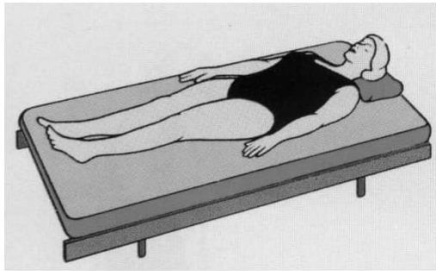
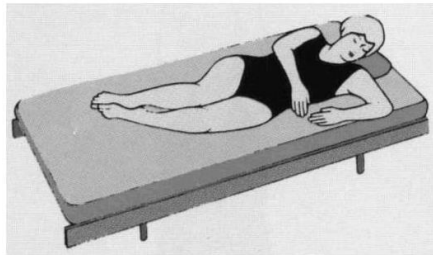


Zasady obowiązujące przy zmianie pozycji

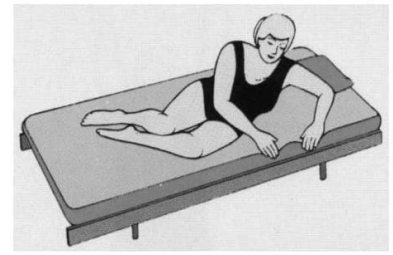
Zmiana pozycji z leżącej na siedzącą



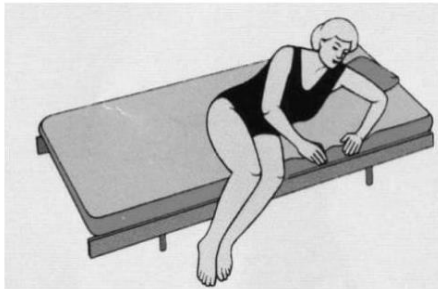
1. Połóż się na wznak



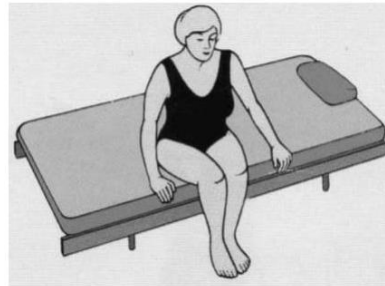
2. Połóż się na boku



3. Unieś ciężar ciała na raminach i dłoniach



4. Opuść nogi



5. Przejdź do siadu

Zmiana pozycji z siedzącą na stojącą



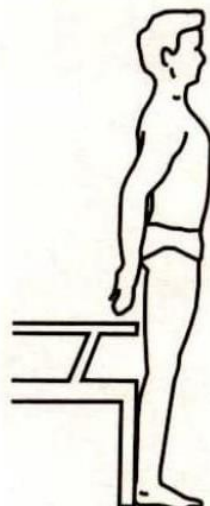
1. Usiądź na krzesło



2. Przesuń stopy do krzesła z wysokim oparciem



3. Unieś się na długość wyciągniętych ramion



4. Przejdź do prawidłowej postawy