



# KATAKAN 'TIDAK' KEPADA TULANG RAPUH

Tulang anda adalah asas kesejahteraan diri dan keberdikarian anda.  
Cegah osteoporosis - Kekal Kuat!



Imbas kod ini!  
Layari laman web Hari Osteoporosis Sedunia.  
[www.worldosteoporosisday.org](http://www.worldosteoporosisday.org)



HariOsteoporosisSedunia  
20hbOctober