

Schulranzen- Check

- **Der Inhalt des Schulranzens soll maximal 20% (1/5) des Körpergewichts betragen!**

Wie ist Dein Körpergewicht?

Was wiegt Dein Schulranzen/Tasche?

- **Ist es mehr als 20% (1/5) des Körpergewichtes ?**

JA Informiere Deine Eltern und miste Deinen Schulranzen aus!
Wiege den Ranzen erneut!
Er muss weniger als 1/5 Deines Körpergewichtes wiegen!

NEIN Ok, achte weiterhin darauf, dass Du keine unnötigen Dinge mit Dir herumträgst! Überprüfe den Ranzen täglich!

- **Dein Ranzen soll ein Prüfsiegel besitzen!**
Als Hilfe für das Erkennen eines rückengerechten Schulranzens dient das abgebildete Logo:



MORITZ APOTHEKE



Margit Schlenk Fachapothekerin für Offizinpharmazie, Ernährungsberatung, Homöopathie und Naturheilverfahren
Weiterbildungsstätte der Bayerischen Landesapothekerkammer

Moritzbergstraße 53 90482 Nürnberg Tel.: 0911 - 950 69 66 Fax: 0911 - 950 69 77
max@moritzapotheke.de www.moritzapotheke.de