

... na trgu že od leta 2018


KINESTHETIC**DESK**

KINESTETIČNA MIZA

ZA DOBROBIT VAŠIH STANOVALCEV

ČEMU KINESTETIČNE MIZE?

Kinestetična miza je zelo uporaben pripomoček, posebej v domovih za starejše ali za ljudi z različnimi potrebami, saj spodbuja gibanje, stimulacijo čutov in izboljšanje splošnega počutja njenih uporabnikov.

 02 828 00 53

 WWW.INOVATIO.SI

 **inovatio**

RAZGIBAJTE TELO, RAZGIBAJTE MOŽGANE



ZNANOST JE NA STRANI KINESTETIČNIH MIZ

Kinestetična miza **omogoča uporabniku ob stanju tudi ustrezno gibanje za mizo.**

Naslonjalo za nogo (nihalka), ki je v obliki gugalnice, omogoča uporabniku, da ne vztraja v statičnem položaju, ki je nezdrav.

Uporabnik ob mizi **izmenično postavlja nogo na gugalnico**, kar pomaga izvajati gibe, s katerimi **aktivira cerebellum (male možgane)** in hkrati izmenično **omogoča nogam počitek.**



Pionir kinestetične mize je **mag. Jani Prgič**, ki je **vodilni strokovnjak** v Sloveniji za aplikativno rabo **spoznanj nevroznosti** pri vodenju timov, izvajanju komunikacijskih treningov, programih za pomoč v stiski, **poučevanju** in delu s klienti, tako mladostniki, odraslimi kot s starostniki.

Jani Prgič je kinestetično mizo razvil z namenom, da bi **zmanjšal negativne učinke dolgotrajnega sedenja** in **spodbudil bolj aktiven ter zdrav življenjski slog za vse ljudi**. Z razvojem kinestetičnih miz je prispeval k večji prepoznavnosti in uporabi tovrstnih pristopov v izobraževalnem okolju in na delovnih mestih.

Kinestetična miza designed by Jani Prgič

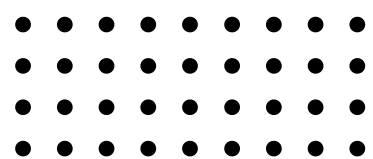


UPORABNOST KINESTETIČNE MIZE

Kinestetična miza je **inovativno orodje**, ki je zasnovano za **spodbujanje fizične aktivnosti** in **izboljšanje motoričnih sposobnosti uporabnikov**.

V prostorih, ki izvajajo storitev institucionalnega varstva za starejše, bi imela **številne koristi**, tako za **fizično** kot za **psihološko dobrobit** stanovalcev.





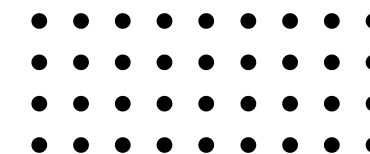
KORISTI

Fizične koristi

Kinestetične mize so zasnovane tako, da spodbujajo gibanje, raztezanje in različne vrste telesnih vaj, kar je izjemno pomembno za starejše osebe.

Psihološke koristi

Uporaba kinestetične mize ni le fizična dejavnost, ampak tudi duševni izziv. Ponuja nekaj, kar je preprosto, vendar hkrati spodbuja koncentracijo, koordinacijo in mentalno agilnost.



