



# World PT Day 2022

## Kan ik bewegen met osteoartritis?

Beweging is geschikt voor **ALLE** mensen met osteoartritis, ongeacht leeftijd, ernst van de symptomen of niveau van invaliditeit

Het moet omvatten:



lokale  
spierversterking



normale  
beweegpatronen



beweging van  
de gewrichten



algemene  
fysieke activiteit

Spreek je kinesitherapeut aan over een bewegingsprogramma dat aan jouw noden beantwoordt, om te verzekeren dat de oefeningen haalbaar en veilig zijn



World  
Physiotherapy

**#worldptday**