



World  
PT Day  
2025



# پیربوونی تەندروست

پۆیستە کەسانی بەسالاچوو تا چەند بتوانن  
لە رووی جەستەییەوه چالاک بن.  
ههول و ماندوووبوونە کانت بەپێ ئاستی  
توانی جەستەیی و مەودای جوولەت  
بگونجێ.



ئەنجامدانی هەندێک چالاک جەستەیی  
باشترە لە هیچ زەکردن.  
بە بری کەم دەست پێ بکە، و بە  
تێپەربوونی کات وردە وردە زیادی بکە.



کەمتر دابنیشە!  
دانیشتنی درێژخایەن کاریگەری خراپی  
لەسەر تەندروستی هەیە. دڵنیا بە لەوێ  
پشوویەک بەهیت و زوو زوو بچولێت.



وەک پسپۆرانی جوڵە و راهێنان،  
چارەسەرکارانی سروشتی دەتوانن  
یارمەتیت بدەن بۆ ئەوێ چالاک  
بمێنیتەوه لەگەڵ بە تەمەنبوون..



World  
Physiotherapy

#WorldPTDay

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