

Gynekologisk kreft, seneffekter og livskvalitet DIGITALT

Program lærings- og mestringskurs

Onsdag 10. februar

09.15-09.30	Innlogging Join Teknisk support på telefon 95968630, Randi	
09.30-10.00	Velkommen og presentasjoner	Rådgiver/kreftsykepleier Pernille Varre Rådgiver/spesialfysioterapeut Malene Omland
10.00-10.45	Brukerinnlegg	Marit Høgås
10.45-12.15	Lunsj og avslapning, evt trening 😊	
12.15-13.15	Livskvalitet og senvirkninger etter behandling av underlivskreft	Gynekolog og overlege Anne Dørum
13.15-13.45	Spørsmål til lege	
13.45-14.25	Refleksjoner og erfaringsutveksling	
14.25-14.30	Takk for i dag	

Torsdag 11. februar

08.30-08.45	Innlogging Join	
08.45-09.00	God morgen og velkommen	Pernille Varre og Malene Omland
09.00-10.00	Hvordan mestre angst og bekymringer	Pernille Varre
10.00-10.45	Refleksjoner og erfaringsutveksling	
10.45-12.15	Lunsj og avslapning, evt trening 😊	
12.15-13.00	Samliv, seksualitet og selvbylde	Lege og sexolog Saida
13.00-14.00	Fysisk aktivitet, stressmestring og avspenning	Malene Omland
14.00-14.30	Avslutning	

Med forbehold om endringer i programmet

