



BACK PAIN

- ✓ Adjust your workstation position.
- ✓ Sport improves muscles and posture.
- ✓ Breaks and stretching release pressure on the spine.



Association pour la Santé au travail des secteurs Tertiaire et Financier
15-17 avenue Gaston Diderich, 1420 Luxembourg - +352 22 80 90-1 - accueil@astf.lu - www.astf.lu