



World PT Day 2023

Ασκούμαι με Αρθρίτιδα

Η τακτική σωματική δραστηριότητα και η άσκηση είναι σημαντικές για τη διαχείριση όλων των τύπων φλεγμονώδους αρθρίτιδας και προσφέρουν σημαντικά οφέλη στην υγεία.



Ένας φυσικοθεραπευτής μπορεί να σας καθοδηγήσει να ασκηθείτε με ασφάλεια, να αυξήσετε τα επίπεδα δραστηριότητάς σας και να θέσετε στόχους.



World
Physiotherapy

[#WorldPTDay](https://www.instagram.com/WorldPTDay)