



World
PT Day
2026



ઓછું બેસો અને વધુ હલનચલન કરો!

નાનપણથી શરૂઆત કરો

સક્રિય રહો

આજીવન હલનચલન
કરતા રહો



કોઈપણ ઉંમરે શારીરિક પ્રવૃત્તિ કે
કસરત કરવાથી સ્વાસ્થ્ય સુધરે છે,
આત્મનિર્ભરતા વધે છે અને
જીવન જીવવાની ગુણવત્તા
સારી થાય છે.



ફિઝિયોથેરાપિસ્ટ
તમને સુરક્ષિત
રીતે કસરત કરવા
અને જરૂરી માત્રામાં
સક્રિય રહેવા માટે
સાચી સલાહ આપી
શકે છે.



World
Physiotherapy

#WorldPTDay

૮ સપ્ટેમ્બર

www.world.physio/wptday