



World
PT Day
2025



கீழே விழுவதைத் தடுப்பது

கீழே விழுவதால் ஏற்படும் காயத்தை தவிர்க்கலாம். உங்கள் உடல் சமநிலையை மேம்படுத்துவது விழுவதைத் தடுக்கும். உடலுறுதி மற்றும் நெகிழ்வுத்தன்மையுடன் இருப்பது பெரிய காயம் ஏதும் ஏற்படாமல் தடுக்கும்.



பாதுகாப்பாகவும்
சுயமாகவும் இருங்கள்
- விழுவதைத் தடுப்பது
எப்படி என்பதை
அறிய, இன்று ஒரு
பிசியோதெரபிஸ்டுடன்
பேசுங்கள்!



World
Physiotherapy

#WorldPTDay

8 செப்டம்பர்

www.world.physio/wptday