

Πώς να φορέσει σωστά την τσάντα το παιδί σας;

[Ορθοδοξία και Ορθοπραξία](#) / [Θεολογία και Ζωή](#)



Να χρησιμοποιείτε τα λουριά και για τους δυο ώμους. Αν το φορτίο είναι στον ένα ώμο μπορεί να προκληθεί μυϊκός πόνος στο λαιμό, την πλάτη και τον ώμο. Αφήστε τα παιδιά να διαπιστώσουν σε πιο σημείο πάνω τους είναι πιο άνετη η τσάντα, αλλά προσπαθήστε να σφίξετε τα λουριά για να είναι η τσάντα κολλημένη στο σώμα. [\(περισσότερα...\)](#)