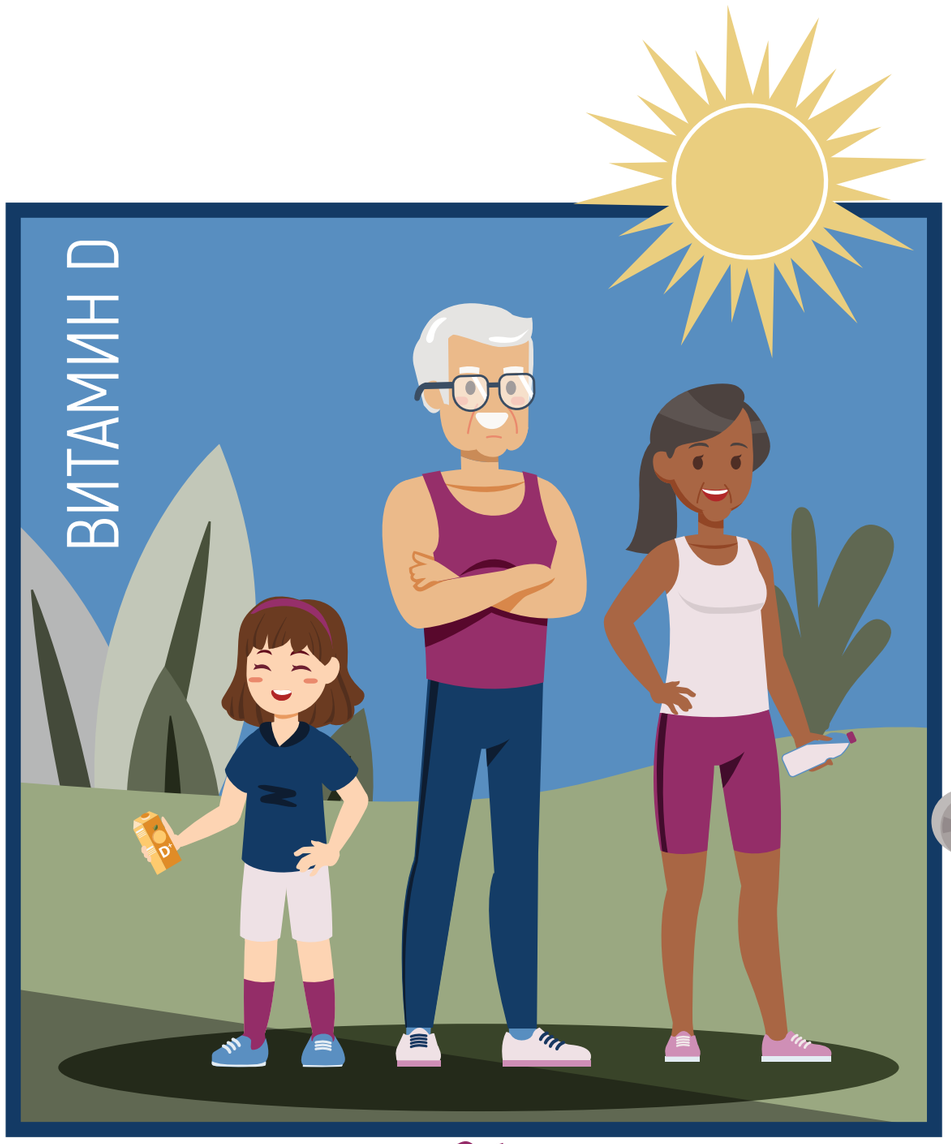
ХРАНА, ЗДРАВОСЛОВНА ЗА КОСТИТЕ



ВИТАМИН D



ИЗБЯГВАЙТЕ ПРЕКОМЕРНА УПОТРЕБА НА АЛКОХОЛ



ПОДДЪРЖАЙТЕ ЗДРАВОСЛОВНО ТЕГЛО



РЕДОВНИ ФИЗИЧЕСКИ УПРАЖНЕНИЯ



ДА ИЗГРАДИМ ПО-ЗДРАВИ КОСТИ

Изграждащите елементи за здрави кости и превенция на остеопорозата при всяка възраст

КАЖЕТЕ НЕ НА ТЮТЮНОПУШЕНЕТО



НАУЧЕТЕ ВАШИЯ ЛИЧЕН РИСК



©International Osteoporosis Foundation

IOF International Osteoporosis Foundation

ASSOCIATION WOMEN WITHOUT OSTEOPOROSIS

Асоциация “Жени без остеопороза”

Член на IOF