

Program uge 39 2024 – SCAD-forløb

FORMIDDAG

Mandag 23/9	Tirsdag 24/9		Onsdag 25/9		Torsdag 26/9
<p>9.45-10.15 Ankomst og indkvartering 3. sal</p> <p>10.30-12.30 (15 min.) Velkomst, praktiske oplysninger, præsentation af program <i>v. forløbsleder Jane Larsen</i></p> <p>(45 min.) Præsentation af deltagere</p> <p>(10 min.) Pause</p> <p>(45 min.) Online oplæg om SCAD-diagnose samt -projekt <i>v. projektleder Pernille Palm</i> Træningssalen</p>	7.30-8.15 Morgenmad i Spisestuen på 3. sal		7.30-8.15 Morgenmad i Spisestuen på 3. sal		7.30-8.15 Morgenmad i Spisestuen på 3. sal
	8.45-9.00 Morgensamling i Træningssalen		8.45-9.00 Morgensamling i Træningssalen		8.45-9.00 Morgensamling i Træningssalen
	9.00-10.15 Fatigue/træthed og energiforvaltning. <i>v. sygeplejerske Dorthe Søsted</i> Træningssalen	09.00-10.15 Hukommelse, koncentration og hverdagsliv <i>v. sygeplejerske Marianne Hansen</i> Undervisningslokalet	9.00-10.30 SCAD og psyke <i>v. psykolog Annie Marbæk</i> Undervisningslokalet	9.00-10.15 Yoga/Mindfulness <i>v. yogalærer Cathrine Mikkelsen</i> Træningssalen	9.00-9.30 Værdier, forandringsprocesser og handleplaner <i>v. sygeplejerske Marianne Hansen</i> Undervisningslokale + grupperum
	10.45-12.00 Hukommelse, koncentration og hverdagsliv <i>v. sygeplejerske Marianne Hansen</i> Undervisningslokalet	10.45-12.00 Fatigue/træthed og energiforvaltning. <i>v. sygeplejerske Dorthe Søsted</i> Træningssalen	10.45-12.00 Yoga/Mindfulness <i>v. yogalærer Cathrine Mikkelsen</i> Træningssalen	10.45-12.10 SCAD og psyke <i>v. psykolog Annie Marbæk</i> Undervisningslokalet	<p>9.30-10.15 Min handleplan</p> <p>10.30-12.00 Sparring på handleplaner i små grupper</p>
12.30 Frokost	12.00 Frokost		12.15 Frokost		12.00 Frokost

Program uge 39 2024 – SCAD-forløb

EFTERMIDDAG

Mandag 23/9	Tirsdag 24/9		Onsdag 25/9	Torsdag 26/9
<p>13.30-15.00 Værdier i livet <i>v. psykolog</i> <i>Annie Marbæk</i> Undervisningslokalet</p>	<p>12.45-13.15 Hviletid</p> <p>13.15-14.15 Bevæg dig til mere energi- i naturen <i>v. fysioterapeut</i> <i>Iben Stærk</i> Ude</p>	<p>12.45-13.15 Hviletid</p> <p>13.15-14.30 Tilknytning til arbejdslivet – hvordan? <i>v. socialrådgiver</i> <i>Eva Terkelsen</i> Undervisningslokalet</p>	<p>13.00-17.00 Afspændende massage <i>v. massørerne</i> <i>Julie, Lene, Mette og Pia</i> / Individuelle rehabiliteringssamtaler med udgangspunkt i besvarelse af 'Hvordan har du det'-spørgeskemaet <i>m. fagprofessionelle</i> (De præcise individuelle tider oplyses på forløb)</p>	<p>12.45-13.00 Check ud fra værelser, bagage stilles i biler eller i Aktivitetsrum</p> <p>13.00-14.30 Fokusgruppeinterview <i>v. Pernille Palm, m.fl.</i> Træningssal, Undervisningslokale og Grupperum med sofa</p> <p>14.45-15.15 Afrunding/ Tak for denne gang <i>v. forløbsleder Jane Larsen</i> Træningssalen</p> <p>15.30 Afrejse/Taxa</p>
<p>15.15-16.15 Gå dig til mere energi i naturen <i>v. ergoterapeut</i> <i>Jane Larsen</i> Ude</p>	<p>14.45-16.00 Tilknytning til arbejdslivet – hvordan? <i>v. socialrådgiver</i> <i>Eva Terkelsen</i> Undervisningslokalet</p>	<p>15.00-16.00 Bevæg dig til mere energi i naturen <i>v. fysioterapeut</i> <i>Iben Stærk</i> Ude</p>		
<p>17.30-17.45 Aftenværtinde byder velkommen Dagligstuen 3. sal</p>				
<p>18.00 Aftensmad</p>	<p>18.00 Aftensmad</p>		<p>18.00 Aftensmad</p>	
	<p>19.30-21.00 At være menneske <i>v. præst Elisabeth Hammer</i> Dagligstuen 3.sal</p>			