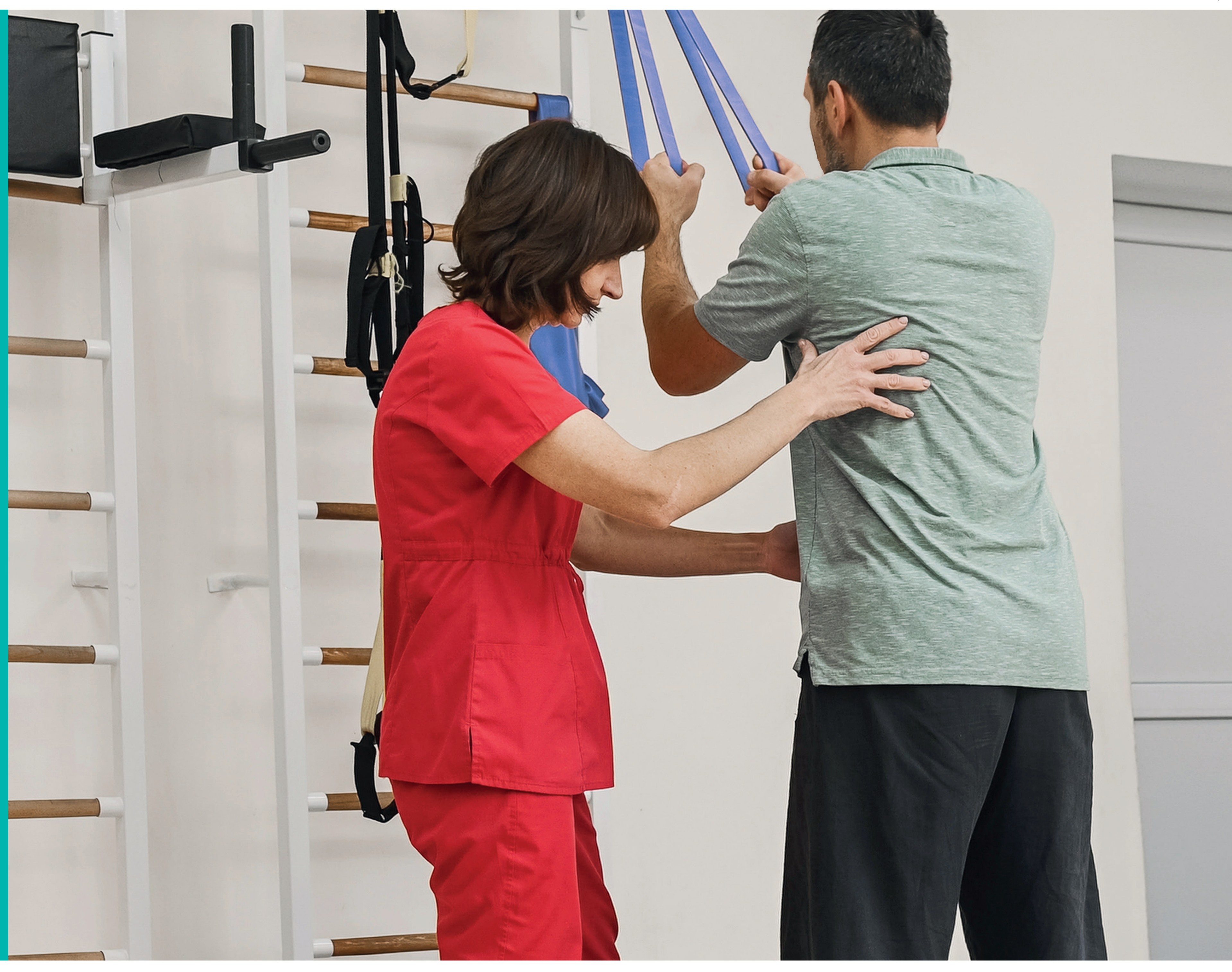




# World PT Day 2026



## الوقاية من السكتة الدماغية

إن ممارسة التمارين لمدة 30 دقيقة فقط،  
خمس مرات أسبوعيًا، يمكن أن تُقلّل خطر  
الإصابة بالسكتة الدماغية بنسبة 25%



يلعب اختصاصيو العلاج الطبيعي دورًا  
مهمًا في الحدّ من خطر الإصابة بالسكتة  
الدماغية من خلال مساعدتك على



إدارة الحالات  
الصحية المزمنة



زيادة مستوى  
نشاطك البدني



إجراء تغييرات  
صحية في نمط  
حياتك اليومي



تحدّث اليوم مع اختصاصي العلاج الطبيعي  
لمعرفة كيفية زيادة مستوى نشاطك البدني  
بأمان



## World Physiotherapy

# #WorldPTDay

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