

Pyydä pääsyä työpaikalle

Pyydä jäsenyyttä omalla tililläsi, kun olet saanut työpaikan liittymislinkin. Työpaikan järjestelmänvalvojan on hyväksyttävä pyyntö ennen kuin saat pääsyn.

1

Tarkista työpaikka

Olet tässä: Liittymissivu näyttää työpaikan ja vahvistaa, että käytät varmennettua tiliä.

Toimi näin: Tarkista tiedot ja valitse Pyydä pääsyä.

PhysioWorkplace
Liity työpaikkaan

TYÖPAIKKA

Meadow Arc Rehab

Pyydä jäsenyyttä tililläsi

Työpaikan järjestelmänvalvoja näkee nimesi ja pyydetyn käyttöoikeuden, ja hänen on hyväksyttävä pyyntö ennen kuin saat pääsyn.

Vahvistettu tili

1

Pyydä pääsyä

Peruuta

QR-koodi tai linkki ei anna pääsyä itsestään.

Valmis, kun: Jäsenyyspyyntösi lähetetään työpaikalle.

2

Tarkista odottava pyyntö

Olet tässä: Tilivalikko näyttää työpaikan, jolle olet pyytänyt pääsyä.

Toimi näin: Tarkista, että tilana on Odottaa.

PhysioWorkplace
Kliininen työtila

Harjoitukset
Henkilökohtainen tili

Joining Browser Ph...
joining-physio-06067f...

TILIT JA TYÖPAIKAT

Henkilökohtainen tili
Henkilökohtaiset harjoitukset ja ohjelmat

2 Odottaa

Peruuta pyyntö

Meadow Arc Rehab
Työpaikka

+ Lisää harjoite

+ Lisää suodatin

Tyhjennä suodattimet

13 tulosta

Tuoliilta ylösnousu

Julkinen

Molemmin puolin tehtävä siirtyminen istumasta seisomaan ja takaisin tuoliilta siten, että jalkaterät pysyvät samassa asennossa ja käsivarret ovat ristissä rinnalla.

Tuoliilta ylösnousu

Lonkka

Polvi

Reisi

Yhdellä jalalla seisominen

Julkinen

Staatinen tasapainoharjoitus, jossa kehon paino on yhden jalan varassa toisen jalkaterän pysyessä irti lattiasta ja ylävartalon pysyessä suorana.

Yhden jalan tasapaino

Nilikka

Jalkaterä

Lonkka

Olkapään seinäliuku

Julkinen

Molemmin puolin tehtävä olkapääharjoitus, jossa kädet liukuvat ylöspäin seinää pitkin ylävartalon

Polven ojennus istuen

Julkinen

Istuen tehtävä toispuoleinen polven ojennusharjoitus, jossa oikea sääri nostetaan

Valmis, kun: Työpaikan tilana näkyy Odottaa, kunnes järjestelmänvalvoja tekee päätöksen.