



LANGKAH-LANGKAH *untuk* KESIHATAN TULANG

Pilih makanan sihat, dan bersenamlah!

Cara hidup yang sihat dan membina kekuatan tulang adalah langkah pertama untuk mencegah osteoporosis and memastikan diri anda kekal berdikari di hari tua



Kunjungi kami di:
www.worldosteoporosisday.org

HariOsteoporosisSedunia
20hbOctober

