

# PAŹDZIERNIK MIESIĄCEM WŁAŚCIWIE SPAKOWANEGO TORNISTRA

## PAŹDZIERNIK MIESIĄCEM WŁAŚCIWIE SPAKOWANEGO TORNISTRA

W związku z kontynuacją działań w zakresie realizacji *Programu przeciwdziałania wadom postawy ciała u dzieci i młodzieży w województwie opolskim*, Opolski Państwowy Wojewódzki Inspektor Sanitarny zainicjował akcję „**PAŹDZIERNIK MIESIĄCEM WŁAŚCIWIE SPAKOWANEGO TORNISTRA**”. Głównym celem przedsięwzięcia jest zwrócenie uwagi rodziców i nauczycieli na podejmowanie działań profilaktycznych w zakresie zapobiegania wadom postawy u najmłodszych, poprzez właściwy dobór tornistrów i plecaków szkolnych, odpowiednie ich pakowanie i noszenie przez uczniów.

Do akcji włączyli się wszyscy nauczyciele i uczniowie naszej szkoły. W tym celu były zważone wszystkie dzieci oraz ich tornistry. Dzieci zostały poinformowane o tym, jaki ciężki powinien być tornister w stosunku do masy ciała. Zdecydowana większość uczniów ma prawidłową wagę plecaków. Pakują tylko potrzebne rzeczy. Waga ich tornistrów nie przekracza 15% wagi ciała. Ale zdarzali się tacy uczniowie, których waga plecaków była wyższa niż przewiduje norma. Zostali oni poinstruowani o błędach, jakie popełniają, pakując plecaki. We wszystkich klasach zostały przeprowadzone pogadanki. Przypomniano o możliwości pozostawiania zeszytów, książek, przyborów plastycznych itp. w szafkach, które znajdują się w każdej klasie.

### UWAGA RODZICE!

**Ciężar plecaka pomnożony przez 10 nie powinien przekraczać wagi dziecka!**

**Marzena Pikos**