

# TALLER CUIDA TU ESPALDA



**Fecha:** 4/12/2015

**Hora:** 9:00 a.m.

**Duración** 1 h. 30'

**Lugar:** FRATERNIDAD-MUPRESA DELEGACIÓN DE PALMA DE MALLORCA  
Calle Jaume Balmes, 13 Bajos  
07005 - Palma de Mallorca (ILLES BALEARS)

**(Aforo limitado)**

**IMPRESINDIBLE CONFIRMAR ASISTENCIA  
POR CORREO ELECTRÓNICO A**

**Contacto:** 971 265 266  
Sergio Terrasa Morro (sterrasa@fraternidad.com) ext - 4664  
Joan Lliteras Fiol (jplliteras@fraternidad.com) ext - 4662



ORGANIZA



**Fraternidad**  
Muprespa

## SU MUTUA, 275 TALLER

### PRESENTACIÓN

D<sup>o</sup>. Maria Antonia Sbert Haro  
Directora Provincial de Illes Balears  
de Fraternidad-Muprespa.

### PONENCIAS

#### Estadísticas de siniestralidad laboral asociadas a trastornos musculoesqueléticos

D. Rafael Reyes Moreno  
Técnico Prevención Riesgos Laborales  
de Fraternidad-Muprespa.

#### Ejercicios prácticos de espalda

D. Francisco Vozmediano Moreno  
Fisioterapeuta  
de Fraternidad-Muprespa.

### CLAUSURA

D<sup>o</sup>. Maria Antonia Sbert Haro  
Directora Provincial de Illes Balears  
de Fraternidad-Muprespa.

La realización de nuestro trabajo, así como diversas actividades de la vida diaria pueden exigir un esfuerzo importante de nuestros músculos y articulaciones, que incrementan la probabilidad de sufrir molestias y/o lesiones. Una forma efectiva de protegerse es mejorando nuestro estado físico, realizando ejercicios de calentamiento, estiramientos y fortalecimiento para equilibrar nuestra musculatura.

**Imprescindible ropa cómoda o de deporte**

Ref. CED-0445



INTERNATIONAL  
YEAR OF LIGHT  
2015



**FraternidadMuprespa** @MutuaFM

Mutua Colaboradora con la Seguridad Social, n°275 - © Fraternidad-Muprespa 2015

Su Mutua, 275 - Calidad y Servicio, 365 días al año