



World
PT Day
2026



INSULTA PROFILAKSE



Tikai **30 minūtes** vingrojumu piecas reizes nedēļā var samazināt jūsu insulta risku par **25%**

Fizioterapeitiem ir svarīga loma insulta riska mazināšanā, palīdzot jums:



pārvaldīt hroniskas veselības problēmas



būt fiziski aktīvākam



ieviest ikdienas dzīvesveida izmaiņas

Konsultējieties ar savu fizioterapeitu jau šodien par to, kā droši palielināt savu fiziskās aktivitātes līmeni



World
Physiotherapy

#WorldPTDay

www.world.physio/wptday