

PROGRAM

Store Praksisdag

2026



Forandring

På vej mod almen praksis
i en ny struktur



PRAKTISERENDE
LÆGERS
ORGANISATION



REGION
SJÆLLAND

- vi er til for dig



Kvalitet i almen praksis

Store Praksisdag

Fredag d. 8. maj – Lørdag d. 9. maj 2026

2026

Sørup Herregaard, Sørupvej 26, 4100 Ringsted

Så er vi klar med et spændende program til årets Store Praksisdag for dig, som er praktiserende læge i Region Sjælland.

Kvalitets- og Efteruddannelsesudvalget har fornøjelsen at invitere dig til Store Praksisdag 2026, som holdes den 8.-9. maj på Sørup Herregaard ved Ringsted.

Årets tema er "Forandring". Her sætter vi fokus på arbejdslivets forandring, når almen praksis bevæger sig ind i en ny struktur med ny region og nye teknologier, og på livets og kroppens forandringer, som vi møder dem i klinikken og i egne liv. Vi har nyt om forskning og behandling samt nogle spændende workshops med forskellige faglige og praksisnære emner.

Programmet for de to dage veksler mellem oplæg fra konferencens hovedtalere, DOC-talks med mulighed for debat samt workshops.

Fredag kan du vælge mellem hovedtemaet og en temadag om køb, etablering og organisering af egen praksis.

Begge dage får du rig mulighed for at netværke, videndele og være social sammen med dine kollegaer.

Fredag inden middagen har du tid til at netværke med dine kollegaer i hyggelige rammer i vores mingelounge.

Efter festmiddag og prisuddeling afslutter vi fredagen med social hygge og dans, når DJ'en spiller op med god musik.

Vel mødt til Store Praksisdag. Vi glæder os til endnu nogle spændende dage sammen med dig.

På vegne af Kvalitets- og Efteruddannelsesudvalget for almen praksis i Region Sjælland.



Kristine Binzer
PLO-S, formand KEU



Kitten Weber
Lægefaglig enhedschef
for Det Nære Sundheds-
væsen, Region Sjælland,
formand KEU

Program

2026

Fredag d. 8. maj

Kl. 12:45	Ankomst
Kl. 13:00 – 16:45	Temadag – side 8 Fra drøm til praksis – En eftermiddag i almen medicin
Kl. 13:00	Velkomst: Hovedspor "Forandring"
Kl. 13:05 – 13:45	Keynote At navigere i forandringer – hvorfor kan det være svært?
Kl. 13:45 – 14:15	Pause 1
Kl. 14:15 – 15:15	DOC-talks DOC-talk 1: Fremtidens teknologier i almen praksis DOC-talk 2: Forandring i ledelse - Er det så svært at lede generation Z?
Kl. 15:15 – 15:45	Pause 2
Kl. 15:45 – 16:45	DOC-talks fortsat DOC-talk 3: Kvindens forandring – menopausen DOC-talk 4: Mandens forandring – andropausen
Kl. 16:45 – 17:15	Pause 3
Kl. 17:15 – 18:15	Keynote Når livet forandrer sig – en samtale mellem Svend Brinkmann og Mads Davidsen
Kl. 18:30 – 19:30	Minglelounge
Kl. 20:00 –	Middag

Vælg mellem hovedspor "Forandring" og temadag "Fra drøm til praksis"

Lørdag d. 9. maj

Fra Kl. 7:00	Morgenmad i restauranten
Kl. 9:00 – 9:15	Morgensang samt lidt praktiske informationer
Kl. 9:15 – 10:15	Keynote Mødet med forandringer – at gå vishedens eller nysgerrighedens vej
Kl. 10:15 – 10:30	Pause
Kl. 10:30 – 12:00	Workshops – vælg, hvilken du vil deltage i Workshop 1: Den mandlige overgangsalder – andropausen Workshop 2: Den kvindelige overgangsalder – menopausen Workshop 3: At navigere i forandringer – Hvad gør jeg Workshop 4: Kom godt i gang med AI
Kl. 12:00	Frokost – Grab and go



Store Praksisdag – Forandring

Fredag d. 8. maj

Kl. 12:45

Ankomst

Kl. 13:00

ELLER

Velkomst

Samtidig

Temadag – side 8

Kl. 13:05 – 13:45

Keynote



Hvorfor vores hjerne
ofte har svært
ved at håndtere
forandringer, og
hvorfor modstand er
en naturlig reaktion

At navigere i forandringer – hvorfor kan det være svært?

