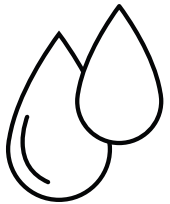


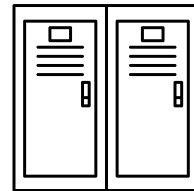
ALLEUGEREIX LA TEUA MOTXILLA

Cuidar el que portes és cuidar la teua esquena



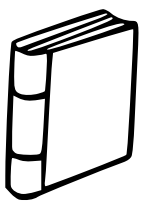
REDUEIX PES INNECESSARI

- Utilitza les fonts del centre per omplir la botella d'aigua
- No portes papers vells ni material que no utilitzes



FES BON ÚS DE LA TAQUILLA

- Deixa llibres que no necessites
- Guarda-hi tisores, retoladors o estoigs grans
- La motxilla no és un magatzem



ORGANITZA EL MATERIAL

- Revisa l'horari cada dia i porta només el que necessites
- El carpesà és més eficient que una llibreta per a cada matèria
- Utilitza dossiers fins



PORTA LA MOTXILLA BÉ

- Col·loca els objectes més pesats prop de l'esquena
- Reparteix el material en els diferents compartiments
- Ajusta bé els tirants i porta la motxilla amb les dues anses

Pensar què portes a la motxilla és
cuidar la teua esquena