

ชมรมรักบี้กระโดด ภายใต้ มูลนิธิโรคกระดูกพรุนแห่งประเทศไทยฯ  
ร่วมกับ  
ชมรมสายใยความหวังผู้ป่วย  
และสมาคมผู้วิจัยและผลิตเภสัชภัณฑ์ (PREMA)

ขอเชิญผู้รักสุขภาพเข้าร่วม

## “กิจกรรมการป้องกันโรคกระดูกพรุน”

ในวันอาทิตย์ที่ 1 เมษายน พ.ศ. 2555

ณ ห้องประชุมนายแพทย์พงษ์ศักดิ์ วิทยาการ

ชั้น 7 อาคาร เวชศาสตร์ฟื้นฟู โรงพยาบาลกรุงเทพ

### กิจกรรมน่าสนใจอื่น ๆ ภายในงาน

1. ถาม - ตอบ ปัญหาสุขภาพ
2. ทดสอบการทรงตัว
3. เมนูอาหารแคลเซียมสูง
4. ตรวจวัดมวลกระดูก
5. รับหนังสือการป้องกันโรคกระดูกพรุน และกิจกรรมอื่น ๆ อีกมากมาย

08.00 - 08.30	ลงทะเบียน
08.30 - 09.00	ฝึกชี่กง
09.00 - 09.20	โดย คุณ วีระ วศิโนวรรณะ ชมรมพลังชีวิต และคณะ การออกกำลังกาย
09.20 - 09.30	โดย คุณหวานใจ ส้มหวัง ชมรมสายใยความหวังผู้ป่วย พิธีเปิดงาน
09.30 - 10.00	โดย ประธานมูลนิธิโรคกระดูกพรุนแห่งประเทศไทยฯ สัมภาษณ์ เคล็ดลับการดูแลสุขภาพ
10.00 - 10.30	โดย พล.ต.ต. อังกูร อาทรไพท คุณ สุปัทมา อาทรไพท
10.30 - 12.00	โยคะ เพื่อป้องกันโรคกระดูกพรุน โดย ครูนิด (คุณ สุมิตตา ระงับภัย) เสวนา “โรคกระดูกพรุน ภัยเงียบที่ป้องกันได้” ดำเนินการเสวนา โดย แพทย์หญิง สุขจันทร์ พงษ์ประไพ ผู้ร่วมเสวนา พ.อ.รศ.นพ.ทวิ ทรงพัฒนาศิลป์ แพทย์หญิง สุพรรณนิการ์ เจริญ รศ.พญ. นลินทิพย์ ตำนานทอง

ลงทะเบียนฟรี !!

สมัครลงทะเบียนล่วงหน้า ได้ที่ มูลนิธิโรคกระดูกพรุนแห่งประเทศไทย ฯ

โทรศัพท์ 02-2417933 โทรสาร 02-2417932

Email : [topf2002@gmail.com](mailto:topf2002@gmail.com)