



TM

# צעירים לנצח

פארקי ומתקני פעילות והעצמה לאזרח הוותיק

לקידום פעילות גופנית, לשיפור איכות החיים ודחיית התלות של האזרח הוותיק ולהזדקנות בריאה ומיטבית.

"האדם לא מפסיק לשחק כאשר הוא מזדקן אלא הוא מזדקן כאשר הוא מפסיק לשחק" (ג'ורג' ברנרד שו)



חברת "צעירים לנצח" מבית מסורי מתכת וגיזור, פיתחה מערכת מתקני פעילות ייחודיים לאזרחים וותיקים. המערכת מותקנת בפארקים ציבוריים, בתי אבות, מועדוני יום, מתנ"סים ועוד, ונועדה לשיפור היציבה והפעילות הקוגניטיבית, לחיזוק וגמישות השרירים, ועוד.

מערכת המתקנים מסייעת להזדקנות בריאה ולדחיית התלות וההזדקנות הגריאטרית - ומקדמת יצירת מפגשים חברתיים להפגת הבדידות. שימוש במתקנים אלו יתרום להנכחת המבוגרים והזקנים במרחב הציבורי בישראל, ויחזק תחושות שייכות לסביבה בה האדם בוחר להזדקן. הפעילות על מערכת המתקנים עשויה לסייע בדחיקת תלות, שיפור היציבה ושיווי המשקל ומניעה של נפילות (או סיוע בשיקום לאחר נפילה).

המתקנים הייחודיים עוצבו למשתמשים ומשתמשות בכל רמות מגבלות התנועה והפעילות הקוגניטיבית, ומאפשרים הנגשה מלאה וחופשית לכל אדם באשר הוא. עיצוב המתקנים נעשה על בסיס תפיסת עולם הוליסטית ומעשית, בעזרתם של מומחים מתחום הגריאטריה, נבדקו ונחקרו ע"י מומחי יציבה ושיקום מהקריה האקדמית אונו החג לספורטתרפיה וריפוי בעיסוק שאישור חד משמעית את יעילותם למשתמשים.

בשנה הראשונה לפעילותינו כבר התקנו מעל 20 פארקי פעילות בכל הארץ, החל מפארקי עירייה ציבוריים, מרכזי יום לאזרח הוותיק, בתי אבות, דיור מוגן ובתי חולים שיקומיים.



## מציאות קודרת

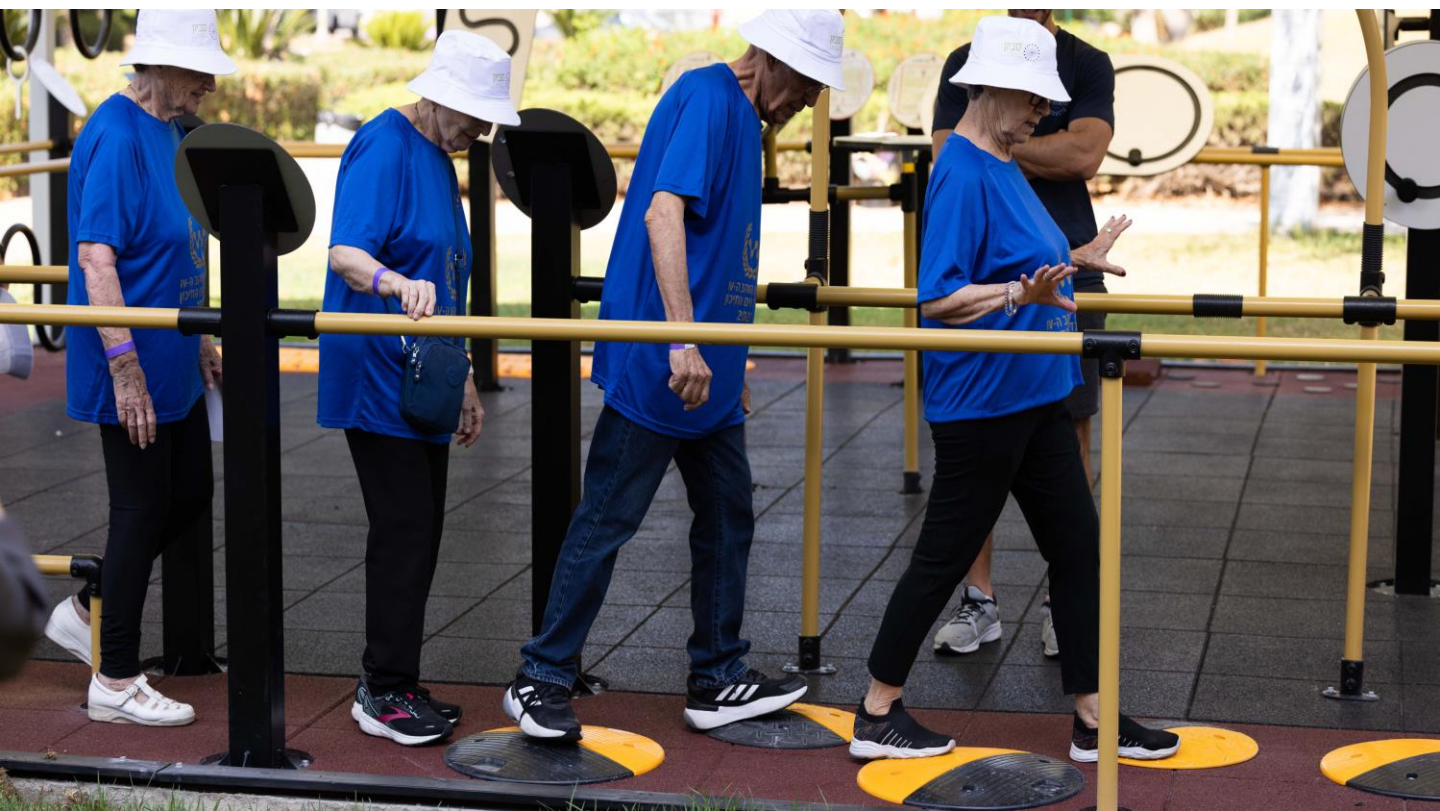
בישראל ישנם עשרות אלפי גני שעשועים אשר עוצבו לילדים בין הגילאים 3-12, מאות פארקים לכלבים, אלפי מגרשי כדורגל וכדורסל ציבוריים ואלפי מתקני\מתחמי ספורט ייעודיים אשר עוצבו למשתמשים מעל גיל 13. בעידן בו אוכלוסיית בני ה 60+ בישראל גדלה משנה לשנה, לא ניתן למצוא שום מערכת מקבילה המיועדת לציבור זה בישראל.

