

PHYSIOTHÉRAPIE ET SANTÉ MENTALE



Barbados Physical Therapy Association | Senior citizens outreach | World Physical Therapy Day 2017

Il existe de nombreuses raisons pour lesquelles l'activité physique est bénéfique pour votre corps – avoir un cœur en bonne santé et renforcer vos articulations et vos os en sont deux – mais saviez-vous qu'être physiquement actif peut également être bon pour votre santé mentale et votre bien-être?

En tant qu'experts en mouvement et en exercice qualifiés, les physiothérapeutes sont les mieux placés pour donner des conseils sur la façon d'améliorer votre santé physique, réduire vos symptômes d'anxiété et améliorer votre qualité de vie.



Soyez actif. Restez actif. Parlez à un physiothérapeute aujourd'hui



 World Confederation
for Physical Therapy
www.wcpt.org

#worldptday