

COMMENT CHOISIR LE BON SAC À DOS

IMPORTANT

Assurez-vous
que le modèle est
adapté à la taille
de l'enfant.

PANNEAU DORSAL REMOURÉ

POCHETTE INTÉRIEURE

Pour les objets plus
lourds qui doivent être
placés près du corps.

Mettre les items
pointus sur
le devant du sac,
vers l'extérieur.

MATÉRIAU LÉGER

Toile résistante et
imperméable.

SANGLES DE RAPPROCHEMENT

Si le sac en est muni, utilisez-les
pour rapprocher le poids du sac
du dos de l'enfant.

BRETelles REMBOURRÉES ET AJUSTABLES (± 5 CM DE LARGE)

Ajuster les bretelles pour que le sac à dos
une fois rempli :

- Ne dépasse pas le dessus des épaules.
- Repose à la hauteur des hanches.
- Dégage le cou et les aisselles.
- Laisse passer une main au dos.

SANGLE AJUSTABLE A LA POITRINE

La sangle de poitrine sert à maintenir le
sac en place, à décharger les épaules et
à réduire la tension au cou.

CEINTURE AJUSTABLE AUX HANCHES

La ceinture de taille doit être bien
appuyée sur les hanches, afin
que le poids du sac soit distribué
au bassin.

IMPORTANT

Il faut porter les
2 bretelles du sac à dos.
N'en porter qu'une
seule occasionne un
déséquilibre qui peut
avoir des conséquences
sur la posture, la
démarche et le dos.

Association des
chiropraticiens
du Québec

Une posture adéquate et de saines habitudes favoriseront le bon développement de votre enfant.
Découvrez nos astuces fûtées pour une rentrée en santé en visitant le chiropratique.com!