



# COACHING du DOS

Parce que le Mal de Dos n'est pas une Fatalité

## FORMATION à l'ÉPARGNE du DOS

### OBJECTIFS

- **COMPRENDRE LA PROBLÉMATIQUE DU DOS**
- **ACQUÉRIR LES TECHNIQUES DE BASE DE L'ÉPARGNE DU DOS**
- **ACQUÉRIR LES TECHNIQUES SPÉCIFIQUES AUX SITUATIONS DE TRAVAIL DE CHACUN**
- **ÉVALUER LES SITUATIONS A RISQUE, S'ADAPTER, PROPOSER DES IDÉES D'AMÉLIORATION**
- **ADAPTER LES PRINCIPES ET LES TECHNIQUES DANS LA VIE DE TOUS LES JOURS**