



PostureGuard Persona

ARDA BEY

Demografi

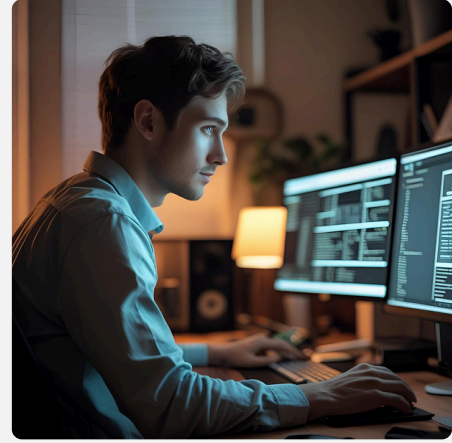
Erkek 28 İstanbul
Uzaktan Çalışan Yazılımcı

Biyografi

Arda, bir teknoloji şirketinde tamamen uzaktan çalışıyor. Gününün 8-10 saatini kod yazarak, toplantılara katılarak ve monitörüne odaklanarak geçiriyor. Proje teslim tarihlerinin yoğunluğu nedeniyle sık sık nasıl oturduğunu unutuyor.

Gereksinimler

- Hedefleri:**
 - İşinde verimli olmak ve odaklanmasını sürdürmek.
 - Gün sonunda hissettiği sırt ve boyun ağrısından kurtulmak.
 - Uzun vadede ciddi bir sağlık sorunu yaşamamak.
- Zorlukları:**
 - "Sürekli 'dik dur' diye kendine hatırlatmaktan sıkıldı."
 - Pahalı ergonomik ekipmanlara yatırım yapmak istemiyor.
 - Mola vermeyi veya egzersiz yapmayı sık sık unutuyor.
- Uygulamadan Beklentisi:** Çalışmasını bölmeden, arka planda onu izleyen ve sadece duruşu bozulduğunda nazikçe uyarın bir asistan.



ZEYNEP

Gereksinimler

- Hedefleri:**
 - Derslerinde başarılı olmak.
 - Sağlıklı yaşam alışkanlıklarını genç yaşta edinmek.
 - Enerjisini yüksek tutmak.
- Zorlukları:**
 - "Duruşunun ne kadar kötü olduğunu farkında değil."
 - Sürekli yorgun ve bitkin hissediyor.
 - Spor salonuna veya bir uzmana gidecek bütçesi ve zamanı yok.
- Uygulamadan Beklentisi:** Kendisini eğitecek, duruşunun neden önemli olduğunu anlamasını sağlayacak ve kolayca kullanabileceği ücretsiz bir araç.

Demografi

Kadın 21 Ankara
Bilgisayar Mühendisliği
3. Sınıf Öğrencisi

Biyografi

Zeynep, finaller ve projeler nedeniyle geceleri de dahil olmak üzere uzun saatler boyunca laptop başında ders çalışıyor. Genellikle yatağında veya uygun olmayan bir masada çalışmak zorunda kalıyor.





EBRU HANIM

Demografi

Kadın 34 Eskişehir
Kurumsal Hayat Profesyoneli

Biyografi

Ebru, büyük bir kurumsal şirkette İnsan Kaynakları Uzmanı olarak çalışıyor. Gününün büyük bir kısmı e-postalara yanıt vermek, rapor hazırlamak ve online toplantılara katılmakla geçiyor. Şirketi son zamanlarda "ergonomi" ve "çalışan sağlığı" konularına önem vermeye başlasa da, Ebru yoğun iş temposu içinde kendi duruşuna dikkat etmeyi sık sık unutuyor. Son zamanlarda özellikle gün sonunda omuzlarında ve sırtının üst kısmında bir gerginlik hissetmeye başladı.

Gereksinimler

- Hedefleri:**
 - Çalışanlara önerdiği sağlıklı yaşam prensiplerini öncelikle kendisi uygulamak ve örnek olmak.
 - İş sonrası enerjisini koruyarak sosyal hayatına daha aktif katılmak.
 - Uzun vadede kronikleşebilecek sırt ve boyun ağrılarının önüne geçmek.
- Zorlukları:**
 - Yoğun toplantı takvimi yüzünden düzenli mola veremiyor.
 - Telefonuna kurduğu "mola ver" veya "dik dur" alarmlarını, işine odaklandığı için dikkate almıyor.
- Uygulamadan Beklentisi:** İş akışını bölmeyen, sessiz ama etkili bir yardımcı. Sadece belirli aralıklarla uyarıcı bir alarmdan ziyade, duruşu bozulduğu anda onu nazıkçe bilgilendiren ve anında düzeltme yapmasını sağlayan akıllı bir sistem arıyor. Kendi gelişimini takip edebileceği basit bir skordama özelliği olması onun için bir artı olur.



KAAN YILMAZ

Gereksinimler

- Hedefleri:**
 - Mekanik becerilerini en üst seviyede tutmak.
 - Sakatlanma riskini en aza indirerek e-spor kariyerini uzun soluklu hale getirmek.
 - Yayınlarında izleyicilerine tutarlı ve yüksek performans sergilemek.
- Zorlukları:**
 - "Yoğun bir çatışma anında duruşunu düşünmek, oyundan kopmak anlamına geliyor."
 - Standart "mola ver" uygulamaları, rekabetçi bir maçın ortasında çaldığında tamamen işlevsiz ve sinir bozucu oluyor.
- Uygulamadan Beklentisi:** Oyun deneyimini kesinlikle bölmeyen, arka planda sessizce çalışan bir veri analisti. Maç sırasında değil, belki maç aralarında veya antrenman sonrası ona veriye dayalı geri bildirimler sunmasını bekler. Uygulamanın, ona özel olarak bilek ve omuz sağlığını koruyacak, 5 dakikalık hızlı ve etkili esneme hareketleri önermesi büyük bir artı olur.

Demografi

Erkek 22 Ankara
Profesyonel Valorant Oyuncusu

Biyografi

Kaan, günde 6-8 saatini antrenman yaparak ve Twitch'te yayın yaparak geçiriyor. Onun için her milisaniye ve her piksel önemlidir. En ufak bir fiziksel rahatsızlık veya odak kaybı, bir raundu veya maçı kaybetmesine neden olabilir. Son zamanlarda uzun oyun seansları sonrası bileklerinde ve sırtında hissettiği ağrıların, nişan alma (aim) hassasiyetini ve reaksiyon süresini olumsuz etkilediğini fark etmeye başladı.

