

# Kognitiv Stimulationsterapi (CST) – hjemkøbskursus

Vil I også gerne i gang med Kognitiv Stimulationsterapi (CST) til mennesker med demens i jeres kommune? Så kan I hjemkøbe vores en-dags-kursus, som vi afholder på jeres arbejdsplads.

I Danmark ses stor interesse for Kognitiv Stimulationsterapi (CST). Metoden er udviklet i England, og forskning viser, at den har positiv effekt på både det kognitive funktionsniveau og oplevelsen af øget livskvalitet hos mennesker med let til moderat demens.

CST foregår ved, at mennesker med demens i let til moderat grad mødes i en gruppe på seks-otte deltagere 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 og sprog. CST har vist sig at være omkostningseffektiv og nem at implementere, da den bygger på kendte psykosociale metoder.

Et hjemkøbskursus i CST består af teoretisk viden om CST-metoden og praksisøvelser, så I føler jer godt klædt på til at opstarte CST i jeres kommune.

## Målgruppe

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

## Hvad får I ud af denne kursusdag?

- Viden om CST-metoden og dens baggrund.
- Kompetencer til at kunne lede en CST-gruppe for mennesker med demens.

Kurset tager udgangspunkt i den danske CST-manual, som er udarbejdet af VIA University College.

Ca. en måned efter kurset tilbyder vi et opfølgende virtuelt møde, hvor I har mulighed for at drøfte med underviseren og hinanden, hvordan det er gået med opstart af CST, og få sparring på eventuelle udfordringer i processen. Derudover tilbyder vi jer et gratis medlemskab i vores landsdækkende netværk for CST- gruppeledere.

---

### 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 Competenceudvikling. 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.

---

## Deltagerantal

Der kan max. være 25 på holdet.

## Kursusform

Kurset tilrettelægges som et en-dags-kursus.

## Kontakt

Ønsker du information om kurset, beregning af pris mm., er du velkommen til at kontakte os på [vide@regionh.dk](mailto:vide@regionh.dk) eller tlf. 3545 6922.

KURSUSBESKRIVELSE

### Kognitiv Stimulationsterapi (CST)



[Hent kursusbeskrivelsen her](#)

Senest opdateret: 30. april 2024