

# Elämää sydän- ja keuhkonsiirtoa odottaessa - kurssi, syksy 2024



pe-su 18.-20.10.2024 (Peurunka, Laukaa)

## Alustava ohjelma

### Pe 18.10.2024

14.30 Kurssin aloitus

15.00 Hoitokäytännöt sydän- tai keuhkonsiirtoa odottaessa

16.15 Vertaiskeskusteluja

17.30 Päivällinen

18.30 Omaa aikaa

20.30 Iltapala ja yhteistä keskustelua

### La 19.10.2024

8.00 Aamupala

9.00 Toimintakyvyn säilyttäminen siirtoa odottaessa ja siirron jälkeen

10.30 Kokemuksia ja vertaiskeskustelua

12.00 Lounas

13.00 Ravitsemuksesta

14.15 Päiväkahvit

14.30 Keskustelua päivän aiheista

15.45-17.00 Omaa aikaa

17.00 Päivällinen

18.00 Omaa aikaa

20.30 Iltapala ja yhteistä keskustelua

**Su 20.10.2024**

8.00 Aamupala

9.00 Psyykinen jaksaminen siirtoa odottaessa ja siirron jälkeen

10.15 Kokemuksia ja vertaiskeskustelua

12.00 Lounas

13.00 Kurssin yhteenveto ja katsaus yhdistyksen toimintaan

14.00 Lähtökahvit – Hyvää kotimatkaa!