



World  
PT Day  
2024



# VJEŽBANJE I BOL U LEĐIMA



Leđa postaju zdravija uz  
pokrete i tjelesnu aktivnost.



Vježbanje može spriječiti povratak boli u leđima i jedan je od tretmana koji najviše pomaže za bol u leđima. Nije se pokazalo da jedna vrsta vježbi bolje pomaže od drugih.

Radite sa svojim  
fizioterapeutom kako  
bi pronašli vježbe u  
kojima uživate.



World  
Physiotherapy

#WorldPTDay

8 Septembar

[www.world.physio/wptday](http://www.world.physio/wptday)