

Haluatko saada tietoa luustoterveyden edistämisestä sekä osteopeniasta ja osteoporoosista?

LUUSTOINFO

Järjestetään Asikkalassa

torstaina 22.10.2026 klo 14.00–17.00

(sisältää omakustantaisen kahvihetken sekä ohjatun taukojumpan).

Olet tervetullut mukaan Luustoinfoon,
jos sinulla on todettu **osteoporoosi tai osteopenia**.

Luustoinfo on luento- ja keskustelutilaisuus
luustoterveyden edistämisestä ja
osteopenian/osteoporoosin omahoidon
keskeisimmistä asioista:
luustoystävällinen ravitsemus, liikunta
ja kaatumisten ja murtumien ehkäisy.

Saat tietoa myös Luustoliiton ja -yhdistysten toiminnasta
sekä vertaistuen mahdollisuudesta.

**Paikka: Seniorikeskus Olo, Terveystie 1 C, 17200 Vääksy
(Oltermanni)**

Tilaisuus on maksuton eikä edellytä ilmoittautumista.

TERVETULO!