

Telesna dejavnost vse življenje



Obiščite fizioterapevta – strokovnjaka za gibanje in telesno vadbo

Vsi zdravi odrasli bi morali biti telesno dejavni. Po svetu 26 odstotkov odraslih, starih 18 let in več, ni dovolj aktivnih. Telesna dejavnost in vadba pomagata ljudem živeti srečno in zdravo.

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.

#worldptday