Forandringer kan være udfordrende, fordi de skaber usikkerhed om fremtiden og bryder med vores behov for vaner, tryghed og stabile rammer. Samtidig stiller nye tider og nye arbejdsgange store krav til os – både som læger og som ledere. Det kan føles krævende at skulle tilpasse sig, når hverdagen i forvejen er presset.

Mennesker reagerer forskelligt på forandringer. Nogle ser mulighederne og tager imod med entusiasme, mens andre forholder sig mere skeptisk og forsigtigt. Den forskel kan skabe spændinger i samarbejdet og gøre omstillingen endnu sværere.

I denne samtale dykker vi ned i forskningen bag, hvorfor vores hjerne ofte har svært ved at håndtere forandringer, og hvorfor modstand er en naturlig reaktion. Samtidig får du konkrete redskaber til at træne din hjerne til at se muligheder frem for begrænsninger. Du får inspiration til at forstå, hvad der skal til for at komme godt igennem det nye – med mere ro, overskud og styrket arbejdsglæde.

Oplægsholder: Sagar Constantin, foredragsholder og underviser i forandring, ledelse og kommunikation

Sessionsleder: Rune Ahrensberg, praktiserende læge og kvalitets- og efteruddannelseskonsulent i KAP-S

Kl. 13:45 – 14:15

Pause 1

DOC-talk 1: Fremtidens teknologier i almen praksis

De digitale værktøjer skal give mere tid og give bedre og hurtigere resultater. **Men gør de det?**

Den teknologiske udvikling, herunder AI, går virkelig hurtigt, og vi må forvente, at almen praksis vil blive markant forandret. Flere steder bliver der allerede anvendt digitale værktøjer med kunstig intelligens, og flere er på vej. De digitale værktøjer skal give mere tid og give bedre og hurtigere resultater. Men gør de det? Og hvad med databeskyttelse? Risikerer vi at tabe ejerskab i det, vi laver, og kan vi miste den menneskelige vurdering?

I PLO's Digitaliseringsudvalg arbejder man med at få tilpasset og formet nogle af disse løsninger, så det på en patientsikker måde kan give lægen en nemmere hverdag.

Niels Ulrich Holm er medlem af Digitaliseringsudvalget og giver i denne talk sit bud på teknologier, der vil sætte præg på vores hverdag i den nære fremtid.

Oplægsholder: Niels Ulrich Holm, praktiserende læge og næstformand i PLO, medlem af PLO's Digitaliseringsudvalg

Sessionsleder: Rune Ahrensberg, praktiserende læge og kvalitets- og efteruddannelseskonsulent i KAP-S

DOC-talk 2: Forandring i ledelse – Er det så svært at lede generation Z?

De stiller høje krav til balance mellem arbejde og privatliv og er mindre tilbøjelige til at acceptere et "**sådan er det bare**"-svar.

Generation Z træder ind på arbejdsmarkedet med andre forventninger til ledelse end tidligere generationer. De forventer ofte tæt sparring, feedback og synlig ledelse. De vil ikke bare have en chef, men en coach eller en mentor.

De stiller høje krav til balance mellem arbejde og privatliv og er mindre tilbøjelige til at acceptere et "sådan er det bare"-svar. Samtidig udfordrer de autoriteter og stiller spørgsmålstegn ved procedurer og traditioner.

Så hvordan kan vi møde og lede disse nye medarbejdere? Hvordan får vi det bedste ud af deres kompetencer? Kompetencer, som måske i højere grad end lederens, afspejler fremtidens virkelighed...

Oplægsholder: Betina Liliendal, ledelses- og HR-rådgiver, forfatter, foredragsholder

Sessionsleder: Rune Ahrensberg, praktiserende læge og kvalitets- og efteruddannelseskonsulent i KAP-S

DOC-talk 3: Kvindens forandring – menopausen

Hvilke gener kan vi med sikkerhed knytte til overgangsalderen, og **hvor meget skyldes andre faktorer** som livsstil, alder og samtidens forståelsesrammer?

Den kvindelige overgangsalder er et biologisk faktum – men hvad fortæller forskningen egentlig om sammenhængen mellem hormonelle forandringer og de symptomer, kvinder oplever? Vi ser lige nu mange, som søger hjælp til at behandle gener, de tilskriver overgangsalderen. Men hvilke gener kan vi med sikkerhed knytte til overgangsalderen, og hvor meget skyldes andre faktorer som livsstil, alder og samtidens forståelsesrammer?

Til denne session får vi besøg af praktiserende gynækolog Stine Fürst.

Oplægsholder: Stine Fürst, speciallæge i gynækologi og obstetrik

Sessionsleder: Rune Ahrensberg, praktiserende læge og kvalitets- og efteruddannelseskonsulent i KAP-S

DOC-talk 4: Mandens forandring – andropausen

Er lavt testosteron den nye "**lav D-vitamin**"?

