



World
PT Day
2026



اجلس أقل... وتحرك أكثر



ابدأ مبكرًا

حافظ على نشاطك البدني

استمر في الحركة مدى الحياة

يسهم النشاط البدني في جميع
مراحل العمر في تحسين الصحة،
وتعزيز الاستقلالية،
والارتقاء بجودة الحياة



يمكن لاختصاصي العلاج
الطبيعي أن يقدّم لك الإرشاد
حول كيفية ممارسة التمارين
الرياضية بأمان وتحقيق
المستويات الموصى
بها من النشاط
البدني



World
Physiotherapy

#WorldPTDay

الثامن من أيلول

www.world.physio/wptday