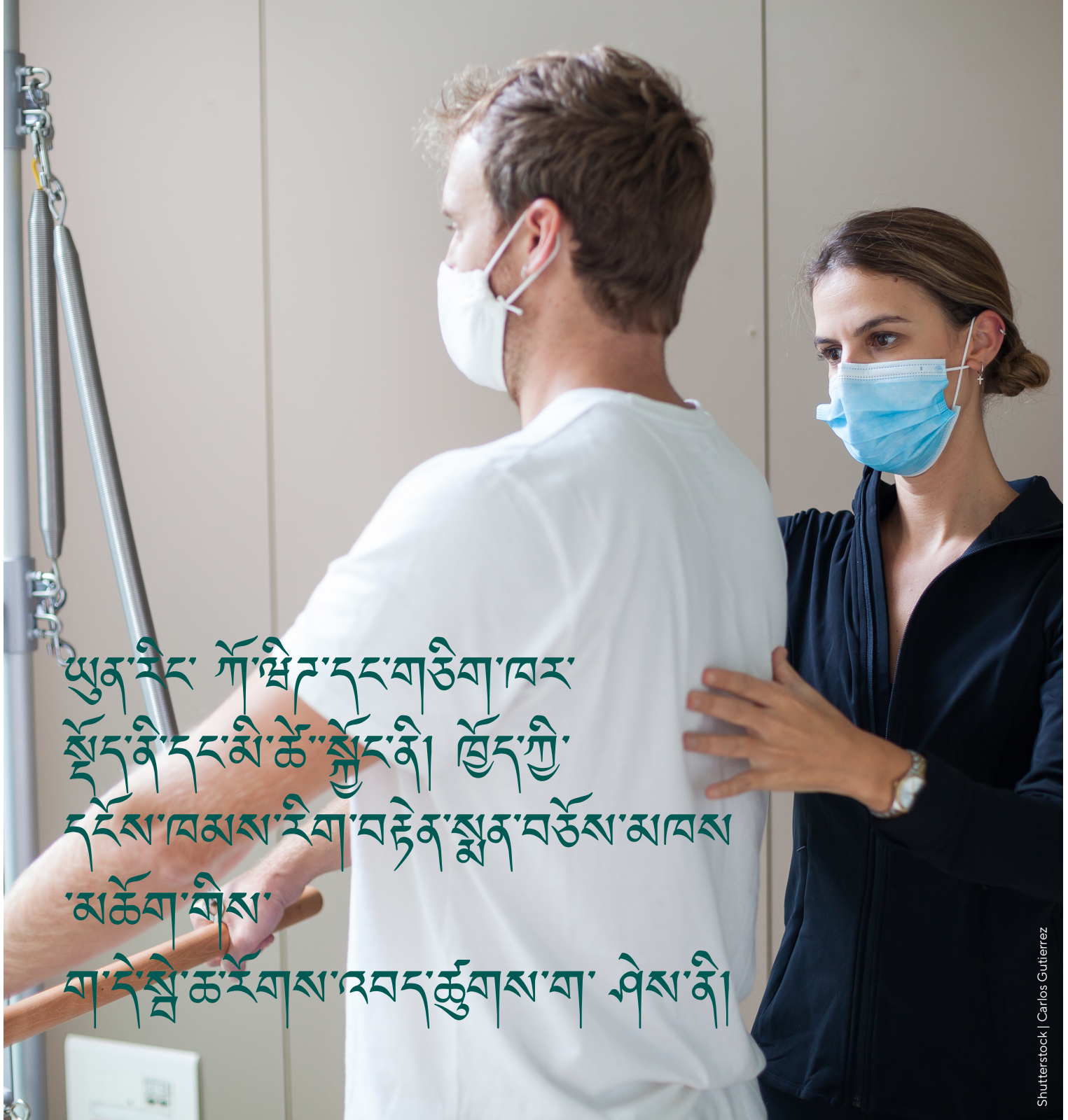
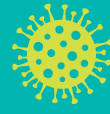


ཡུན་རིང་ ཀོ་ལྷེ་ཏ་དང་ མི་ཚོ་ཉམས་པ་གསོ།



World
PT Day
2021



ཡུན་རིང་ ཀོ་ལྷེ་ཏ་དང་གཅིག་ཁར་
སྤོང་ནི་དང་མི་ཚོ་སྦྱོང་ནི། ལྷོད་ཀྱི་
དངོས་ཁམས་རིག་བརྟེན་སྤྲོད་བཅོས་མཁུངས་
'མཚོག་གིས་'
ག་དེ་སྤྱོད་ཆ་རོགས་འབད་ཚུགས་ག་ །ཤེས་ནི།

Shutterstock | Carlos Gutierrez

ཡུན་རིང་ཀོ་ལྷེ་ཏ་གི་ ལུས་སྦྱོང་སྤྲོད་ཡིག་འདི་ རྒྱུ་མཐུན་བཅོས་པ་ལུ་བཟུང་བཞུགས་ཏེ་ བཅར་བཞུགས་འབད་དགོ། ཉེན་ཁ་ ག་དེ་ཉེན་ཉེན་དང་ ལུས་སྦྱོང་ལས་རིམ་ཚུ་ བསྐྱར་གསོ་འབད་བཞུགས་མི་
དང་མི་འདོན་དུགས་ སྦྱོང་གིས་འབྲུམ་མ་བཞུགས་མི་ཅིག་ རེས་བཅུན་བཅོ་དགོ། མི་ཚོ་ཉམས་པ་གསོའི་སྤྲོད་བཅོས་ཀྱི་ དམིགས་ལུ་འདི་ འབྲུགས་བཏོན་གྱི་མཐུན་པ་ སྤྱི་ཚུ་ཚོད་
མར་འབབ་ནི་ལས་བཞག་དགོ། དུགས་གཏོང་ལེན་གྱི་ དངོས་ཁམས་རིག་བརྟེན་སྤྲོད་བཅོས་པ་མཁུངས་མཚོག་གིས་ རྒྱུ་མཐུན་ལྷག་ནི་དང་ དུགས་གཏོང་ལེན་འབད་ནི་ལེ་བཅོ་རྩམ་གྱི་
ཟིང་འབྲུག་ ཡོད་མི་ཚུ་ལུ་ ཚུལ་གསུང་འབད་ཚུགས།
འབྲུགས་རིམ་དང་འབྲེལ་བའི་ ལུས་སྦྱོང་སྤྲོད་བཅོས་འདི་ འབྲུགས་བཏོན་གྱི་མཐུན་པ་ ནད་ཉམས་སྦྱོང་ལྷུ་འབྲུམ་བཅིན་ ལག་ལེན་འབབ་ནི་མི་འོང།

 **World
Physiotherapy**
www.world.physio/wptday