

# Pátek Lidových novin, 18. 8. 2017

## SEPIŠTE SI SEZNAM

Pokud nechcete na nic zapomenout, napište si potřebné pomůcky na seznam. Buď si sestavte vlastní, nebo se řiďte tím, který často navrhuje samotná škola. Požadavky se mohou lišit škola od školy.



## VYUŽÍTE OSTATNÍ RODIČE

Vždy je dobré se spřátelit s pečlivým rodičem, který přesně ví, co děti do školy potřebují, a je ochotný se s vámi o ceně informace podělit.

## Zpátky do školy bez starostí

Bez čeho se neobejde prvňák, jak vybrat pomůcky pro starší školáky a co ocení rodiče při nákupu věcí pro středoškoláky.

Text: [Lucie Hamplová](#)



## NAKUPUJTE ONLINE

Vyhnete se otravným frontám v obchodech a ještě ušetříte. Online papírnictví má třeba obchodní dům Mall.cz nebo obchod Košík.cz.



## HROMADNÉ NÁKUPY SE VYPLATÍ

Některé školy nabízejí hromadné nákupy učebnic a někdy i školních pomůcek. Případně se můžete domluvit s dalšími rodiči a objednat pomůcky spolu.

**B**líží se konec prázdnin neštvě jen děti, kterým končí dva měsíce volna, ale i jejich rodiče. Ti tuší, že je brzy čeká pořádný vítr v peněžence spojený s návratem jejich potomků do školních lavic. Je přitom úplně jedno, jestli doma máte natěšeného prvňáčka, zkušeného školáka, nebo ostrířeného pubertáka. Naštěstí pro přetížené rodiče se dají nákupy školních potřeb zjednodušit pomocí moderních technologií, které ušetří nejen peněženku, ale také namáhané nervy a v neposlední řadě i drahocenný čas.

### Základ pro prvňáky

Bez ohledu na věk dítěte je jasné, že bude potřebovat opravdu spoustu věcí. Není v silách žádného rodiče si zapamatovat úplně všechno, a tak se hodí sestavit si nákupní seznam. Některé školy dávají na konci akademického roku svým žákům soupis potřeb s tím, co je třeba do září pořídit. Zrada je, že se obvykle jedná o seznamy papírové, a tak se snadno ztratí ještě dřív, než je stihnete využít.

„Když šel můj starší syn, kterému je teď dvacet, do první třídy, bez papírových seznamů jsem nedala ani ránu. Ted s mladším je to o dost snazší, protože se mezi rodiči vždycky najde někdo, kdo si seznam potřebných pomůcek vytvořil a posle ho ostatním mobilem,“ popisuje své rodičovské zkušenosti Tereza Černá, která bydlí poblíž Prahy a právě v těchto dnech řeší školní nákupy.

„Pamatuji si, jak naše máma nesnášela fronty v papírnickách, zvlášť když jsme dorazili domů a my si s bráchou vzpomněli, že jsme ještě něco zapoměli. Já se podobným zážitkům naštěstí vyhnu,“ dodává dvojnásobná matka s tím, že se jí vyplatilo být v kontaktu s ostatními rodiči, třeba přes e-mail nebo sociální síť. „Jedna z mých kamarádek je velmi pečlivá. Trochu ji podezřívám, že se na další školní rok chystá už od konce června, ale přesně ví, co je potřeba mít do školy připravené. Bohudík naše děti chodí do stejné třídy.“

Pro některé rodiny – například ty, kde funguje střídavá péče a oba rodiče se dělí o nákupy školních pomůcek – může být řešením online nákupní seznam uložený na cloudovém serveru, jako je One Drive. Dá se tak přibližně zjistit, co už někdo z rodiny koupil a co naopak ještě chybí. Navíc do takového seznamu třeba v mobilu může mít přístup i starší dítě. Některé školy pro rodiče prvňáků seznam pomůcek zveřejňují na svých webových stránkách. Vždy je dobré se řídit soupisem, který předá škola nebo některý z učitelů či učitelek, protože se požadavky na pomůcky mohou dost lišit. Rodič se tak vyhne tomu, že něco koupí zbytečně a naopak na důležité pomůcky zapomene. Mnoho vyučujících však

# Pátek Lidových novin, 18. 8. 2017

počítá s možností, že budete pomůcky nakupovat v průběhu září, a tak respektují, pokud hned první den školy není výbava kompletní.

