

# Mission : Cartable Léger !

Guide pratique pour le collège à l'ère de l'iPad



# Fournitures : moins c'est mieux !



## **Cahiers Fins**

Préfère les cahiers de 48 pages  
plutôt que 96.  
C'est 2 fois plus léger !



## **Classeurs Souples**

Oublie les gros classeurs rigides.



## **Stylo 4 Couleurs**

Un seul outil pour tout faire évite  
d'avoir une trousse surchargée.

# Une trousse minimaliste

- ✓ Emporte seulement le strict nécessaire.
- ✓ Un surligneur double couleur peut suffire.
- ✓ Une mini-gomme prend moins de place.
- ✓ Utilise une pochette à rabat fine et légère

# Bien ranger son cartable

-  **Poids lourd contre le dos** : iPad et grands cahiers au plus près du dos
-  **Répartition du poids** : remplis les poches latérales de ton sac de façon équilibrée pour garder ton dos droit.
-  **Tri régulier** : une fois par mois, vide ton sac pour enlever tout ce qui est inutile

# **Choisir le bon sac à dos**

## **L'ergonomie avant tout**

Opte pour un sac léger à vide avec des bretelles larges et rembourrées.

**RAPPEL : Porte ton sac sur les deux épaules pour éviter les douleurs !**