



# Kognitiv stimulationsterapi (CST) – København

På dette kursus får du faglig viden om metoden Kognitiv stimulationsterapi og kompetencer til at kunne starte og lede en CST-gruppe for mennesker med let til moderat demens.

Dato

**11. september 2025**  
9.30-16.00

Deltagere

**Max. 25**

Tilmeldingsfrist

**14. august 2025**

Sted

**Nationalt Videnscenter for Demens**  
Rigshospitalet, afsnit 8007  
Inge Lehmanns Vej 7, opgang 8, stuen  
2100 København Ø

Pris

**1.995 kr. (ekskl. moms)**

Kognitiv stimulationsterapi (CST) er en gruppebaseret indsats, som er skræddersyet til mennesker med demens i let til moderat stadie. Det er en struktureret og evidensbaseret metode, som styrker de kognitive funktioner og øger livskvaliteten.

Metoden er skabt af ledende demensforskere i England og er i dag en international anerkendt metode. Mange kommuner i Danmark har taget metoden til sig som en del af den tidlige indsats til mennesker med demens.

En CST-gruppe består af seks til otte deltagere, som mødes fast to gange om ugen i syv uger under ledelse af en CST-gruppeleder. Metoden omfatter et bredt spektrum af forskellige aktiviteter og temaer, som sigter mod at stimulere tænkning, koncentration, hukommelse, sprog m.v.

## Målgruppe

Demenskoordinatorer, ergoterapeuter, fysioterapeuter, psykologer, pædagoger, aktivitetsmedarbejdere, som har erfaring med gruppeaktiviteter for mennesker med demens i let til moderat stadie, fx i dagcentre, rådgivnings- og aktivitetscentre.

### Det får du ud af kurset:

- Du får viden og kompetencer til at kunne lede en CST-gruppe for mennesker med demens.
- Du bliver introduceret til CST-metoden og dens baggrund.
- Du får mulighed for at reflektere og øve dig sammen med de andre kursister, så du føler dig godt klædt på til at være gruppeleder for en CST-gruppe på din arbejdsplads.

Kurset tager udgangspunkt i den danske CST-manual, som er udarbejdet af VIA University College. Manualen vil blive udleveret på kursusdagen som en del af kursusmaterialet.

Kort tid efter kurset inviteres du til et gratis opfølgende virtuelt møde med hele kursusholdet, hvor du har mulighed for at erfaringsudveksle og sparre med underviseren og de andre kursister om opstart af CST. Derudover tilbyder vi dig et gratis medlemskab i vores landsdækkende netværk for CST- gruppeledere.

## Program

Mødeledere	Karen Tannebæk, uddannelsesleder, og Ulla Vidkjær Fejerskov, uddannelseskonsulent, Nationalt Videnscenter for Demens
09.00-09.30	Registrering, kaffe og morgenbrød
09.30-09.45	<b>Velkomst:</b> Præsentation og introduktion til dagens program
09.45-10.45	<b>Introduktion til Kognitiv stimulationsterapi:</b> Baggrund, design og evidens for metoden
10.45-11.00	Pause
11.00-12.30	<b>Kognitiv stimulationsterapi – principper og indhold:</b> Præsentation af 18 nøgleprincipper i CST og indholdet i de 14 CST-sessioner
12.30-13.30	Frokost
13.30-13.50	<b>Kognitiv stimulationsterapi – andre CST-former:</b> Præsentation af vedligeholdende CST og erfaringer med CST på Zoom
13.50-15.00	<b>Øvelser i at være gruppeleder:</b> Afprøvning, refleksion og feedback på at være gruppeleder for udvalgte CST-sessioner
15.00-15.15	Pause
15.15-15.50	<b>Implementering af Kognitiv stimulationsterapi i egen praksis:</b> Opsamling på øvelsen med at være gruppeleder. Refleksion og plan for, hvordan man vil køre sin egen CST-gruppe
15.50-16.00	<b>Afslutning</b>

PROGRAM

### Kognitiv stimulationsterapi (CST) – København



[Hent programmet her](#)

---

**Ulla Vidkjær Fejerskov**

Uddannelseskonsulent



Ulla Vidkjær Fejerskov er uddannelseskonsulent ved Nationalt Videnscenter for Demens. Hun er uddannet ergoterapeut, har en diplomuddannelse i demens (SocD) og en Master i Voksnes Læring og Kompetenceudvikling. Som underviser har Ulla Vidkjær Fejerskov særlig interesse for meningsfulde aktiviteter til mennesker med demens og støtte til pårørende. Ulla har tidligere arbejdet som demenskoordinator og udviklingskonsulent i kommunalt regi. Ulla er certificeret og godkendt som international CST-underviser af Dr. Aimee Spector, University College London.

---

**Karen Tannebæk**

Uddannelsesleder



Karen Tannebæk er uddannelsesleder ved Nationalt Videnscenter for Demens. Hun er specialergoterapeut i gerontologi og har læst diplomuddannelse i demens (SocD). Karen Tannebæk har tidligere arbejdet som demensfaglig leder i en kommune, har mangeårig undervisningserfaring og erfaring med grupper og aktiviteter for mennesker med demens. Hun er certificeret og godkendt som international CST-underviser af Dr. Aimee Spector, University College London.

---

Oprettet: 29. november 2024