

# Kognitiv Stimulationsterapi (CST)

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 ude 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 udfordringerne i processen. Derudover tilbyder vi jer et gratis medlemskab i vores landsdækkende netværk for CST-gruppeledere.

## Undervisere

Karen Tannebæk, certificeret international CST-træner ved Dr. Aimee Spector, London, og uddannelsesleder, Nationalt Videnscenter for Demens.

Ulla Vidkjær Fejerskov, certificeret international CST-træner ved Dr. Aimee Spector, London, og uddannelseskonsulent, Nationalt Videnscenter for Demens

## Deltagerantal

Der kan max. være 25 på holdet.

## Kursusform

Kurset tilrettelægges som et en-dags-kursus.

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

Læs mere om vores kurser til hjemkøb på [www.videnscenterfordemens.dk/kurser-til-hjemkoeb](http://www.videnscenterfordemens.dk/kurser-til-hjemkoeb)