U prvňáka je však takřka povinností mít školní tašku nebo spíš batoh připravené předem. Výběru je důležité věnovat dostatek času, protože jejich kvalita může výrazně ovlivnit držení těla a mít na svědomí některé jeho poruchy.

Při našem rozhodování je nutné dbát na ergonomické vlastnosti výrobku a sledovat, zda je pro dítě nošení batohu pohodlné," říká fyzioterapeutka Marie Hájková z Centra léčby pohybového aparátu Mediterra. Pokud aktovka nebo batoh nesedí, znamená to nevyrovnanou zátěž pro svaly a páteř. Neméně podstatným kritériem je váha aktovky nebo batohu, neboť už samotné učebnice váží poměrně dost. „Důležitým faktorem jsou anatomicky tvarované, měkké a zároveň široké ramenní popruhy, u nichž lze nastavit délku, zádová část by měla kopírovat přirozený tvar dětské páteře," radí fyzioterapeutka Hájková. Základem je vybrat výhradně mezi batohy, které byly vyrobeny právě s ohledem na potřeby rostoucích dětí.

## Jak vybírat pro starší školáky

Obecně platí, že přibývá věcí, které škola nehradí, a to se týká už prvňáků. Samotné vzdělání je sice zdarma, stejně tak většina učebnic, ale škola může požadovat nákup pracovních sešitů, písanek nebo třeba cvičebních listů.

Ušetřit se dá, pokud škola nabízí hromadné objednávky. Ty se mohou vztahovat i na některé školní pomůcky, například sešity. Proto je dobré se předem informovat, co mají rodiče koupit sami a co zajistí škola. Další možností je dohodnout se přímo s dalšími rodiči na hromadném nákupu pomůcek.

Celý nákup lze provést online od kuchyňského stolu, což znamená úsporu času i peněz. Ceny v e-shopech bývají v průměru o pětinu nižší než v běžných obchodech. Velká papírenská oddělení mají například internetové obchody Mall.cz, SEVT.cz, Activaček.cz a podobně. Online nákupy také nabízejí zvyhodněné sady školních potřeb. Předem si však ověřte, zda je zboží skladem, na kolik vyjde poštovné a jak dlouhá je dobační lhůta.

Další možností je spojit nákup školních pomůcek s běžným nákupem potravin přes



internet. Tuto službu nabízí hned na několika místech Česka, nejen v hlavní město, hned několik e-shopů, například Tesco online nebo Rehlík.cz. Sešity, voskovky nebo třeba krabičku na svačtinu můžete přiblížit k obvyklému týdennímu nákupu.

„Chceme rodičům začít školního roku co nejvíce usnadnit, a tak nabídneme kvalitní školní tašky, sešity, psací a výtvarné potřeby, ale třeba i tipy na zdravé svačiny," přibližuje Barbara Isabel Peřilová, která pracuje pro online obchod Kolík.cz.

Podle ní platí, že rodiče zajímá při nákupu školních pomůcek komfort, kvalita, ale také trendy a v případě školních batohů samozřejmě bezpečnost. Spolehlivý e-shop má největší český výrobce školních batohů Topgal, který mimo jiné umožňuje online chat na svých webových stránkách, a tak je možné najít vhodný model pro konkrétní dítě poměrně snadno.

U starších školáků je dobré věz v potaz, že už mají svůj vlastní vkus a poměrně jasné představy o tom, co jsou ochotni nosit do školy. Proto je užitečné je přiblížit k výběru školních pomůcek. Treba tak, že jim pošlete odkazy



## DESET LET GUMOVACÍHO PERA

I letos v září můžete využít v gumaocárni pera Pilot Friction. Jsou to Friction Výrazy. Pero používáme 30 minut denně výjimečně a budeme sledovat, jak si převede. Stačí je výrazně zaplnit cerou jako třeba Xtra, Nika Air Max nebo výrazně vstoupit do zra pro celou rodinu. Více na [www.frictioncolor.com](http://www.frictioncolor.com).

na konkrétní věci, jako je penál, box na svačtinu, sportovní oblékače na hodiny školáka a podobně, a sdělit předvýběr odpovídající vašim finančním možnostem za ně.

