

NIE ŁAM SIĘ! – akcja zapobiegania złamaniom osteoporotycznym / DO NOT BREAK! Campaign

Polskie Towarzystwo Osteoartrologii wraz z Zakładem Chorób Kości i Stawów Instytutu Fizjoterapii Collegium Medicum UJ rozpoczęło akcję „NIE ŁAM SIĘ!”, mającą na celu zapobieganie złamaniom osteoporotycznym.

Nordic walking: zajęcia- instrukcje- treningi

W dziale znajdują się następujące pliki informacyjne do pobrania dla lekarzy i pacjentów:

- UPADEK
- PO ZŁAMANIU
- SPACERUJ
- NORDIC WALKING
- TAI-CHI

Kraków: Centrum Nordic Walking [link](#)

Polska: Fundacja Aktywni [link](#)

[Upadki – ulotkaDownload](#)

[Po złamaniu – ulotkaDownload](#)

[Tai chi – ulotka dla pacjentówDownload](#)

[Tai chi – ulotka dla lekarzyDownload](#)

[Nordic Walking – ulotka dla pacjentówDownload](#)

[Nordic Walking – ulotka dla lekarzyDownload](#)

[List intencyjny – NIE ŁAM SIĘ !Download](#)