

Telesna dejavnost vse življenje

Fizioterapevti vam
pomagajo, da
prevzamete nadzor
nad zdravjem in
ostanete zdravi



Gibanje za zdravje

Svetovni dan fizioterapije



World Confederation
for Physical Therapy

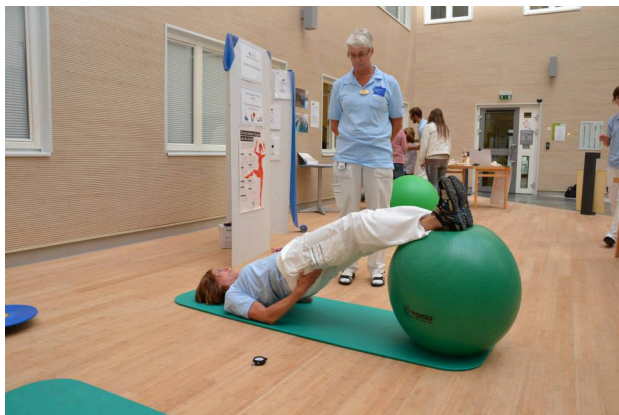
www.wcpt.org

Fizioterapevti vam lahko pomagajo vključiti telesno dejavnost v vaš vsakdan. S poglobljenim razumevanjem vzdrževanja telesne dejavnosti vam fizioterapevti lahko svetujejo o telesnih dejavnosti in vadbi za ljudi vseh starosti.

Fizioterapevti pomagajo ljudem, da se gibajo, s postopki, ki povečajo moč mišic in gibčnost. Z nasveti in predpisovanjem programov telesne vadbe pomagajo ljudem vseh starosti doseči cilje, povezane s telesno dejavnostjo.

Telesna dejavnost izboljša vzdržljivost srca in ožilja ter mišično zdravje in zmanjša tveganje za številne nenalezljive kronične bolezni, kot so srčno-žilne bolezni in sladkorna bolezen tipa 2.

Vprašajte svojega fizioterapevta, kako doseči cilje, povezane s telesno dejavnostjo



Peter Karlsson/Švedsko združenje fizioterapevtov



ALYN bolnišnica – Rehabilitacijski center za otroke in mladostnike, Jeruzalem v Izraelu