



# World PT Day 2023

## التمارين مع التهاب المفاصل

يعد النشاط البدني المنتظم وممارسة الرياضة  
أمرًا مهمًا في إدارة جميع أنواع التهاب المفاصل،  
وله العديد من الفوائد الصحية



سيرشدك أخصائي العلاج الطبيعي إلى كيفية  
ممارسة الرياضة بأمان وزيادة مستويات نشاطك  
ووضع الأهداف الملائمة



World  
Physiotherapy

#WorldPTDay