



تقدم خطوة نحو صحة عظامك

تناول طعامك جيدا وحافظ على حركة عظامك !

يعد أسلوب الحياة الصحي للعظام الخطوة الأولى نحو الوقاية من هشاشة العظام ومستقبل مليئ بالحركة و الإعتدال على النفس



زورنا:
www.worldosteoporosisday.org

اليوم العالمي لهشاشة العظام
20 أكتوبر