Findes mandens overgangsalder – eller er *andropausen* bare tidens nye forklaring på gamle symptomer? Mange mænd søger i dag svar i deres testosteronniveau, men som læger genkender vi billedet: symptomerne er velkendte, men forklaringsmodellerne skifter med tidens tendenser. Er lavt testosteron den nye "lav D-vitamin" – eller er der en reel mandlig overgangsalder?

Vi får besøg af overlæge, ph.d. Niels Jørgensen fra Center for Vækst og Reproduktion på Rigshospitalet, og han vil føre os ind i, hvilken forskning der ligger på dette spændende område.

Oplægsholder: Niels Jørgensen, overlæge, ph.d., Center for Vækst og Reproduktion, Rigshospitalet

Sessionsleder: Rune Ahrensberg, praktiserende læge og kvalitets- og efteruddannelseskonsulent i KAP-S

Fra drøm til praksis – En eftermiddag i almen medicin

Er du i gang med at realisere dine drømme om at eje en praksis, eller står du over for beslutninger, der kan forme din karriere? Dette eftermiddagsprogram er skabt til dig, der ønsker at få indsigt i de mange facetter af livet som praksisejer.

Vi inviterer både uddannelseslæger og erfarne læger, der ønsker at udvide deres horisont, til en inspirerende eftermiddag fyldt med viden og erfaringsudveksling. Vi har samlet en række eksperter og praktiserende læger, der vil dele deres rejse og viden om at navigere i almen praksis.

Programmet byder på følgende spændende indlæg:

- En rejse mod praksisejerskab v. Andreas Heltberg
- Muligheder for at købe praksis v. regionalt praksisteam & advokat Michael Fuchs fra MFULAW
- Effektiv praksisdrift i hverdagen v. statsautoriseret revisor Anders Lund fra Ecomentor.
- Refleksioner fra praksis v. praktiserende læge Lise Ekholt

Kom, og få en dybere forståelse af, hvad det kræver at lykkes som praksisejer, og hvordan du kan skabe en praksis, der harmonerer med dine livsmål og værdier. Vi ser frem til at dele denne rejse med dig!

Sessionsleder: Eva Bonde Jacobsen, speciallæge i almen medicin og konsulent i praksisudvikling, organisation og ledelse (POL) i KAP-S

Vi inviterer både uddannelseslæger og erfarne læger, der ønsker at udvide deres horisont, til **en inspirerende eftermiddag fyldt med viden og erfaringsudveksling.**

Når livet forandrer sig – en samtale mellem Svend Brinkmann og Mads Davidsen

Kroppen forandrer sig. Livet forandrer sig. Nogle gange i retninger, vi ikke selv har valgt. Vores personlige fortælling kan få skår og revner – og nogle gange knuses den.

Måske kommer forandringen langsomt og uopdaget snigende og sætter sig i kroppen som ubehag, træthed, uro, dårlig søvn og en følelse af at være blevet en anden.

Mange søger forklaringer i det fysiologiske: Jeg må mangle noget. Det må være perimenopausen, lav testosteron. Det må kunne måles, diagnosticeres og korrigeres.

Men hvad er det, vi egentlig søger, når vi længes efter en forklaring? Hvorfor kan det opleves nemmere at få en diagnose end at erkende, at man har tabt sig selv og er faret vild i livet?

I denne samtale mødes psykolog Svend Brinkmann og biskop Mads Davidsen for at undersøge, hvad der ligger bag menneskets mistrivsel, når livet og kroppen ændrer sig. Svend Brinkmann ser på de psykologiske og kulturelle aspekter, hvordan forandring kan sætte sig som symptomer, og hvilke kulturelle mekanismer der fodrer vores higen efter diagnosen som forklaring. Mads Davidsen åbner for det eksistentielle og åndelige perspektiv – måske handler vores længsel ikke kun om hormoner, men om mening, tab og tilknytning.

Så når vi søger hjælp til at reparere vores brudte fortælling, bør vi så i højere grad opsøge præsten? Og kunne det ubehag, vi mærker og søger forklaret som sygdom, i virkeligheden nogle gange være sindet, der stille inviterer til forandring, fællesskab – og trøst?

Oplægsholdere: Mads Davidsen, biskop i Fyens Stift, Svend Brinkmann, ph. d., professor i psykologi, Aalborg Universitet, forfatter, radiovært

Sessionsleder: Rune Ahrensberg, praktiserende læge og kvalitets- og efteruddannelseskonsulent i KAP-S

Foto: Afd. Jørgensma



Kl. 18:30 – 19:30

Minglelounge

Styrk dit regionale faglige netværk på vej ind i den nye store region.

