

INSTRUKS

Sovepuden kan bruges som enhver anden formskum-hovedpude i udslået tilstand.

Rygliggende trækker man sidefløjene op om ørerne som et U. Det medfører, at man får fornemmelsen af at lægge sig i en "hule".

Ved at lægge en sovepude op mod hovedgærdet, forstærkes stabiliteten ved brug i rygliggende position.

Liggende på det ene sidestykke trækker man manuelt den anden side af puden op om den øverste kind, som man lukker en bog.

Læg enten kinden midt på det nederste sidestykke, eller "fald ned i revnen" mellem sidestykke og midterstykke.

Træk puden godt ned mod skuldrene. Det vil hjælpe til at sovepuden bliver der, hvor den skal være.

Man skal i starten vænne sig til at en sovepude skal flyttes manuelt i løbet af natten, men efter kort tids brug gøres dette i søvne.

En sådan sovepude egner sig bedst, når der soves på ryggen eller siden. Den er ikke ideel til personer, der sover på maven.

Se evt. følgende: <https://caredesign.dk/shop/silent-embrace-sovepude-48c1.html>

YOU-TUBE-VIDEO: <https://www.youtube.com/watch?v=xocTNRVwO-c>