

Ne tournez pas le dos à la prévention !

Trois règles de base pour protéger votre dos

1
Placez-vous face à l'action
afin d'éviter les torsions



2
Approchez-vous de l'enfant
(ou de la charge)
avant de le soulever

3
Prenez appui afin
de réduire l'effort



Mutuelle
de prévention
des CPE

Association
québécoise
des
CPE