



World
PT Day
2025



BYLTUVERNIR

Hægt er að forðast meiðsli vegna byltna. Með því að bæta jafnvægið er hægt að koma í veg fyrir byltur. Styrkur og liðleiki geta komið í veg fyrir alvarleg meiðsli ef þú dettur



Tryggðu eigið öryggi og sjálfstæði – talaðu við sjúkráþjálfara um hvernig þú getur komið í veg fyrir byltur!



World
Physiotherapy

#WorldPTDay

8 September

www.world.physio/wptday