



ಸಮುದಾಯ ಫಿಸಿಯೋಥೆರಪಿ ಶಿಬಿರ

ಆರೋಗ್ಯಕರ
ನಾಳೆಗಾಗಿ

ಚಲನೆ ಸುಲಭ | ಅನುಭವ ಉತ್ತಮ | ಜೀವಿಸಿ ಆರೋಗ್ಯಕರವಾಗಿ

ನಿಮಗಾಗಿ ಮತ್ತು ನಿಮ್ಮ ಕುಟುಂಬಕ್ಕಾಗಿ ಉಚಿತ /
ರಿಯಾಯಿತಿ ದರದ ಫಿಸಿಯೋಥೆರಪಿ ಸೇವೆಗಳು

ಆರೋಗ್ಯಕರ
ನಾಳೆಗಾಗಿ
ಫಿಸಿಯೋಥೆರಪಿ



ಭಾಗವಹಿಸಬಹುದಾದವರು ಯಾರು?

- ✓ ನೋವಿನಿಂದ ಬಳಲುತ್ತಿರುವವರು (ಕುತ್ತಿಗೆ, ಬೆನ್ನು, ಭುಜ, ಮೊಣಕಾಲು ಇತ್ಯಾದಿ)
- ✓ ವಿಶೇಷ ಚೇತನರು (ಸ್ವಾವಲಂಬಿ ಜೀವನಕ್ಕೆ ನೆರವು)
- ✓ ಹಿರಿಯ ನಾಗರಿಕರು (ಸರಾಗ ಓಡಾಟ ಮತ್ತು ಸ್ವಾತಂತ್ರ್ಯಕ್ಕಾಗಿ)
- ✓ ಮಹಿಳೆಯರು (ಹೆರಿಗೆ ನಂತರದ ಮತ್ತು ಸಾಮಾನ್ಯ ಆರೋಗ್ಯ)
- ✓ ಕ್ರೀಡಾಪಟುಗಳು ಮತ್ತು ಕ್ರಿಯಾಶೀಲರು (ಸಾಮರ್ಥ್ಯ ಹೆಚ್ಚಿಸಲು ಮತ್ತು ಗಾಯ ತಡೆಯಲು)
- ✓ ಸರಾಗವಾಗಿ ಚಲಿಸಲು ಬಯಸುವ ಯಾರಾದರೂ (ನೋವಿಲ್ಲದ ಆರೋಗ್ಯಕರ ಜೀವನಕ್ಕಾಗಿ)

ಚಿಕಿತ್ಸೆಗಳು ಮತ್ತು ಒಳಗೊಂಡಿರುವ ಸೇವೆಗಳು



ಕೈಚಳಕದ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಮತ್ತು ವ್ಯಾಯಾಮ
ಬೆನ್ನು, ಕುತ್ತಿಗೆ, ಭುಜ, ಮೊಣಕಾಲು, ಸೊಂಟ ಮತ್ತು
ಇತರ ಕೀಲು ನೋವುಗಳಿಗೆ



ನರ ಸಂಬಂಧಿ ಪುನಶ್ಚೇತನ
ಪಾರ್ಶ್ವವಾಯು (ಲಕ್ಷ), ಪಾರ್ಕಿನ್ಸನ್, ನರಗಳ ತೊಂದರೆ
ಮತ್ತು ಸಮತೋಲನದ ಸಮಸ್ಯೆಗಳಿಗೆ



ಮೂಳೆ ಮತ್ತು ಮಾಂಸಪುಂಡಗಳ ಪುನಶ್ಚೇತನ
ಕೀಲು, ಸ್ನಾಯು ಮತ್ತು ಕ್ರೀಡಾ ಗಾಯಗಳಿಗೆ



ಕ್ರೀಡಾ ಗಾಯಗಳ ನಿರ್ವಹಣೆ
ಗಾಯಗಳ ತಪಾಸಣೆ, ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಮತ್ತು ಮತ್ತೆ ಆಟಕ್ಕೆ
ಮರಳಲು ನೆರವು



ಮಹಿಳೆಯರ ಆರೋಗ್ಯ ಮತ್ತು ಹೆರಿಗೆ ಪೂರ್ವ/ನಂತರದ ಆರೈಕೆ
ಗರ್ಭಧಾರಣೆಯ ಸಮಯದ ನೋವುಗಳು, ಹೆರಿಗೆಯ
ನಂತರದ ಚೇತರಿಕೆ ಮತ್ತು ಸಾಮಾನ್ಯ ಮಹಿಳಾ ಆರೋಗ್ಯ



