

Fyssens hjørne hos CSM

Fysioterapeut hos CSM Øst, Lone Katballe, har hos Anew Sleep i København fået doneret 20 tyngdedyner til CSM Øst. Du har nu mulighed for at få vejledning hos Lone til hvordan denne dyne kan bruges samt det er muligt at låne den med hjem i 14 dage.

Lone har tidligere afprøvet tyngdedynerne med klienter tilknyttet CSM Midt Nord i Århus. Her blev givet tilbagemelding om stor gavnlig effekt af at have en tyngdedyne derhjemme.

Det handlede typisk om mere ro i løbet af dagen eller om aftenen i sofaen, forbedret evne til for eksempel at kunne blive siddende og se en film eller læse en bog samt få bedre søvn om natten.



**Fysioterapeut Lone, fortæller om tyngdedyner hos CSM
Mandag d. 18. september kl. 10.00-12.00**

Her kan du komme og høre mere om tyngdedyner og Lones erfaringer med dem. Der er plads til 6 deltagere – er du interesseret så meld dig til senest fredag d. 6. september på mail lok@csm-ost.dk

Hvis du ikke har mulighed for at komme mandag d. 18. september, men gerne vil høre mere eller afprøve en tyngdedyne så kan du booke en tid hos Lone ved at skrive en mail på: lok@csm-ost.dk

Hvis du booker en tid til afprøvning, skal du regne med at Instruktion og vejledning tager ca. 45 minutter. Det finder sted hos CSM på Frederiksberg.

Udlån sker efter først-til-mølle-princippet.

Stor tak til Anew Sleep for donationen af dynerne!