

Aktywność fizyczna przez całe życie



Skontaktuj się z fizjoterapeutą – wykwalifikowanym ekspertem w dziedzinie ruchu i ćwiczeń. Wszyscy zdrowi dorośli muszą być aktywni fizycznie. Jednak aż około 26% dorosłych osób, od 18 roku życia i starszych, nie jest wystarczająco aktywnych. Aktywność fizyczna i ćwiczenia pomagają każdemu prowadzić szczęśliwe i zdrowe życie.

Fizjoterapeuci proponują pacjentom sposoby zwiększające siłę i mobilność. Poprzez porady i programy ćwiczeń wspierają osoby w każdym wieku w celu osiągnięcia przez nie celów dostosowanych do ich potrzeb i możliwości.

#worldptday



Movement for Health
World Physical Therapy Day



POLSKIE TOWARZYSTWO
FIZJOTERAPII



World Confederation
for Physical Therapy

www.wcpt.org