Vi sørger for rammerne og serverer en snack og et glas bobler, mens I kan få en snak om, hvordan I tager faglige interesser og fællesskaber med jer fra de lokale og nuværende regionale rammer til Region Østjylland og de nye sundhedsråd.

Posterwalk

Begge dage vil der i pauserne være mulighed for en posterwalk, hvor du kan høre om forskningsprojekter i almen praksis i Region Sjælland.

Hvis du har et forskningsprojekt, du gerne vil præsentere med en poster på Store Praksisdag, kan du registrere din poster under tilmeldingen til Store Praksisdag.

Stand

Fredag kan du i pauserne besøge vores standområde med forskellige spændende stande

Kl. 20:00 –

Middag

Overrækkelse af Poul Brix Prisen Musik og dans



Lørdag d. 9. maj

FRA KL. 7:00

Morgenmad i restauranten

KL. 9:00 – 9:15

Morgensang samt lidt praktiske informationer

KL. 9:15 – 10:15

Keynote

Nysgerrighed er afgørende for kommunikation, samarbejde, udvikling og for at komme gennem forandringer. **Alligevel vælger vi ofte visheden**, fordi den føles lettere



Mødet med forandringer – at gå vishedens eller nysgerrighedens vej

Hver dag står mennesker, grupper og organisationer over for et valg: at gå vishedens eller nysgerrighedens vej.

Nysgerrighed er afgørende for kommunikation, samarbejde, udvikling og for at komme gennem forandringer. Alligevel vælger vi ofte visheden, fordi den føles lettere – eller fordi vi har glemt nysgerrigheden. Forandringer er blevet en del af hverdagen, men vi er ikke bedre til at håndtere dem.

Fordi vi ikke er robotter, oplever vi forandringer forskelligt, og det udfordrer fællesskabet. Kommunikation, angst, usikkerhed og konflikter spiller ofte ind.

Er det nysgerrigheden, der kan forklare, hvorfor nogle er videre efter to sekunder, mens andre skal bruge to år på, hvad forandringer gør ved vores tanker og følelser, og hvordan vi anerkender hinandens forskellighed?

Hvordan skaber vi en fælles platform, der skaber et fælles sprog – så det ikke bliver forandringen, der forstærker forskelligheden, men håndteringen der styrker fællesskabet?

Og hvordan bevarer vi nysgerrigheden?

Oplægsholder: Tommy Krabbe, cand.mag., forfatter

Sessionsleder: Rune Ahrensberg, praktiserende læge og kvalitets- og efteruddannelseskonsulent i KAP-S

KL. 10:15 – 10:30

Pause

Workshop 1: Den mandlige overgangsalder – andropausen

Andropause – eller den mandlige overgangsalder – er et begreb, der både vækker nysgerrighed og debat. Mange mænd oplever med alderen symptomer som træthed, nedsat libido, humørsvingninger, søvnforstyrrelser og tab af muskelmasse, men hvornår er der egentlig tale om en klinisk tilstand, der kræver udredning og eventuel behandling? På denne workshop giver Jesper Bay-Hansen et nuanceret indblik i den nyeste viden om testosteronmangel og mandlig aldring. Vi drøfter diagnostiske udfordringer, behandlingsstrategier og etiske overvejelser – samt hvordan vi bedst møder patienternes forventninger og bekymringer i almen praksis.

Træthed,
nedsat libido,
humørsvingninger,
søvnforstyrrelser og
tab af muskelmasse

Underviser: Jesper Bay-Hansen, speciallæge i almen medicin, specialist i klinisk sexologi og parterapeut

Sessionsleder: Andreas Heltberg, praktiserende læge og kvalitets- og efteruddannelseskonsulent i KAP-S

Workshop 2: Den kvindelige overgangsalder – menopausen

I denne workshop arbejder vi videre med emnet fra gårsdagens doctor's talk om menopause og perimenopausale gener. Men nu skal vi ind i konsultationsrummet. For hvordan møder vi disse kvinder, og hvordan hjælper vi dem bedst med deres gener? Nogle skal selvfølgelig have hormonterapi, så hvordan styrer og kontrollerer vi disse behandlinger? Og hvad med dem, hvor det i virkeligheden handler om noget andet, hvor hormonerne ikke virker? Hvordan skal vi behandle dem?

Underviser: Stine Fürst, speciallæge i gynækologi og obstetrik

Sessionsleder: Betina Kornblit, praktiserende læge og kvalitetskonsulent i KAP-S

Nu skal vi ind i konsultationsrummet. For **hvordan møder vi disse kvinder**, og hvordan hjælper vi dem bedst med deres gener?

