

Haluatko saada tietoa luustoterveyden edistämisestä sekä osteopeniasta ja osteoporoosista?

# LUUSTOINFO

**järjestetään**  
**maanantaina 23.9.2024 klo 12.30–15.30**

Luustoinfo on luento- ja keskustelutilaisuus luustoterveyden edistämisestä sekä osteopenian/osteoporoosin omahoidon keskeisimmistä keinoista: luustoystävällinen ravitsemus, liikunta sekä kaatumisten ja murtumien ehkäisy. Saat tietoa myös Luustoliiton ja -yhdistyksen toiminnasta sekä vertaistuen mahdollisuudesta.

**Paikka: Kauppakeskus Trio, 2.krs**  
**Palvelutori, LAVA-tila**  
**Aleksanterinkatu 18, 15140 Lahti**  
Opastus Info-pisteestä

Tilaisuus on maksuton eikä edellytä ilmoittautumista.  
**TERVETULOA!**



Lisätietoja: Iiris Salomaa. 044 7161 334 [iiris.salomaa@pajjatha.fi](mailto:iiris.salomaa@pajjatha.fi)