

Τι πρέπει να προσέξετε στην αγορά σχολικής τσάντας

/ [Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός](#)



Δεν πρέπει να επιβαρύνει τους μύες των παιδιών

Έχει έρθει εκείνη η εποχή του χρόνου που πρέπει να ξεχυθείτε στους δρόμους και να αγοράσετε την τσάντα του παιδιού σας για το σχολείο ή τον παιδικό σταθμό.

Και μπορεί τα παιδιά το μόνο πράγμα που κοιτάνε στην τσάντα είναι το σχέδιο και αν απεικονίζει τον αγαπημένο τους ήρωα, οι γονείς όμως πρέπει να προσέξουν το είδος να είναι σωστό ώστε να είναι άνετη και να μην επιβαρύνει τους μύες των παιδιών. Ενημερωθείτε σχετικά με το τι πρέπει να προσέξετε!

Ενισχυμένα λουριά ώμου

Βεβαιωθείτε ότι το παιδί σας χρησιμοποιεί και τους δύο ιμάντες. Οι ιμάντες πρέπει να είναι σφιχτοί και να βρίσκονται στο σωστό σημείο: κοντά στο σώμα, στη μέση της πλάτης. Συμβουλευστε επίσης το παιδί να χρησιμοποιεί και τους δύο ιμάντες του σακιδίου ώστε να μοιράζεται το βάρος της τσάντας. Το σακίδιο θα πρέπει επίσης να φοριέται ψηλά στην πλάτη και όχι χαμηλά, γιατί στην δεύτερη περίπτωση ο κορμός γέρνει μπροστά προκειμένου να αντισταθμίσει το βάρος, με

αποτέλεσμα να επιβαρύνεται η μέση και να υπάρχει κίνδυνος κύφωσης.

Αρκετός χώρος για γέμισμα

Αυτό παρέχει προστασία από αιχμηρά αντικείμενα (όπως ένα συρραπτικό για παράδειγμα αν το παιδί πηγαίνει δημοτικό) και βοηθά στην ανακούφιση της πίεσης στην πλάτη.

Τύπος

Για τα παιδάκια μικρότερη ηλικίας προτιμότερος τύπος τσάντας είναι τα τρόλεϊ με ροδάκια ώστε τα παιδιά να μην επιβαρύνουν την πλάτη τους με το βάρος της τσάντας. Προσέξτε μόνο το ύψος του χερουλιού του τρόλεϊ να είναι στο κατάλληλο ύψος για το παιδί, για να μην αναγκάζεται να σκύβει.

Βάρος

Ειδικοί συνιστούν το βάρος της τσάντας που κουβαλά ένα παιδί να μην ξεπερνά το 15-20% του σωματικού του βάρους. Μπορείτε μάλιστα πολύ εύκολα να την ζυγίσετε στην ζυγαριά του μπάνιου σας. Μια λογική σύσταση είναι η μείωση κατά 10% στο βάρος της τσάντας έναντι του σωματικού βάρους. Αυτό θα βοηθήσει στη μείωση του κινδύνου τραυματισμού σχετιζόμενου με πτώση και θα ανακουφίσει τον πόνο που προέρχεται από τη μεταφορά τεράστιων τσαντών φορτωμένων με σχολικά είδη.

Πηγή: baby.gr- onlycy.com