

LUUSTOINFO

4.8.2021 klo 13-15

1.9.2021 klo 13-15

6.10.2021 klo 13-15

10.11.2021 klo 13-15

15.12.2021 klo 13-15

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

Luustoinfo on luento- ja keskustelutilaisuus
osteoporoosin omahoidon keskeisimmistä asioista:
ravitseminen, liikunta ja kaatumisen ehkäisy.

Tule mukaan tapaamaan muita osteoporoosia sairastavia
ja kuulemaan, miten voit itse vaikuttaa luustosi kuntoon.

Paikka: Marjoniementie 8 B (kuntoutuksen tilat),
45100 Kouvola

Tilaisuus on maksuton.

Paikkoja rajoitetusti.

Ilmoittautuminen numeroon:
040 486 5533.

TERVETULOA!