## Středněškolákům pomůže srovnávací

Nákup školních pomůcek vždy znamená výděl pro rodinný rozpočet, nicméně dá se ušetřit. Užitečným nástrojem je online srovnávací cen. To můžete udělat buď sami, nebo využít internetové srovnávače, jako například Heureka.cz nebo Zboží.cz, které vám sdělí i informace o ceně dopravy a době dodání. Nahlednost do porovnávání zboží a také sledovat recenze ostatních zákazníků se vyplácí, pokud se chystáte investovat do dražšího vybavení pro středněškoláka. Ten se už obvykle neobejde bez notebooku, který mu zjednoduší studium a umožní využít více zdrojů informací. Užít se dříve mohou také i online, například si zlepšovat jazykovou úroveň.

Dalším užitečným nástrojem je portál Kup.cz, jenž funguje i jako mobilní aplikace a porovnává ceny různých obchodních řetězců. Přimo v mobilu si tak můžete zjistit, zda vám vybrané zboží jinde nekoupíte levněji. Nemá smysl porovnávat každý sešit, ale třeba u nákupu sportovní sáčky či školního batohu se už takové hledání vyplácí. Pro případ špatné volby si ještě zkontrolujte, jaké podmínky pro vrácení či výměnu zboží obchody nabízejí. Ze zákona máte při internetovém nákupu 14denní lhůtu na vrácení bez udání důvodu. Některé obchody však toto období prodlužují až na měsíc, případně umožňují vrácení zboží i v kamenné pobočce. Nampak u kamenných obchodů je možnost vrácení nebo výměny pouze dobrou vůlí obchodníka, nikoliv vašim přívěrem garantovaným zákonem.

Pokud se stejně rozhodnete vydat do kamenných obchodů, vyplatí se počkat až na přelom srpna, nebo dokonce začátek září. Obchodní řetězce se obvykle v tuto dobu potřebují zbavit velkých zásob školních potřeb, a protože největší nával zákazníků už mají v tyto dny za sebou, snižují ceny ještě více. Výběr je už sice o něco menší, ale můžete zase více ušetřit. V neposlední řadě lze ušetřit také při nákupu starších učebnic. Pomohléhně se po webových bazarech Bazaračebnic.cz, Bazaračebnic.cz či Sbazar.cz. Zdejnem knih, které je nutné koupit, mohou být i starší školáci prodávající posloužné učebnice. Stačí se jen zepat, třeba v internetovém diskusním fóru školy, obce nebo městské části.

## Vylepšit se sám

Ožehavým faktorem při nákupu je i kvask potomka a sociální tlak ze strany jeho vrstevníků, kteří jej přesvědčují, že něco prostě mít musí, aby nebyl úplně mimo.

# Pátek Lidových novin, 18. 8. 2017

„Jen těžko své dítě přesvědčíte o tom, že si má něco odepřít, když vy sami si kupujete věci jen tak pro radost,“ vysvětluje psychologka a psychoterapeutka Jana Bítezinová. Podle ní velmi záleží na tom, jak jsou nastavena pravidla komunikace i o tématech, jako jsou finance v konkrétní rodině. „Můžete se domluvit na určitém kompromisu, třeba na koupi jedné věci s oblíbenou postavíčkou, kterou jako rodič ještě skousnete.“

Když děti chtějí vybavení do školy podle vlastního vkusu a rodičovské zdroje nejsou neomezené, lze vylepšit běžné školní pomůcky podle sebe. Motto „do it yourself“ zní mnohem líp než rukodělné činnosti, ale výsledkem mohou být více či méně vtipné výšivky či placky na „starém“ a „trappném“ školním batohu či oblečení. Řada obchodů, jako například nyní prodejny Tchibo nebo Tiger, pak nabízí různé nažehlovací nášivky a také nálepky s „cool“ motivy.

» Ožehavým faktorem při nákupu je vkus potomka a sociální tlak ze strany jeho vrstevníků. «

