



# KATAKAN 'TIDAK' KEPADA TULANG RAPUH

**Tulang anda adalah asas kesejahteraan diri dan keberdikarian anda.**

Jika anda patah tulang pada umur 50 tahun ke atas,  
sila dapatkan pemeriksaan dan rawatan untuk osteoporosis.



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



**HariOsteoporosisSedunia**  
**20hbOctober**