

La cartella giusta per la scuola

Situazione al
08-2018

I preparativi per l'imminente inizio dell'anno scolastico non interessano solo le scuole di ogni ordine e grado, bensì anche i genitori che devono fornire ai propri figli "l'equipaggiamento" necessario per affrontare la nuova stagione scolastica.

A prescindere dal prezzo di cartelle e zainetti, i genitori devono porre particolare attenzione anche al peso di tali oggetti. Il problema riguarda in particolare gli alunni delle scuole elementari, poiché proprio a quest'età possono emergere problemi posturali potenzialmente irrimediabili. I fattori che contribuiscono a determinare il peso di una cartella sono svariati: i libri di scuola, i quaderni, le penne e le matite, ma anche le bibite, le merende, i libri e le riviste non scolastiche, il peso proprio della cartella. Inoltre, la maggior parte dei ragazzi non controlla la cartella tutti i giorni, con il risultato che spesso essi portano in giro peso inutile.

Di seguito alcuni consigli utili:

- il peso della cartella piena non dovrebbe essere superiore ad un decimo del peso corporeo del bambino;
- nei primi due anni di scuola elementare, la cartella stessa non dovrebbe pesare più di 1,5 kg;
- aiutate i vostri bambini a preparare la cartella giornalmente e controllatene sempre il peso;
- verificate che il contenuto sia ben distribuito;
- nella cartella non dovrebbero essere riposti articoli per il tempo libero, bibite o merende;
- la cartella deve essere leggera e non più larga delle spalle del bambino;
- le cinghie degli zainetti devono essere sufficientemente larghe, imbottite e regolabili;
- acquistate cartelle con colori vivaci ed inserti riflettenti (questo per la sicurezza del bambino);
- la cartella deve essere posizionata correttamente sulle spalle e aderire bene alla schiena, regolando debitamente la lunghezza delle cinghie;
- sono da preferire cartelle in formato verticale; attenzione al rischio che le cinghie di zainetti e cartelle rimangano incastrate nella salita e discesa da bus o treni;

- zaini, valigette e cartelle di cuoio sono sconsigliate a causa del loro maggior peso specifico e della peggiore distribuzione del carico;
- infine, un occhio anche all'estetica: per il Vostro bambino conta anche il design, in quanto alla fine è lui che si porta appresso la cartella. La qualità conta certamente in ogni caso; che debba essere necessariamente un prodotto "all'ultimo grido" dovrà essere concordato fra genitori e bambini.

Peso corretto della cartella:

Peso corporeo	Peso massimo cartella
24 – 28 kg	2,5 kg
29 – 33 kg	3,0 kg
34 – 38 kg	3,5 kg
39 – 43 kg	4,0 kg
44 – 48 kg	4,5 kg
49 – 53 kg	5,0 kg