



World
PT Day
2026



NGĂN NGỪA ĐỘT QUY



Chỉ cần **30 phút tập luyện** với **năm lần một tuần**, có thể **giảm** nguy cơ đột quy đến **25%**.

Các nhà chuyên môn vật lý trị liệu đóng vai trò quan trọng trong việc giảm nguy cơ đột quy bằng cách giúp bạn:



quản lý các
tình trạng
sức khỏe
lâu dài

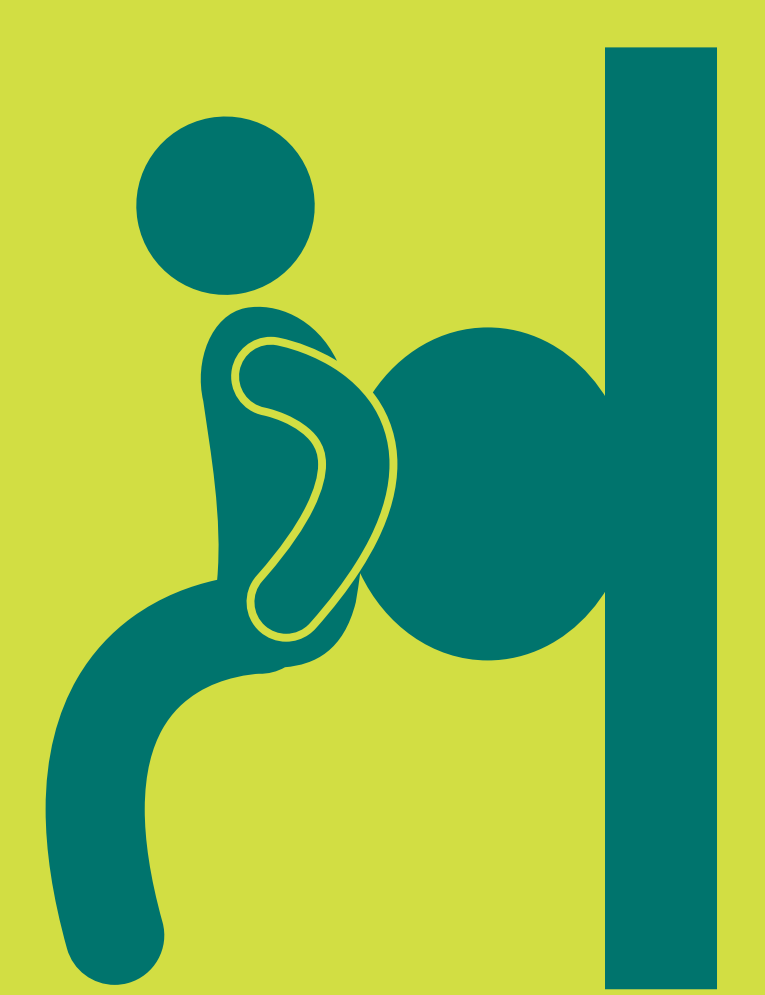


hoạt động
thể chất
nhiều hơn



thay đổi lối
sống hàng
ngày

Hãy trao đổi với nhà chuyên môn vật lý trị liệu của bạn ngay hôm nay về cách tăng cường mức độ hoạt động thể chất một cách an toàn.



World
Physiotherapy

#WorldPTDay

www.world.physio/wptday