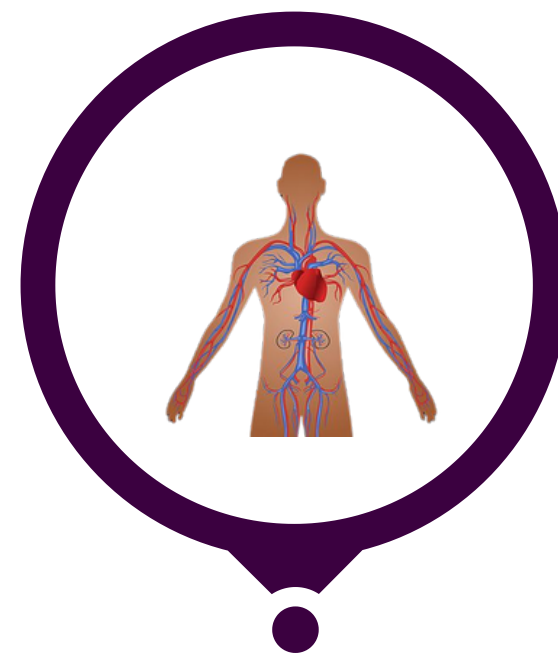
Z UPORABO MIZE BI STAROSTNIKI LAHKO PRIDOBILI FIZIČNE KORISTI



Izboljšana
gibljivost in
fleksibilnost



Krepitev mišic



Spodbujanje
krvnega obtoka



Izboljšanje ravnotežja

MIZA PA PRINAŠA TUDI PSIHOLOŠKE KORISTI



Ohranjanje mentalne aktivnosti

Omogoča fizično gibanje med razmišljanjem, kar lahko pozitivno vpliva na koncentracijo in pozornost. Ko se telo giblje, se povečuje pretok krvi v možgane, kar lahko izboljša duševno jasnost in spodbudi kreativno razmišljanje.



Izboljšanje počutja

Med izvajanjem vaj (nihanje z nihalko) se sproščajo endorfini, kar lahko vpliva na izboljšanje razpoloženja.



Spodbuja socializacijo

Če se miza uporablja v skupnem okolju, se uporabniki med seboj pogovarjajo in sodelujejo, kar lahko zmanjšuje občutek osamljenosti.



Zmanjšuje napetost

Nihanje deluje kot pomirjevalna dejavnost, ki lahko zmanjša stres ali napetost. Vadba na mizi lahko zmanjša občutek tesnobe ali depresije, kar je pogosto prisotno pri starejših.

NAMIGI ZA UPORABO KINESTETIČNE MIZE!

V SKUPNIH PROSTORIH

To je lahko prostor za druženje, kjer je ena ali več kinestetičnih miz skupaj postavljenih na lahko dostopnem mestu. S tem se omogoči uporabo kinestetične mize več stanovalcem hkrati. Spodbuja se druženje in na tak način se spodbuja socializacija.

V SOBAH STANOVALCEV

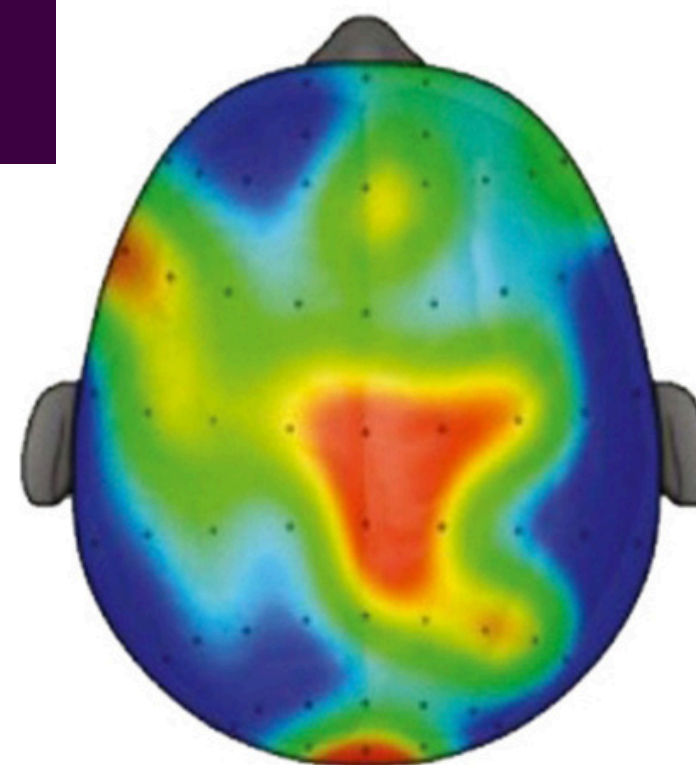
Nekateri stanovalci, ki morda ne morejo sodelovati v skupinskih aktivnostih, v skupinskih prostorih, bi kinestetično mizo lahko uporabljali tudi v svojih sobah, tako da bi imeli priložnost za samostojno vadbo.

