

حقائب الظهر المدرسية الثقيلة قد لا تناسب أجسام الأطفال وتسبب لهم إجهاداً
والإمساك



?? ????? ?????? ?????? ?????? ?? ??? ????????? ??
??? ?????? ?????? ?? ?????? ?????? ?????? ?????????
??
????????? ?? ?????? ?????????? ??? ?????? ??????
????????????? ?????????????? ?????????? ?? ??????????????
??????????.

?? ????? ?? ????? ????? ?? ????? ????????? ?????
??
?????? ????????? ??? ????????? ??????? ??? ?????????
?? ????????? ?? ????????? ????????????????? ?? ?????????
???. ?????
???????? ????????????? ?? ?? ????? ????????? ????????? ??
???????? ????????? ????????? ????????? ????????????? ?????????????
???????????? ?????? ?? ?????? ????????? ?????? ?????? ?????
???????????????? ?????? ?? ????????? ?????? ??????????. ????? ??
????? ??? ????????? ?????? ????????????? ?????????? ?? ??
??
????? ?????? ?? ?????????? ??? ????????????? ?????????????????
????????? ?????? ?????????? ?????????????.

????? ????????????????? ?????????? ??? ????????????? ?????? ?????????
??
????????? ?? ??? ?????? ?????????? ?????????? ?????? ?????????
????????? ?????????? ?????? ?? ????????????? ?????? ?????? ??????
????????? ?????? ?????????.

????? ?????? ?????????? ?????????? ?????????? ?????? ?? ?????????
????????? ?????? ?????????? ?????????????????

????? ?????? ?????? ?????????? ?????????? ??????
????????? ?????????? ???????? ????????????? ??????
???????????? ??????? ?? ?????? ????????????? ??? ??????
?????????? ?? ?????????? ??????? ????????????? ??????????
????????????????? ??????? ?? ?????????? ??????? ?????????
??
????????????????? ?????????????? ?????????????? ?????????? ????? ??
??
?? ?????? ??????? ?????? ?????? ??????? ?????????????? ???
????????????? ??? ??????? ?????????????.

????????? ?????????????????? ?????????????? ??? ??????????
???? ?? ?????????????? ?????? ?????? ?????? ?? ??????? ???????
?? ?????? ?????? ?? ?????????? ?? ?????? ?????????? ?? ??????
????????? ??? ?????????? ??? ?????????? ?????????? ???
??
????????? ?????? ????????. ??? ?????????? ??? ?????? ???????
????????????? ??? ?????????????? ?????????? ??????? ?????????
?????????

?????? ??????????? ?????? ??????? ??????????? ??? ??????

?????? ?? ????? ????? ?????? ?? ????? ?????? ???
?????? ??? ?? ????? ?????? ?????? ?? ?????
????????? ??? ??? ?????????? ?????? ??????????
????????? ?????????? ??? ?? ?????? ?????? ??????????
?? ????????? ?????????.

????????? ?????? ?????? ??? ?????? ?????? ?????
????????????? ?????????? ?? ?????????????? ????? ??
????????? ?????? ??? ?????????? ?????? ?????????? ???
????? ??? ?????? ?????? ?????? ?????? ?????? ???
??????.

????????: «????????? ?????????? ?? ?????? ?????? ?????
??? ?????? ?????? ??? ?????? ?????????? ??? ?????
?????????. ??? ??? ?????????? ?? ?????? ??? ??????????
????????? ?????????? ?????? ?? ??? ??????????.

????????? ?????????????? ?????? ?? ?????? ?????????? ?????
????????? ??? 10% ?15% ?? ??? ?????? ??????
?? ?????????? ?????????? ?????????? ?????? ??????????????
??? ?? ?????????? ?????????? ?? ?????? ?????? ??????

????? ???????? ??? (Samantha Ness)? ???
?????? ?????? ?? ?????? ???????? ?????????????? ???
??
????????????? ?????????? ?????? ?? ?????????????? ???
??????? ??? ?????????? ?? ?????? ???????. ?????? ??
????????? ?????????????? ?????????? ??? ?????????????? ?? ?????????
????????? ?????????????? ??? ?????? ??????????????
????????????? ?? ?????????? ??? ??? ?????????? ?????? ???
????? ?????????????? ?????????? ?????????? ??????????. ?????????? ??
??? ?????????? ?????????? ?? ?????????? ?????????????? ?? ?????????
????????????? ??? ?????????????????? ?? ??????????????
????????????? ?????????????? ??? ?????????????? ??????????????????
????? ?? ?????????? ?? ?????????? ??? ?????? ?????????
????????????

?? ?????? ?????????????? ?? ?????????? ?????? ?????? ?? ?????????
????????? ?????????? ?? ?????????? ?????? ?????????????????
????????????? ??? ?????? ?????????? ?????????????? ??????????????
??? ?????????????? ?????????????? ?????????? ?????????????? ?????????????
??
????????? ??????????

????????????? ?????????? ?????? ?????????? ?????????? ??????????????

???? ???? ???? ???? ???? ????
 ????? ???? ???? ????
 ??????????????????????????
 ?????

[illegible]

??? ???? ?????????? ?????????? ??? ??????
 ??????? ?????????? ?????????? ?????????? ?????? ??????
 ?????? ?????????? ?????????? ?????? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
 ?? ?????????? ?? ?????? ??? ??? ??????????
 ??????????? ??????? ??????? ??????????? ?????????? ???
 ???????. ?????????? ?????????? ?????????? ?? ????????? ??????
 ????????????? ?? ??? ?????????? ????????????? ?????? ??????
 ??????? ?????????? ??? ????????????? ?????????? ??? ???
 ??????????? ?????????? ?????? ?????????? ?????????? ??????
 ?????????? ?????? ?????????? ??????????????????

?? ????? ?????? ?????? ?????????? ?????????? ??????????
???? ?????? ?????????? ?????????????? ?????????????? ?????????????? ??????
????????? ?? ?????????? ?? ?????????? ?? ?????????????? ??
????????? ??? ?????? ??? ?????????? ??? ?????????? ?????? ??????
????????? ?? ?????? ?????????? ?????????? ?? ?????? ??????????????
????????????? ?????????? ?????????? ?????????????? ??????????
?????????????

???? ?????????????? ?????????? ?????? ?? ?????? ?????????? ??
????????????? ?????? ?????? ?????????? ?? ?????????? ?????????? ??
????????? ?? ?????? ?? ?????? ??? ?????? ??? ?????????? ??????????????

????????? ?????????? ??? ?????????? ?????????????? ??? ??????????
????????? ??? ?????? ?????????????????? ??? ?????????????????? ??
????????????? ?? ?????????? ??? ?????? ?????????? ?????????? ??????
?????? ?????????? ?? ?????? ?????????????? ??????????????. ???
????????????? ?????? ??? ??? ?????????? ?????????? ??????
????????????????? ?????????? ?????? ??? ?????????? ?????? ??????
????????????? ?????????????? ?????????? ?????????????? ??????????????
????????? ??? ?????? ?????? ?????? ?? ?????????? ?????????????? ?? ??
?????? ?????? ?????????? ?????????? ?????????????? ??????????
????????? ?????? ?????????? ?????? ?????????????? ?????????? ??????????
????? ?? ?????? ?????????? ?????????????? ??? ?????? ?????? ??????????

???? ????????? ????????? ????????? ???? ????? ?????????