

Knytt bilder til øvelsens posisjoner

Legg til posisjoner og velg et eget bilde for hver del av utførelsen.

1

Åpne øvelsen

Her er du: Din egen øvelse med opplastede bilder vises i biblioteket.

Slik gjør du: Åpne øvelsesdetaljene.

The screenshot shows the 'Øvelser' (Exercises) section of the PhysioWorkplace application. The left sidebar contains navigation links: 'Oversikt', 'Pasienter', 'Programmer', 'Øvelser' (highlighted), and 'Mine favoritter'. The main header shows the user 'Robin Ek' and the organization 'Meadow Arc Rehab'. The main content area is titled 'Søk og bygg øvelsesbiblioteket ditt' (Search and build your exercise library) and includes a search bar with the placeholder 'Søk tittel, tagger, kroppsområder eller instruksjoner'. Below the search bar are navigation arrows and buttons for 'Legg til filter', 'Fjern filtre', and 'Legg til øvelse'. The results section shows '14 resultater' and displays four exercise cards. The first card, 'Balanse ved vegg' (Balance against wall), is marked with a red '1' and a 'Privat' (Private) tag. The other three cards are 'Reise seg fra stol' (Get up from chair), 'Stå på ett ben' (Stand on one leg), and 'Vegg-glid for skulder' (Wall slide for shoulder). Each card includes an illustration, a title, a tag (e.g., 'Offentlig' for public), a description, and a list of body parts involved (e.g., 'Lår', 'Hofte', 'Kne' for the first exercise).

Ferdig når: Øvelsens utførelse og bilder vises.

2

Velg bilde for første posisjon

Her er du: Den første posisjonen er lagt til i utførelsen.

Slik gjør du: Åpne bildevelgeren og velg bildet for posisjon 1.

The screenshot displays the PhysioWorkplace interface. On the left is a sidebar with navigation options: Oversikt, Pasienter, Programmer, Øvelser (highlighted), and Mine favoritter. The main area is titled 'Øvelser' and 'Søk og bygg øvelsesbiblioteket ditt'. It features a search bar and a list of exercises. The first exercise, 'Balanse ved vegg', is selected and its details are shown on the right. The details include a description, tags, and a list of execution variants. The 'Standard' variant is selected, and the 'Start position' is highlighted with a red box and a red circle containing the number 2. A modal window for selecting an image is open, showing a gallery of images and a button to add a new image.

PhysioWorkplace
Klinisk arbeidsflate

Øvelser
Meadow Arc Rehab

Øvelser

Søk og bygg øvelsesbiblioteket ditt

Bla gjennom offentlige øvelser og finn private bibliotekoppføringer.

Søk tittel, tagger, kroppsområder eller instruksjoner

14 resultater

Balanse ved vegg

Privat

Standard

Stå nær vegg, og arbeid rolig med jevn pust.

1 Start position

2

+ Legg til posisjon

Mine bilder

Ingen bilde

+ Variant

Bidra til PhysioWorkplace

Status: Utkast

Vil du foreslå øvelse gjennomgang. De

Ferdig når: Bildet vises ved den første posisjonen.

3

Velg bilde for andre posisjon

Her er du: Utførelsen inneholder nå to posisjoner.

Slik gjør du: Åpne bildevelgeren for posisjon 2 og velg et annet bilde.

The screenshot shows the PhysioWorkplace interface. On the left is a sidebar with navigation options: Oversikt, Pasienter, Programmer, Øvelser (selected), and Mine favoritter. The main area is titled 'Øvelser' and 'Søk og bygg øvelsesbiblioteket ditt'. It contains a search bar and a list of 14 results. Two exercise cards are visible: 'Balanse ved vegg' (marked as Privat) and 'Stå på ett ben' (marked as Offentlig). On the right, a detailed view of the 'Balanse ved vegg' exercise is shown, including a description, tags, and execution variants. A red box highlights the 'End position' image selection area, which includes a thumbnail of the exercise and a button labeled 'Ingen bilde'.

Ferdig når: Hver posisjon viser sitt eget valgte bilde.

4

Bytt bildet for én posisjon

Her er du: Begge posisjonene har hvert sitt bilde.

Slik gjør du: Åpne bildevelgeren for posisjon 1 og last opp et erstatningsbilde.

The screenshot displays the PhysioWorkplace interface. On the left is a sidebar with navigation options: Oversikt, Pasienter, Programmer, **Øvelser** (selected), and Mine favoritter. The main area shows the 'Øvelser' section for 'Meadow Arc Rehab'. It includes a search bar with the text 'Søk tittel, tagger, kroppsområder eller instruksjoner' and 14 results. Two exercise cards are visible: 'Balanse ved vegg' (marked 'Privat') and 'Stå på ett ben' (marked 'Offentlig'). The right panel shows the detailed view of the 'Balanse ved vegg' exercise. It includes a description field, a 'Tagger og kroppsområder' section with a '+ Tagg' button, and an 'Utførelsesvarianter' section. Under 'Utførelsesvarianter', the 'Standard' variant is selected, showing instructions: 'Stå nær vegg, og arbeid rolig med jevn pust.' Below this, there are two numbered steps: '1 Start position' and '2 End position'. The 'Start position' step has a red box with a '4' indicating the image to be replaced. A 'Mine bilder' section shows two image thumbnails. At the bottom, there are buttons for '+ Legg til posisjon', '+ Variant', and 'Bidra til PhysioWorkplace'.

Ferdig når: Bare bildet for posisjon 1 endres.