REYKJALUNDUR
endurhæfing

Hjartafræðsla
Mosfell

þriðjudaga, miðvikudaga og fimmtudaga kl. 10:00

Dagskrá: janúar-júlí 2023

Framhaldsþjálfun Ragnheiður Lýðsdóttir sjúkraþjálfari	Þriðjudagur Kl. 10:00	3/1	31/1	28/2	28/3	25/4	23/5	20/6
Áreynsla hjartasjúkdóma Karl Kristjánsson læknir	Miðvikudagur Kl. 10:00	4/1	1/2	1/3	29/3	26/4	24/5	21/6
Máltíðarmynstur og magnvitund Thelma Rún Rúnarsdóttir/ Guðrún Jóna Bragadóttir næringarfræðingar	Fimmtudagur Kl. 10:00	5/1	2/2	2/3	30/3	27/4	25/5	22.6
Áhrifavaldar og næringarlæsi Thelma Rún Rúnarsdóttir/ Guðrún Jóna Bragadóttir næringarfræðingar	Þriðjudagur Kl. 10:00	10/1	7/2	7/3	4/4	2/5	30/5	27/6
Áhættuþættir Karl Kristjánsson læknir	Miðvikudagur Kl. 10:00	11/1	8/2	8/3	5/4	3/5	31/5	28/6
Sálræn áföll Inga Hrefna sálfræðingur	Fimmtudagur Kl. 10:00	12/1	9/2	9/3	6/4	4/5	1/6	29/6
Áhrif þolþjálfunar Sólrún Jónsdóttir sjúkraþjálfari	Þriðjudagur Kl. 10:00	17/1	14/2	14/3	11/4	9/5	6/6	4/7
Hjartasjúkdómar Karl Kristjánsson læknir	Miðvikudagur Kl. 10:00	18/1	15/2	15/3	12/4	10/5	7/6	5/7
Innihaldslýsingar og umbúðamerkingar Thelma Rún Rúnarsdóttir/ Guðrún Jóna Bragadóttir næringarfræðingar	Fimmtudagur Kl. 10:00	19/1	16/2	16/3	13/4	11/5	8/6	6/7
Svefn Þóra Kristín Björnsdóttir hjúkrunarfræðingur	Þriðjudagur Kl. 10:00	24/1	21/2	21/3	18/4	16/5	13/6	11/7
Lyf fyrir hjartasjúklinga Karl Kristjánsson læknir	Miðvikudagur Kl. 10:00	25/1	22/2	22/3	19/4	17/5	14/6	12/7
Samsetning fæðunnar Thelma Rún Rúnarsdóttir/ Guðrún Jóna Bragadóttir næringarfræðingar	Fimmtudagur Kl. 10:00	26/1	23/2	23/3	20/4	18/5	15/6	13/7