



World
PT Day
2024



EXERCIȚIILE FIZICE ȘI DUREREA LOMBARĂ



Activitatea fizică și mișcarea contribuie
la menținerea sănătății spatelui.



Exercițiile fizice pot preveni
reapariția durerii lombare și se
numără printre cele mai eficiente
mijloace. Toate tipurile de exerciții
fizice sunt la fel de eficiente.

Lucrați cu fizioterapeutul
dumneavoastră pentru a
identifica exercițiul
dumneavoastră preferat.



World
Physiotherapy

#WorldPTDay

8 septembrie

www.world.physio/wptday