

Balansera med mera Lindy Clemson, Megan Swann-Williams



Ladda ner PDF

En handbok om hur du undviker fallolyckor. Varje år faller tiotusentals personer så illa att de måste uppsöka sjukvård, av dessa dör cirka 1000 som en följd av fallolycka. De flesta som ramlar är 65 år eller äldre. Balansera med mera ger inspiration, hopp och praktiska råd på hur du kan undvika fallolyckor i ditt liv. Boken berör allt från fysisk miljö till hur du kan träna upp din balans så att du kan ta del av livet fullt ut. Den här boken riktar sig till dig som vill veta mer om hur du ska kunna förebygga en fallolycka. Boken är en handbok till hur du kan förebygga fall och du får praktisk information och en guide för att övervinna de utmaningar du kan stå inför.

Ladda ner gratis Balansera med mera gratis bok PDF Kindle

Forfattare: Lindy Clemson, Megan Swann-Williams

Antall sider: 148

ISBN: 9789187345180

Format: PDF

Filstorrelse: 12.58 Mb

Ladda ner på 15 sekunder