana byder velkommen 3. sal</p>	<p>18.00 Aftensmad</p>	<p>18.00 Aftensmad</p>		
18.00 Aftensmad	18.00 Aftensmad	18.00 Aftensmad	18.00 Aftensmad	
	<p>19.30-20.30 Musik og sang <i>v. Britt og Jesper</i> Træningssalen</p>			

REHPA

Videncenter for Rehabilitering og Palliation

Det med blå: Husk træningstøj!