

Ráðstefnudagur Hrafnistu

Hafnarfjörður 9. mars 2016

Súðin 5. hæð

11.00 - 11.05

Hrafnisturáðstefnan sett: Guðrún J. Hallgrímsdóttir, deildarstjóri iðjuþjálfunar Hrafnistu Hafnarfirði



11.05 – 11.35

Fjármálahegðun og áhrif hennar á líðan.
Haukur Hilmarsson, ráðgjafi í fjármálahegðun



11.35 - 12.05

Jákvæð sálfræði: hamingja, heilsa, vellíðan.
Hugrún Linda Guðmundsdóttir, félagsráðgjafi MA og markþjálfari



12.05 – 13.00

Hádegishlé

13.00 – 14.00

Núvitundarhugleiðsla inn í daglegt líf.
Ásdís Olsen, B.ed. og MA í samskiptafræðum



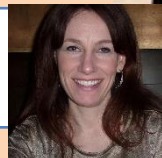
14.00 – 14.30

Hvað er að fréttu af þinni þarmaflóru?
Birna Ásbjörnsdóttir, MSc, í næringarlæknisfræði



14.30 – 15.00

Byrjum daginn vel.
Íris Huld Hákonardóttir, sjúkraþjálfari á Hrafnistu í Hafnarfirði



15.00

Ráðstefnuslit

Umsjón: Hulda S. Helgadóttir s. 693-9508



Styrktaraðilar:



Rekstrarvörur
- vinna með þér



Dagskrá fer fram í Bocciasal 1. hæð fyrir hádegi

11.00 - 11.05

Hrafnisturáðstefnan sett: Ragnheiður Kristjánsdóttir, deildarstjóri sjúkraþjálfunar Hrafnistu í Reykjavík



11.05 – 12.05

Núvitundarhugleiðsla inn í daglegt líf.
Ásdís Olsen B,ed. og MA í samskiptafræðum



12.05 – 13.00

Hádegishlé
Dagskrá hefst kl. 13 í Helgafelli 4. hæð

13.00 – 13.30

Hvað er að fréttu af þinni þarmaflóru?
Birna Ásbjörnsdóttir, MSc, í næringarlæknisfræði



13.30 – 14.00

Byrjum daginn vel.
Íris Huld Hákonardóttir, sjúkraþjálfari Hrafnistu Hafnarfirði



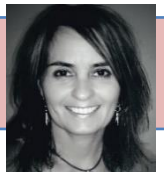
14.00 – 14.30

Fjármálahegðun og áhrif hennar á líðan.
Haukur Hilmarsson, ráðgjafi í fjármálahegðun



14.30 – 15.00

Jákvæð sálfræði: hamingja, heilsa og vellíðan.
Hugrún Linda Guðmundsdóttir, félagsráðgjafi MA og markþjálfari



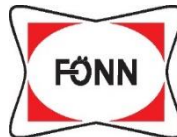
15.00

Ráðstefnuslit



Umsjón: Soffía S. Egilsdóttir s. 693-9560

Styrktaraðilar:



Rekstrarvörur
- vinna með þér

