



 Independent
Living Centre
of WA (Inc)



Центар за самостојно живеење на Западна Австралија

Центарот за самостојно живеење (Independent Living Centre) дава бесплатни и непристрасни информации и советодавни услуги за да ви помогне да го одберете најсоодветниот производ за вас

The Niche, Suite A, 11 Aberdare Road, NEDLANDS WA 6009 Телефон: 1300 885 886 Линија за информации: (08) 9381 0608

Одбирање на погоден стол

Одбирање на стол

Многу е важно столот да биде погоден.

Наоѓањето на удобен стол е нешто многу лично и поединечно.

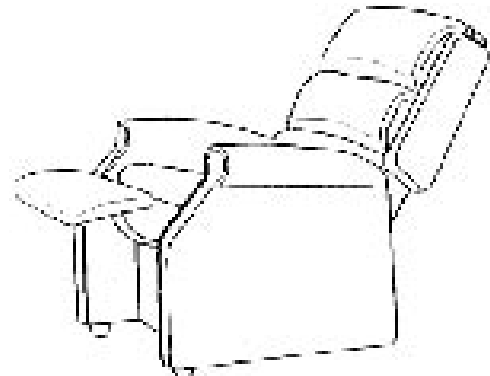
Изборот на стол треба да зависи од:

- Намената за која тој ќе се користи, на пример, за работа или за седење на маса
- Кој ќе го користи столот.



Список за проверка на работите што треба да се земат предвид:

- Широчината и длабочината на седиштето и височината од подот.
- Височината и должината на потпирките за раце.
- Височината на потпирката за грбот и нејзиниот облик.
- Колку е лесно да се седне во столот и да се стане од него.
- Подвижноста на столот.
- Стабилноста.
- Материјалите.
- Приспособливоста.



Положбата на телото и удобноста

Ако столот има добра големина и облик...

- Колковите и колената треба да се наоѓаат под агол од околу деведесет степени.
- Стапалата треба удобно да лежат на подот или на потпората за стапала.
- Предниот раб на седиштето треба да е свиен надолу, и да завршува на два до три прста зад колената.
- Искосеност на седиштето:
За јадење - рамно.
За канцеларија - рамно или малку накосено нанапред.
Фотелја или фотелја што се спушта - малку накосено наназад.
- Кога рацете се ставени на маса или на работна површина, лактите треба да се наоѓаат под агол од околу 90 степени со отпуштени рамена.
- Природните облици на 'рбетот се поткрепени и придржувани.

Трпезариски столови

- Височината на столот треба да овозможи рацете да може удобно да се држат на височина на масата.
- Може да биде потребна потпора за стапалата за да ги поткрепува стапалата и глуждовите на нозете.
- Должината и височината на потпирките за раце треба да овозможуваат столот лесно да може да се привлече кон масата.
- Тапацирани потпирки за раце може да бидат поудобни.
- Потпирката за грбот треба да го прикрепува долниот дел на грбот и да помага да се одржува исправена положба на телото.
- Нозете на столот треба да обезбедуваат стабилна поткрепа.
- Столот треба да биде доволно лесен за да може лесно да се оттурне од масата.

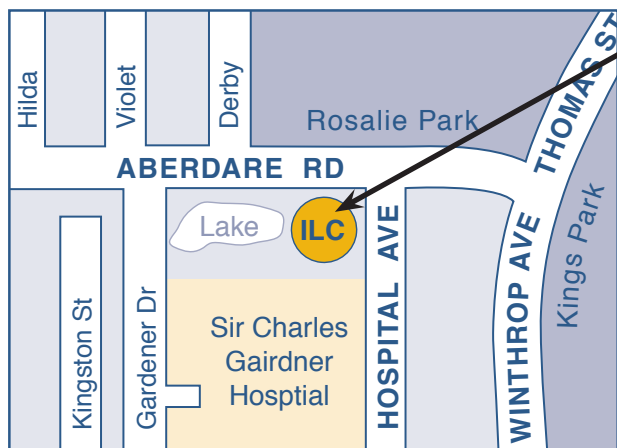
Канцелариски столови

- Ако истиот стол го користат повеќе лица, тогаш височината на седиштето, височината и положбата на потпирката за грбот во однос на столот треба лесно да се приспособуваат. Приспособувањето може да биде рачно или со помош на гас.
- Свездеста петокрака основа на тркалца обезбедува стабилност и подвижност.
- Височината на столот треба да овозможува рацете да се држат удобно на височина на масата.
- Може да биде потребна потпора за стапалата за да ги поткрепува стапалата и глуждовите на нозете.
- Долниот дел на грбот треба да биде добро поткрепен. Потпирката за грбот треба да ја следи линијата на долниот дел на грбот и да биде благо свиена околу телото.
- Седиштето што е искосено напред може да помогне да се одржува природната извиеност на грбот.
Искосената работна површина исто така може да го ограничи наведувањето напред.

Фотелји

- Седиштето треба да биде удобно цврсто и доволно високо за да може корисникот лесно да се исправи во стоечка положба.
- Фотелјата за одмор (исправена или што може да се спушта) треба одзади да ги прикрепува долниот и горниот дел на грбот и вратот.
- Широчината на седиштето треба да биде таква што од обете страни на телото ќе има простор од по неколку прста, но сепак потпирките за раце да бидат удобно блиску.
- Потпирките за раце треба одоздола да ги прикрепуваат долниот дел на раката и дланката и да бидат цврсти заради полесно оттурнување при станувањето.
- Седиштето треба да го прикрепува горниот дел на ногата, но треба да биде благо свиено надолу и да не врши притисок зад колелата

Може да се добијат брошури и за други теми



Каде да не најдете

The Niche
Suite A, 11 Aberdare Road
NEDLANDS WA 6009

Приемно одделение:
(08) 9381 0600

Повици од внатрешноста:
1300 885 886

Телефакс: (08) 9381 0611
Место на интернет: www.ilc.com.au

© Copyright - Independent Living Centre