

# Wiadomości

Czwartek, 27 listopada 2014

## **BY ZDROWYM BYĆ: Osteoporoza - nie, dziękuję!**

Osteoporoza, choć uważana przede wszystkim za chorobę osób starszych, może zaatakować każdego, bez względu na wiek i płeć.

Bardzo ważne jest zatem dbanie o nasze kości już od najmłodszych lat, zapewniając organizmowi odpowiednią ilość wapnia i witaminy D.

Podczas kolejnego spotkania z cyklu BY ZDROWYM BYĆ porozmawiamy o tym, jak uchronić nasz organizm przed odwapnieniem kości i nie dać się osteoporozie. Spotkanie poprowadzi Zdzisław Kapera.

Zapraszamy do Centrum Kultury i Turystyki w Wieliczce, 5 grudnia, godz. 18.00, wstęp wolny.

--