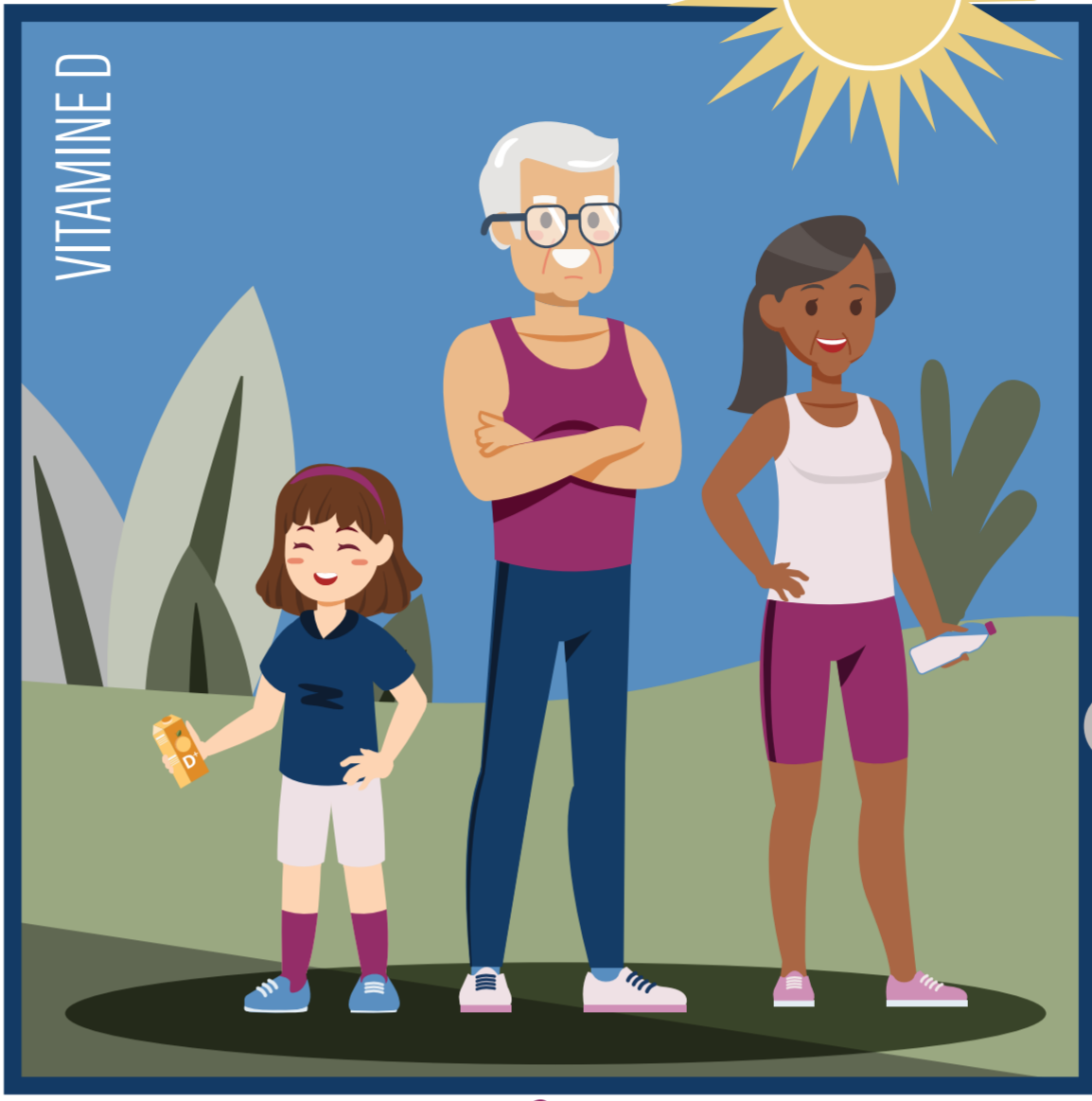


ALIMENTATION SAINNE POUR UNE BONNE SANTÉ OSSEUSE



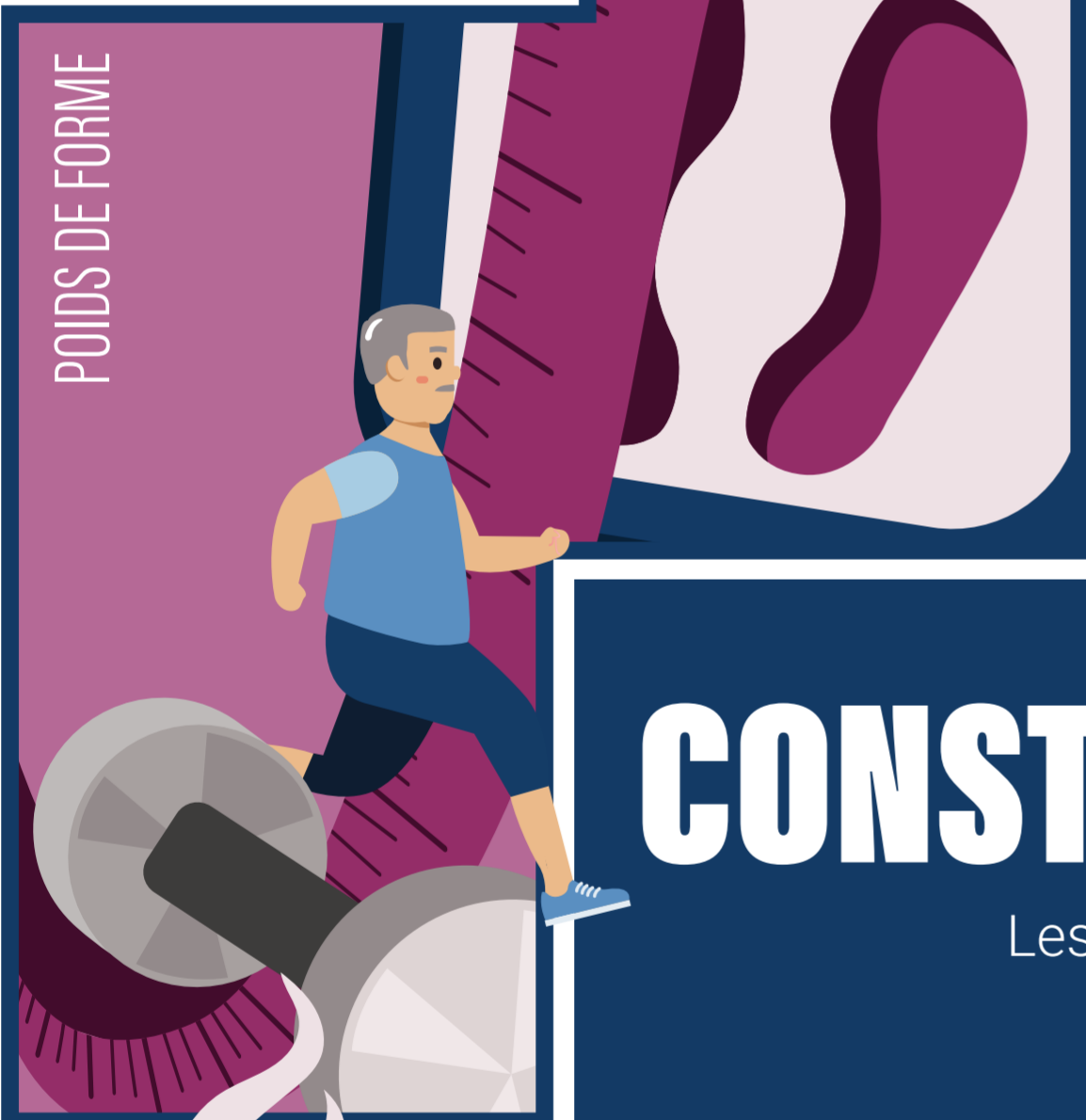
VITAMINE D



ÉVITER UNE CONSOMMATION D'ALCOOL EXCESSIVE



POIDS DE FORME



EXERCICE PHYSIQUE RÉGULIER



CONSTRUIRE DES OS SOLIDES

Les éléments constitutifs d'une ossature plus solide et la prévention de l'ostéoporose à tout âge

PAS DE TABAGISME



SOYEZ CONSCIENTS DE VOS RISQUES PERSONNELS



#WORLDOSTEOPOROSISDAY



Journée Mondiale de l'Ostéoporose
20 octobre

Scannez le QR Code
et naviguez sur la plateforme
www.buildbetterbones.org

