

Invitasjon til

Dagskurs for å bli gruppeleder i

# Kognitiv stimuleringsterapi (KST) for personer med demens

Onsdag 20. november 2024  
Kl. 0830-1500



Digitalt over Teams

Kognitiv stimuleringsterapi (KST) er en evidensbasert gruppeintervensjon utviklet i Storbritannia for å bedre kognitiv funksjon og livskvalitet hos personer med mild til moderat grad av demens. KST tilbyr hjernetrim på en systematisk måte, og inneholder ulike aktiviteter som tall-oppgaver, ordleker, kreative oppgaver, resonneringsoppgaver og spill.

Nasjonalt faglig retningslinje om demens anbefaler KST og i kapittel 8 står det følgende: «Sosialt samvær med kognitiv stimulering som innebærer å engasjere personer med demens ved hjelp av aktiviteter og diskusjon i gruppe...» (Helsedirektoratet, 2020).

Kognitiv stimuleringsterapi kan organiseres i regi av kommunal helsetjeneste eller ved poliklinikker og kan tilbys for hjemmeboende personer med demens ved dagaktivitetssentra, i omsorgsboliger eller på sykehjem. Det er anbefalt å ha 4-8 faste gruppedeltakere med to gruppeledere.

### Manualene

Det er oversatt manualer til norsk som inneholder oppskrifter på varierte og stimulerende aktiviteter og beskrivelse av nøkkelp prinsipper i KST. I dette dagskurset som er i regi av Nasjonalt senter for aldring og helse, er manualen Å gjøre en forskjell 2 en del av kursmaterialet.

### Praktisk informasjon

Aldring og helse anbefaler at minst to fra hver arbeidsplass deltar på kurset som består av teori, praktiske øvelser og refleksjon, slik at det blir praktisk mulig å starte opp en gruppe straks etter kursdeltakelsen.

De som har gjennomført kurset får tilgang til materiell som kan lastes ned fra en egen nettside. Deltakerne får også invitasjon til å delta i et tverrfaglig nettverk for gruppeledere i kognitiv stimuleringsterapi.

### **Læringsform**

Dagkurs á 6,5 timer. Kurset inneholder teori, praktiske øvelser og refleksjon.

### **Fagområder**

Demens

### **Kompetanse**

Kurset søkes godkjent for spesialitetene i klinisk sykepleie. Andre faggrupper må selv sørge for å søke godkjenning etter gjennomgått kurs

**Pris** 2800,- kr inkludert kursmateriell

**Ansvarlig:** Nasjonalt senter for aldring og helse. Kontaktperson Rita Weum

**Påmelding innen 10.november 2024**

[Nettpåmelding](#)