

# LEKKI TORNISTER

Za nami półmetek wakacji. Przed nami przygotowania do nowego roku szkolnego, do zakupu wyprawki szkolnej. Rodzicu - przy zakupie tornistra pamiętaj o zdrowiu Twojego dziecka! Noszenie zbyt ciężkiego plecaka może powodować bolesne napięcia w mięśniach i stawach, bóle bioder, kolan oraz zniekształcenia stóp, dlatego:

- zwróć uwagę na ciężar pustego tornistra,
- wybierz tornister z szerokimi szelkami i usztywnioną ścianką przylegającą do pleców,
- rozważnie dobieraj wyposażenie - zeszyty, piórniki i inne potrzebne przybory niech będą jak najlżejsze.



Kupujesz plecak szkolny dla Twojego dziecka?



**Zwróć uwagę:**

na masę pustego tornistra,

na szerokość i dopasowanie szelek,

czy przybory szkolne, które wybierasz nie są zbyt ciężkie.

**Dbaj by tornister  
był jak najlżejszy!!!**

# LEKKI TORNISTER

## SZELKI

RÓWNE | SZEROKIE | REGULOWANE  
TORNISTER NOSIMY NA OBU RAMIONACH!

## WIELKOŚĆ

ODPOWIEDNIA  
DO WZROSTU

## TYŁ

USZTYWNIONA ŚCIANKA

## WAGA

OKOŁO 10 - 15%  
WAGI DZIECKA

PAKUJEMY TYLKO  
RZECZY NIEZBĘDNE,  
ZGODNE Z PLANEM LEKCJI

DOBRE ZAPAKOWANY TORNISTER  
KONTROLUJ ZAWARTOŚĆ!



WOJEWÓDZKA STACJA SANITARNO-EPIDEMIOLOGICZNA W KATOWICACH



Zdjęcie: <https://pl.freepik.com/>