



World
PT Day
2026



นั่งให้น้อยลง เคลื่อนไหวให้มากขึ้น

เริ่มต้นตั้งแต่อายุยังน้อย

คงความกระฉับกระเฉง
อย่างต่อเนื่อง

เคลื่อนไหวร่างกายตลอดชีวิต



การมีกิจกรรมทางกาย
ในทุกช่วงวัย ช่วยส่งเสริม
สุขภาพ เพิ่มความสามารถ
ในการพึ่งพาตนเองและ
ยกระดับคุณภาพชีวิต



นักกายภาพบำบัดสามารถ
ให้คำแนะนำเกี่ยวกับ
การออกกำลังกายอย่าง
ปลอดภัย และช่วยให้
คุณไปถึงระดับ
กิจกรรมทางกาย
ที่เหมาะสม



World
Physiotherapy

#WorldPTDay

8 กันยายน

www.world.physio/wptday