Kommunale
Unfallversicherung Bayern
Bayerische Landesunfallkasse

Pressemitteilung

München, im Juni 2012

Schulkinder: Fünftklässler wollen oft einen coolen Schulrucksack
Was Eltern dabei beachten sollten

Eltern von Schulanfängern haben es gut: Die Ranzen für ABC-Schützen sind überwiegend sehr leicht, mit vielen reflektierenden Flächen ausgestattet und stabil – sie entsprechen ganz der Norm DIN 58124.
Eltern von angehenden Fünftklässlern haben da ganz andere Probleme: Die Schultasche aus der Grundschule ist auf einmal uncool, ehemals geliebte Fußball- oder Prinzessinnen-Motive sind nun peinlich. Das Kind besteht auf einem Schulrucksack. Was gibt es dabei zu beachten?
„Ein Rucksack ist grundsätzlich keine schlechte Sache, wenn beide Trageriemen richtig eingestellt sind und auch genutzt werden“, sagt Elmar Lederer, Erster Direktor der Kommunalen Unfallversicherung Bayern (KUVB). Wird der Rucksack, wie bei vielen Schülern üblich, nur lässig über eine Schulter geworfen oder sind die Riemen so lang eingestellt, dass der Rucksackboden in Po-Höhe sitzt, belastet das die Wirbelsäule und den gesamten Halteapparat.
Der Rucksack sollte, wie die Schultasche, so gepackt sein, dass schwere Bücher rückennah transportiert werden.
Auch sollte man auf reflektierende Flächen oder Zusatzartikel an den Rucksäcken sorgen.

Ausgleichende Bewegung – Stehpult statt Schreibtisch

Ob ihre Kinder den Rucksack ordentlich tragen oder nicht, können Eltern nicht kontrollieren. Der KUVB rät deshalb zu Bewegungsalternativen am Nachmittag – wichtig nach einem langen, im Sitzen verbrachten Schultag. Bewegung und Spaß schafft klassischerweise die aktive Mitgliedschaft in einem Sportverein. Gegen eine zu einseitige Belastung der Wirbelsäule sorgen aber auch einfache Mittel bei den Hausaufgaben, zum Beispiel ein Stehpult als Alternative zum Schreibtisch oder ein Sitzball anstelle des Schreibtischstuhls. Vokabeln lassen sich auch auf dem Bett liegend lernen, oder aber – auch das kann Spaß machen – beim Balancieren auf einem Bein.

Die KUVB ist die gesetzliche Unfallversicherung für rund 2,2 Millionen Schulkinder in Bayern. Der Versicherungsschutz ist kostenfrei.
Weitere Informationen rund um die gesetzliche Unfallversicherung gibt es unter www.kuvb.de.

KUVB
Bayer. LUK
Gesetzliche Unfallversicherung
Körperschaften des öffentlichen Rechts

Ungererstr. 71
80805 München
Tel. 089 36093-0
Fax 089 36093-135

Ansprechpartnerin für die Pressearbeit
Karin Menges
Tel. 089 36093-140
Fax 089 36093-379
Presseabteilung@kuvb.de

Internet: www.kuvb.de
www.bayerluk.de