

Lærings- og mestringskurs 26. og 27. januar
Veien videre etter Sarkom og Gist-behandling

Tirsdag 26. januar

08.45-09.00	Innlogging JOIN Teknisk support telefon på tlf 95968630	Ta en kaffe og logg deg inn ☺
09.00-09.30	Velkommen Presentasjon og forventninger	Kreftsykepleier /rådgiver LMS Pernille Varre Spesialfysioterapeut/rådgiver Malene Omland
09.30-10.15	Sarkom og gist. Hva er det og hvordan behandles det?	Overlege og onkolog Ivar Hompland
10.15-10.45	Spørsmål lege	
10.45-12.00	PAUSE Bli med på gruppetrening digitalt – Avepenning/mediyoga	www.aktivmot.kreft/Pusterommet LIVE trening Teknisk support Randi tlf 95968630
12.00-12.45	Erfaring fra tidligere pasient	Cathrine Lund
12.45-13.45	Erfaringsutveksling	
13.45-14.00	Avslutning	Malene Omland

Onsdag 27. januar

09.30-10.00	Velkommen	
10.00-10.45	Hvordan mestre livet videre	Pernille Varre
10.45-12.00	PAUSE Bli med på gruppetrening digitalt – Aktivitet og avspenning	www.aktivmot.kreft/Pusterommet LIVE trening Teknisk support Randi tlf 95968630
12.00-12.45	Kropp, selvbilde fysisk aktivitet	Spesialfysioterapeut Malene Omland
13-13.45	Erfaringsutveksling	
13.45-14.15	Veien videre, hva finnes av tilbud	Pernille
14.30-15.00	Evaluering og avslutning	

Med forbehold om endringer i programmet