



# ЗРОБИ КРОК здоров'я кісток ЗДОРОВ'Я КІСТОК

**Харчуйтесь правильно і підтримуйте рухливість кісток!**

Здоровий спосіб життя - це перший крок до профілактики остеопорозу та мобільного незалежного майбутнього.



Українська  
асоціація  
остеопорозу

Всесвітній день боротьби з остеопорозом  
20 ЖОВТНЯ



[www.worldosteoporosisday.org](http://www.worldosteoporosisday.org)