



Regelmäßige sportliche Bewegung, wenn möglich in der Natur, ist die beste Vorbeugung und ein wesentlicher Bestandteil bei der Behandlung der Osteoporose.



Gemeinsam
MEHR BEWEGEN

■ KURZGEGRIFFEN: ALLES FÜR SIE

PROF. DR. REINHARD ZIEGLER, HEIDELBERG
Herzlichen Glückwunsch zum Geburtstag,
MobilesLEBEN.....**5**

THEMA

DEN MENSCHEN IM BLICK

DR. MED. JUTTA SEMLER, BERLIN
Osteoporose kann jeden treffen!.....**6**

DR. REGINE RAPP-ENGELS, BERLIN
DR. MED. JUTTA SEMLER, BERLIN
Genderspezifische Therapieempfehlung.....**10**

DR. JOCHEN WERLE, SINSHEIM
Bewegungstherapie – den Menschen im Blick.....**12**

JÜRGEN WICHARZ, BONN
Selbst ist die Frau und selbst ist der Mann.....**16**

■ KURZGEGRIFFEN: ALLES FÜR SIE

DR. KLAUS ABENDROTH, JENA
Morbi RSA und Osteoporose.....**20**

In der Heftmitte **EXTRA:**

Schritt für Schritt-
Knochenfit

- Jubiläumskalender
- Adressen der Osteoporose-Selbsthilfe-Verbände.....**23**
- Hohe Auszeichnungen für Osteoporose-Aktivistinnen.....**24**

DR. JOCHEN WERLE, SINSHEIM
Funktionstraining / Rehabilitationssport.....**25**

- Geistig fit: Bäume suchen.....**28**
- Rezepte: Menü für den „Ein-Personen-Haushalt“.....**29**

- Einladung zur Mitgliederversammlung
- Informationstag Osteoporose in Heidelberg.....**30**
- Neue Informationsbroschüre CALCIUM.....**31**

Impressum, Auflösung „geistig fit“, Vorausschau.....**31**