

# Idébank til Vedligeholdende CST – inspiration til aktiviteter og materialer

Her kan du finde inspiration til aktiviteter og materialer til afholdelse af de 24 CST-sessioner i vedligeholdelsesprogrammet. Inspirationen stammer fra medlemmer af vores landsdækkende netværk for CST-gruppeledere.

Indholdet på de følgende sider skal ses som et supplement til CST-manualen og vil løbende blive opdateret, når medlemmerne har nyt materiale, som de ønsker at dele.

Det vedligeholdende CST-forløb genbruger og udvider nogle af sessionerne fra de 14 CST-sessioner i grundprogrammet (blå) og supplerer med syv nye sessioner (grøn).

## Sessionerne i Vedligeholdende CST:

1: Mit liv (barndom)	2: Aktuelt	3: Mad	4: At være kreativ	5: Tal-grublerier	6: Gruppespil/quiz
7: Lyd	8: Fysisk udfoldelse	9: Ordne ting i kategorier	10: Husholdningseffekter	11: Tips og gode råd (til husholdningen)	12: Tænk kort
13: Reklameslogans	14: Samtale om kunst	15: Ansigter og scenerier	16: Ordlege	17: Mad	18: Ordspil
19: Orientering	20: Brug af penge	21: Ordlege	22: Husholdningseffekter	23: Mit liv (arbejde)	24: Tips og gode råd (sundhed)

I det følgende finder du inspiration til aktiviteter og materialer til de supplerende sessioner i Vedligeholdende CST.



## Session 10 og 22: Husholdningseffekter

[Få inspiration her](#)



## Session 11: Tips og gode råd til husholdningen

[Få inspiration her](#)



## Session 12: Tænkekort

[Få inspiration her](#)



## Session 13: Reklameslogans

[Få inspiration her](#)



## Session 14: Samtaler om kunst

[Få inspiration her](#)



## Session 24: Tips og gode råd til sundhed

[Få inspiration her](#)

Senest opdateret: 17. juli 2024