



Hinweise für den Schulalltag

Wie viel der gefüllte Schulsack maximal wiegen sollte, ist abhängig vom Körpergewicht Ihres Kindes.

Körpergewicht	Schulsack gefüllt
bis 24 kg	3,0 kg
25 – 28 kg	3,5 kg
29 – 32 kg	4,0 kg
33 – 36 kg	4,5 kg
37 – 40 kg	5,0 kg
41 – 44 kg	5,5 kg
45 – 48 kg	6,0 kg
49 – 52 kg	6,5 kg
über 53 kg	7,0 kg

Kinder sollten nur das mitnehmen, was sie auch wirklich in der Schule brauchen.

Fragen Sie die Lehrerin oder den Lehrer, ob bestimmte Hefte oder Bücher in der Schule gelassen werden können.

Achten Sie auf eine gleichmässige Gewichtsverteilung auf beide Schultern.

Stellen Sie die Gurtlänge immer erst bei gepacktem Schulsack ein.

Achten Sie auf gut anliegende Traggurten.

Benötigen Sie weitere Informationen, dann wenden Sie sich bitte an den Schulärztlichen Dienst.

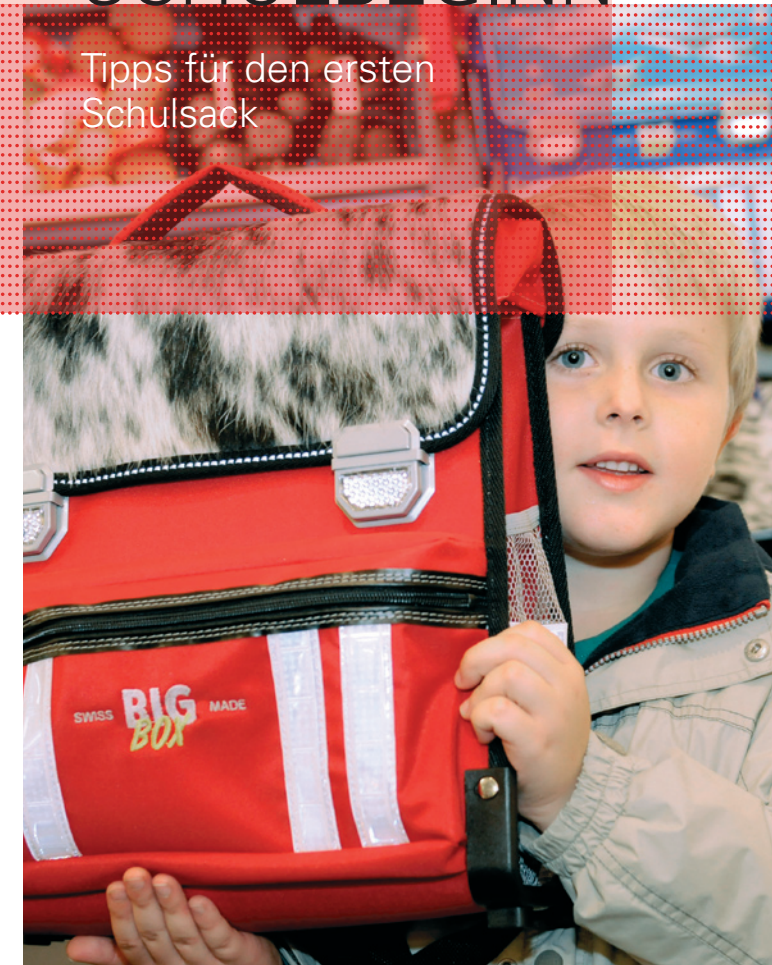
Schulärztlicher Dienst
der Stadt St.Gallen
Bahnhofplatz 7
9001 St.Gallen
Telefon 071 224 56 97
schularztendienst@stadt.sg.ch

www.schulgesundheitsstadt.sg.ch

Schulärztlicher Dienst

SCHULBEGINN

Tipps für den ersten Schulsack



Liebe Eltern

Bald ist es soweit: Der erste Schultag steht vor der Tür und damit stellt sich die Frage nach dem richtigen Schulsack für Ihr Kind. Diese Entscheidung ist wichtig für eine gesunde Rückenentwicklung und für die Sicherheit Ihres Kindes im Strassenverkehr.

Der Kauf des richtigen Schulsackes ist gar nicht so schwer, wenn Sie einige Dinge beachten.

Grundsätzlich gilt:

- Suchen Sie den Schulsack gemeinsam mit Ihrem Kind aus.
- Das Gewicht sollte ungefüllt 1,2 kg nicht übersteigen.
- Kaufen Sie einen robusten, wasserabweisenden und mit Reflektoren ausgestatteten Schulsack.
- Der erste Schulsack sollte unbedingt auf dem Rücken getragen werden.
- Beachten Sie die Prüfzeichen wie bfu, TUEV, DIN 58124.
- Fragen Sie nach einer Garantiezeit.