יש לציין שמתקני הספורט הקיימים כיום בפארקים הציבוריים אינם מתאימים לפעילות של קהל יעד זה, ושימוש במתקנים הללו ללא הדרכה עשוי לגרום לנזק ופציעות.

"צעירים לנצח" מתיימרת למלא את החלל הזה ולהתקין מתקני פעילות לבני 60+ בפארקים, מרחבים ציבוריים, בתי אבות, מועדוני יום, בתי חולים ועוד.

חלק מלקוחותינו





## אודות המתקנים

מערכת המתקנים שלנו היא המקבילה לגני משחקים של ילדים ומטרתה בראש ובראשונה לאפשר נגישות חופשית לכלל אוכלוסיית היעד בישראל. המתקנים נוצרו על מנת שהמשתמשים בהם יוכלו לשמר מיומנויות חברתיות ומנטליות, במקביל לשיפור ושימור פעילות ותנועה קוגניטיבית, חיזוק היציבה והשריר, חיזוק הביטחון העצמי ואף המחשבה היצירתית.

יש לציון, שבשונה ממתקני הספורט בפארקים, מתקני הפעילות שלנו תוכננו במיוחד לעידוד רמת פעילות מתונה בקרב נשים וגברים בגיל 60 ומעלה. המטרה העיקרית של המערכת היא לסייע להם לשפר וְאו לשמר את שיווי המשקל והפעילות הקוגניטיבית, ולזכות בניידות טובה יותר - על מנת להפחית את הסיכון לנפילות ודחיית התלות בסביבה. בנוסף, המערכת מהווה גם מרכז פעילויות חברתיות ורב-דורי נהדר, בו המשתמשים יכולים לשחק ולהתאמן ביחד עם בני גילם או עם נכדיהם - במרחב הציבורי הפתוח - כמו כל קבוצת גיל אחרת בישראל.





## קידום אג'נדה חברתית רוחבית בעזרת שיתופי פעולה מוצלחים

**בבסיס החזון שלנו כిזמים, אנו מבקשים לתרום לאיכות החיים ולבריאות של האזרחים והאזרחיות הוותיקים בישראל, על ידי העצמת נוכחותם הפיזית במרחבים הציבוריים והפרטיים במדינה.**

אנחנו מאוד אוהבים את המתקנים שלנו. עם זאת, ברור לנו כי מדובר בפתרון אחד מיני רבים, למספר נושאים הנוגעים לאיכות חייהם של אזרחים וותיקים בישראל.

כחברה, אנו מחפשים לשתף פעולה עם מומחי גריאטריה וגרונטולוגיה, וגם ארגונים - פרטיים, חברתיים וממשלתיים - התומכים בקהל היעד שלנו ברמה הפיזית, המנטלית או החברתית. אנו מעוניינים לשתף פעולה גם עם חברות המייצרות מוצרים משלימים, פיזיותרפיסטים ועוד.



**צעירים לנצח**  
פארקי ומתקני פעילות והעצמה לאזרח הוותיק



## מערכת מתקנים מודולרית

מערכת המתקנים שלנו מעוצבת בצורה מודולרית וקלה להרכבה, על מנת לתת מענה למגוון רחב של צרכים ודרישות כגון: תקציב, שטח ציבורי מוגבל, מענה ספציפי לחתך אוכלוסייה מסוים (כסאות גלגלים, שיקום, וכדומה).

תחת ידינו ישנם קרוב ל-70 מתקנים המיועדים לפעילויות שונות. מתקנים אלו יכולים לתפקד כיחידות עצמאיות, או כחלק ממערכת מתקנים מותאמת אישית.