Workshop 3: At navigere i forandringer – Hvad gør jeg

I denne workshop vil vi arbejde videre med temaet fra keynoten med samme titel. Men nu vil vi bevæge os væk fra helikopteren og i stedet fokusere på hverdagen og egen praksis.

Vi vil arbejde konkret med de udfordringer, der er med forandringer i hverdagen, og vi vil træne redskaber til at se muligheder i stedet for begrænsninger. Så kom, og vær med. Her bliver der tid til inspiration og refleksion til at forstå, hvordan vi kommer gennem det nye.

Vi vil arbejde konkret med de udfordringer, der er med forandringer i hverdagen, og vi vil træne redskaber til at **se muligheder i stedet for begrænsninger.**

Underviser: Sagar Constantin, foredragsholder og underviser i forandring, ledelse og kommunikation

Sessionsleder: Rune Ahrensberg, praktiserende læge og kvalitets- og efteruddannelseskonsulent i KAP-S



Workshop 4: Kom godt i gang med AI

Hvornår og hvordan I lovligt kan benytte AI i patientbehandlingen, herunder **hvilke juridiske elementer I skal have styr på**

Formålet er at hjælpe jer trygt i gang med at anvende AI – først og fremmest til de administrative opgaver i hverdagen. Vi ønsker samtidig at vise, hvordan hele praksis kan få glæde af AI, så det ikke kun bliver et værktøj for lægen i konsultationen.

AI kan naturligvis ikke og skal ikke overtage alle opgaver i praksis. Men det kan være en støtte ved at løse nogle af de mere rutineprægede opgaver, så I får mere tid og overskud til at udøve jeres håndværk og kerneopgaven: mødet med patienterne.

Ydermere vil vi på workshoppen også tage en snak med konkrete eksempler på, hvornår og hvordan I lovligt kan benytte AI i patientbehandlingen, herunder hvilke juridiske elementer I skal have styr på.

På workshoppen får I:

- En introduktion til, hvordan AI kan bruges i hverdagen.
- Eksempler på praktiske anvendelser i hele praksis.
- En kort orientering fra PLO om det aktuelle arbejde med AI.
- Overblik over de juridiske rammer og krav, som er vigtige at kende, når I begynder at bruge AI.
- Klarhed over, hvornår man ligger inden for samt uden for lovgivningens rammer mht. brug af AI til patientdata.

Efter workshoppen vil KAP-S' datakonsulenter fungere som jeres sparingspartnere i hverdagen og hjælpe jer med at komme godt i gang med processen.

Bemærk: Workshoppen er målrettet praksis uden erfaring med AI og fokuserer på introduktion og opstart. Formålet er at give en tryk opstart for de praksis som endnu ikke har turdet begynde at bruge AI.

Underviser: Ola Theilgaard, praktiserende læge

Sessionsleder: Thomas Nielsen, datakonsulent i KAP-S

Kl. 12:00

Frokost – Grab and go

Målgruppe:

Praktiserende læger og uddannelseslæger i Region Sjælland.

Tid:

→ Fredag den 8. maj til lørdag den 9. maj 2026

Sted:

→ Sørup Herregaard, Sørupvej 26, 4100 Ringsted

Deltagergebyr:

- Praktiserende læger: 2.500 kr. + gebyr
- Standpersonale pr. person: 500 kr. + gebyr
- Uddannelseslæger: Ingen deltagerbetaling

Tilmeldingen er bindende, men kan videregives til en kollega.

Efteruddannelseshonorar:

Store Praksisdag er godkendt hos Efteruddannelsesfonden som selvvalgt efteruddannelse. Aktivitetsnummer udsendes efter arrangementet. Efter arrangementet kan du søge om refusion af deltagergebyr, efteruddannelseshonorar for 1 dag svarende til 4.000 kr. og op til 1.500 kr. til dækning af transportudgifter.

Læs mere om takster og tilskud på laeger.dk/foreninger/plo-efteruddannelse/tilskud-fra-fonden/se-takster-og-soeg-tilskud

Arrangør:

Store Praksisdag arrangeres og finansieres af Kvalitets- og Efteruddannelsesudvalget for almen praksis i Region Sjælland. Se mere på www.kap-s.dk

Tilmelding:

Du kan tilmelde dig på www.tilmeld.dk/storepraksisdag2026

Tilmeldingsfrist:

D. 8. april 2026

Kontakt:

Ved eventuelle spørgsmål til Store Praksisdag kan der rettes henvendelse til KAP-S sekretariatet Anja Jensen på telefon **9356 6670**