ಬೆನ್ನುಮೂಳೆಯ ಆರೈಕೆ
ಬೆನ್ನು ನೋವು, ಕುತ್ತಿಗೆ ನೋವು ಮತ್ತು
ದೇಹದ ಭಂಗಿ ತಿದ್ದುಪಡಿಸಿ



ದೇಹದ ಭಂಗಿ ತಿದ್ದುಪಡಿ ಮತ್ತು ಜೀವನಶೈಲಿ ಸಲಹೆ
ಉತ್ತಮ ಜೋಡಣೆ ಮತ್ತು ಆರೋಗ್ಯಕರ ಜೀವನಕ್ಕಾಗಿ

ಚಿಕ್ಕ ಹೆಜ್ಜೆಗಳು...
ದೊಡ್ಡ ಬದಲಾವಣೆ!



ನಿಮ್ಮ ಆರೋಗ್ಯವೇ
ನಮ್ಮ ಅದೃಶ್ಯ

ನಮ್ಮನ್ನೇಕೆ ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಬೇಕು?



ವೈಯಕ್ತಿಕ ಕಾಳಜಿ
ಮತ್ತು ಗಮನ



ವೈಜ್ಞಾನಿಕ ಆಧಾರಿತ
ಚಿಕಿತ್ಸೆ



ಸ್ನೇಹಪರ ಮತ್ತು
ಸಹಕಾರಿ ತಂಡ



ಸುರಕ್ಷಿತ, ಪರಿಣಾಮಕಾರಿ
ಮತ್ತು ಫಲಿತಾಂಶ ಆಧಾರಿತ



ದಿನಾಂಕ:
09-10-2026



ಸಮಯ:
9.30Am-3.30Pm



ಪ್ಲಾಟ್:

ಫಿಸಿಯೋಥೆರಪಿ ಮೂಲಕವಾಗಿ ವಿಭಾಗ, ಮುಖಂಡ ಕಾಲೇಜ್ ಆಫ್ ಫಿಸಿಯೋಥೆರಪಿ ಶೇಡಿಸ್ಕೂಲ್, ಅಹೋಲ್ ನಗರ, ಬಾಂದರ್ ದಕ್ಷ
ಮಂಗಳೂರು - 575006

ನೋವನ್ನು ಕಡೆಗಣಿಸಬೇಡಿ... ತಜ್ಞರಿಂದ ಫಿಸಿಯೋಥೆರಪಿ ಆರೈಕೆ ಪಡೆಯಿರಿ!

ನೋಂದಣಿಗಾಗಿ ಸಂಪರ್ಕಿಸಿ : 7090076555



COMMUNITY PHYSIOTHERAPY CAMP

MOVE BETTER | FEEL BETTER | LIVE HEALTHIER

For a
Healthier
Tomorrow

Free / Affordable Physiotherapy Services
for You & Your Family

Physiotherapy
for a healthier
tomorrow



TREATMENTS & SERVICES INCLUDED



Manual Therapy & Therapeutic Exercise

For back, neck, shoulder, knee, hip
and other joint pain



Neurological Rehabilitation

For stroke, Parkinson's, nerve injuries
and balance problems



Orthopaedic & Musculoskeletal Rehabilitation

For joint, muscle and sports injuries



Sports Injury Management

Injury assessment, treatment
and return to activity



Women's Health & Pre-natal Care

For pregnancy-related discomforts,
post-natal recovery and general women's health



Spinal Care

For back pain, neck pain,
posture correction



Posture Correction & Lifestyle Advice

For better alignment and healthy living

Who Can Attend?

- ✓ **People with pain**
(neck, back, shoulder, knee, etc.)
- ✓ **Individuals with disability**
(support for better function)
- ✓ **Senior citizens**
(maintain mobility & independence)
- ✓ **Women**
(post-natal, general care)
- ✓ **Athletes & active individuals**
(improve performance & prevent injury)
- ✓ **Anyone who wants to move better**
(for a healthier and pain-free life)

Small steps...
Big changes!



Your Health
Our Priority

Why Choose Us?



Personalized
Care & Attention



Evidence-Based
Treatment



Friendly &
Supportive Team



Safe, Effective
& Result-Focused



Date:
09-10-2026



Time:
9.30Am-3.30Pm



Venue:

PHYSIOTHERAPY OUTPATIENT DEPARTMENT,
UNITY COLLEGE OF PHYSIOTHERAPY Shedguri, Ashok Nagar, Dambel Road,
Mangalore - 575006

Don't ignore pain... Get expert physiotherapy care!

For Registration Contact : 7090076555