ניתן להתאים את התקנת המערכת לפי תנאי השטח הספציפיים אצל הלקוחות, למשל לאורך שביל הליכה. בנוסף יש ביכולתנו לספק פתרונות הצללה בהתאם לצורך.

תהליך התאמת המערכות המודולריות והמתקנים ייעשה מול צוות החברה ולפי צרכיהם המיוחדים וְאוּ התקציב הקיים של לקוחותינו.

בנוסף, ניתן להזמין מתקנים גם לפי התמקדות ספציפית בתחום מסוים כגון: מסלול אתגרי הליכה ויציבה (היחידי בעולם), קואורדינציה, זיכרון, פעילות קוגניטיבית, גמישות, סיבולת לב ריאה ועוד.





Recumbent bike



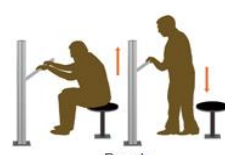
Disc lift & turn



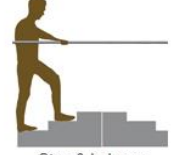
Back massage



Foot tap platform



Bench sitting to standing



Step & balance



Ankle strengthening



Functional reach



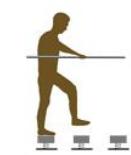
Recumbent bike



Balance beam



Step-over path



Wobble steps



Inclined ramp



Snake bar



Zig-Zag Bar



Psychomotor discs feet activation



Psychomotor discs hand activation



Pattern board



Hand bike



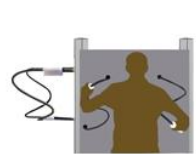
Tai Chi



Hanging wheel back & shoulder stretch



Hip abductor



Wrist & shoulder exercise



Calf stretching



Sitting rotating stretch hip-twist



Sitting wobbly hip twist



Standing wobbly balance disc



Brain exercise games standing



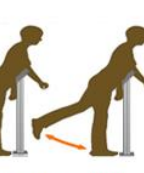
Brain exercise games sitting



Step up & down platform



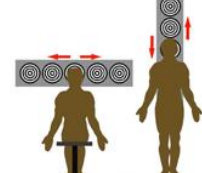
Ankle and calf stretching



Hip & leg extension



Standing balance & stretch hip-twist



Vestibular training



Giant "connect 4" brain exercise



Brain exercise



Sciatic trainer



Wrist roller



Shoulder stretch and joint exercise



Chin-up stretch



Finger ladder



Hand throttle bar



Curl balance beam



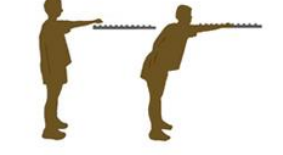
Zig-Zag balance beam



Wavy curl balance beam



Ankle strengthening



Functional reach



Recumbent bike



Leg stretcher & massager



Leg stretch



Shoulder rope stretch - standing



Shoulder rope stretch - sitting



Snake bar



Zig-Zag Bar



Psychomotor discs feet activation



Psychomotor discs hand activation



## מה עשוי לסייע להתמדת הפעילות במתקנים ע"י קהל היעד לאורך זמן?

על מנת להבטיח שימוש שוטף במתקנים, אנו פועלים, בשיתוף הגורמים המקומיים בעולמות הזקנה, גם להנגשתם בשטח ובקהילה. למשל:

1. התקנת המתחם בסביבה בטוחה, מרכזית, נגישה, מוצלת ומוארת
2. הנגשת המקום על ידי התקנת שילוט גדול ומואר
3. התקנה של 6 מערכות מתקנים לכל הפחות, לגיוון הפעילות
4. עזרה ביצירת חיבורים לפעילויות ספורט לוקאליות לגיל השלישי כגון קבוצות הליכה, מדריך מסייע, פעילות חברתית ועוד
5. ביצוע סקרים ובדיקות אפקטיביות כולל שיפורים במידת הצורך





# הקורונה המחישה זאת היטב: זה הזמן לייצר מרחב פתוח ובטוח לפעילות פיזית גם לקהילת הגיל השלישי בישראל למה תורמת הפעילות על המתקנים?

- הפגת הבדידות
- תחושת שייכות
- סיוע לאחר פציעה ושיקום
- פעילות רב דורית
- שוויון חברתי במרחב הציבורי
- הזדקנות בריאה בבית ובבתי האבות
- דחיית התלות וההזדקנות הגריאטרית
- שיפור היציבה למניעת נפילות
- שיפור הפעילות הקוגניטיבית
- יצירת מפגשים חברתיים



- נשמח לעמוד לשירותכם לכל שאלה ובקשה.
- במידה ותרצו חומר נוסף והסברים על כל פעילות ופעילות נוכל לתאם מצגת נוספת יותר מעמיקה.

גיא שחם – סמנכ"ל מכירות ופיתוח עסקי - 050-468-1201

ישראל מסורי - 050-258-1334

[4everyoungisrael@gmail.com](mailto:4everyoungisrael@gmail.com)

[www.4everyoung.co.il](http://www.4everyoung.co.il)



**צעירים לנצח**

פארקי ומתקני פעילות והעצמה לאזרח הוותיק