FIZIOTERAPIJA

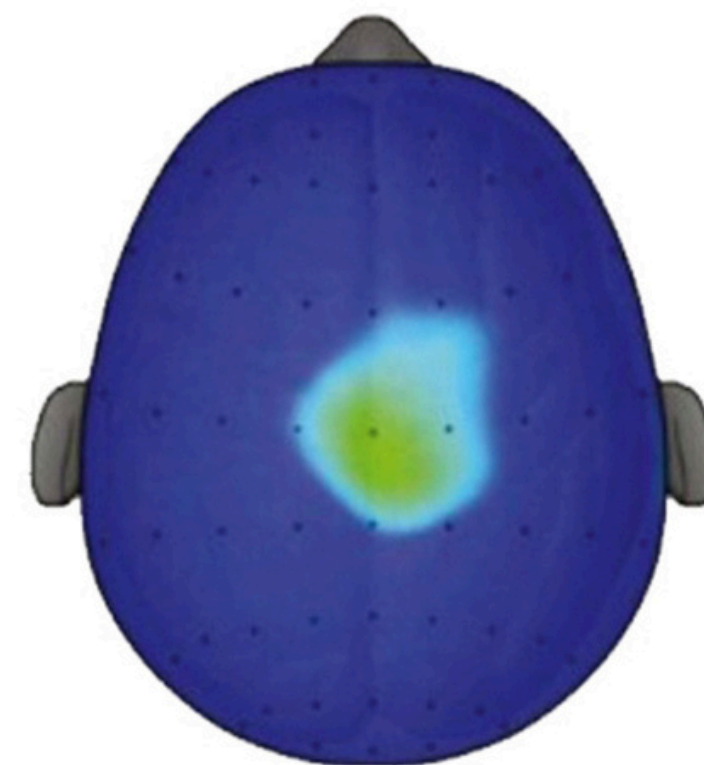
Kinestetična miza bi lahko bila vključena v programe, ki jih vodi fizioterapevt ali negovalno osebje, ki bi zagotovilo pravilno uporabo in izvedbo vaj, prilagojenih individualnim potrebam stanovalcev.

RES JE LAHKO KORISTNA!

Kinestetična miza ponuja mnoge prednosti za stanovalce domov, ki bi z njeno uporabo lahko **izboljšali svojo telesno in duševno dobrobit** ter pridobili večjo neodvisnost pri vsakodnevnih aktivnostih.



slika možganov
ob fizični aktivnosti



slika možganov
brez fizične aktivnosti

ZASKRBLJUJOČE!

Do leta 2050 se bo za 4x povečala pojav demence (Alzheimer).

Pojav prizadene do 50% ljudi, starih 85 let ali več.

Gibanje dokazano zmanjšuje tveganje za nastankom demence ter pomaga pri izboljšanju čustvenih stanj, kot so anksioznost, depresija idr.

Depresija namreč poveča verjetnost za Alzheimerjem pri ženskah za dvakrat, pri moških za štirikrat.



KINESTHETIC**DESK**



Kinestetična miza designed by Jani Prgič

Dimenzije površine mize	Pravokotna oblika mizne plošče velikosti 70 x 50 cm.
Višina mize	Miza je enostavno nastavljiva s pomočjo plinskega dviznega mehanizma (76 cm – 114.5 cm).
Mizna plošča	Mizna plošča je plastificirana preko robov in je odporna na razlitje tekočin. Debelina mizne plošče je 25mm.
Dodatki	Na podnožju mize je nameščen kavelj za obešanje. Pod mizo je kovinska polička za odlaganje.
Dobava	Nesestavljeno

inovativne rešitve za prihodnost



inovatio

"KINESTHETICDESK

**HVALA
ZA VAŠO POZORNOST**

ZA VEČ INFORMACIJ SMO NA VOLJO

02 828 00 53



KONTAKT@INOVATIO.SI

