Adaptarea mediului

Pasul „Acționează” în abordare educațională

Relevant pentru diferite tipuri de

dizabilități

**Partea întâi „Deficiență de vedere”**

Descriere pas cu pas

Mediul nostru, în cele mai multe cazuri, îngreunează situația persoanelor cu deficiențe de vedere. Pentru a-l face mai accesibil trebuie să luăm în considerare mulți factori, dintre care cei mai importanți sunt:

* Culori
* Contrastele
* Denumiri
* Iluminat
* Strălucire și reflectări
* Pardoseala
* Zgomot
* Obiecte în exces (dezordinea)

**1. Utilizarea culorilor**

Culorile aflate în opoziție oferă cel mai bun contrast.

**2. Utilizarea contrastului**

Culorile opuse oferă cel mai bun contrast, dar trebuie să luăm în considerare și cât de luminoase și clare sunt aceste culori. Cu cât culorile sunt mai luminoase, cu atât este mai mare contrastul.

**3. Recomandări importante privind utilizarea culorilor și a contrastului**

3.1. Este important să existe un contrast între:

* Mânerele ușilor - uși în sine
* Uși - pereți
* Ramele ușilor - pereți
* Spătarele auxiliare și mânerele - pereți și podea
* Pereți - podea

3.2. Cum să măsurați intensitatea culorii și contrastul:

* Măsurarea valorii de reflectanță a luminii (LRV)
* Contrast = (B1 - B2) x 100 / B1, unde
* B1 = LRV al zonei mai luminoase
* B2 = LRV al zonei mai întunecate
* LRV = 0 este literalmente negru și LRV = 100 este alb.
* **Sunt dorite combinații de culori care au o valoare a contrastului de cel puțin 70.**

**4. Designații/săgeți**

La plasarea semnelor, este necesar să se țină cont de dimensiunea lor, contrast și cât de ușor pot fi înțelese. Este, de asemenea, important unde sunt plasate pentru a fi ușor de distins.

**5. Iluminare** - Diferite condiții vizuale necesită iluminare diferită pentru ca oamenii să poată vedea cât mai bine posibil. Unii oameni au nevoie de mai multă lumină - alții (de exemplu, cei cu albinism) au nevoie de mai puțină lumină.

**Întotdeauna întrebați care este iluminarea preferată pentru fiecare membru al grupului.**

**6. Strălucire și oglinzi**

Strălucirea poate cauza disconfort pentru persoanele cu anumite afecțiuni de vedere. Oglinzile pot fi foarte confuze, iar cele fără ramă creează o impresie falsă a a ceea ce este în fața noastră.

**7. Suprafețe** - diferite tipuri de suprafețe pot ajuta persoanele cu deficiențe de vedere să se orienteze - iarbă, pavaj suplimentar și alte elemente tactile pe pavaj.

**8. Zgomot** - zgomotul poate distrage, dezorienta și deruta persoanele cu deficiențe de vedere.

**9. Obiecte străine (dezordine)** - prea multe obiecte sau elemente în mediul înconjurător fac dificilă orientarea persoanelor cu vedere afectată.

**Partea a doua "Dizabilitățile fizice"**

De obicei, atunci când ne gândim la persoanele cu dizabilități fizice, primul lucru care ne vine în minte este imaginea unei persoane într-un scaun cu rotile. Și acesta este cel mai comun concept legat de ei. Dar, de fapt, dizabilitățile fizice sunt mult mai variate și diferite în tip. Ele pot fi legate atât de mobilitatea fizică limitată, cât și de dexteritatea redusă.

În general, persoanele cu dizabilități fizice au dificultăți în deplasare și în efectuarea diverselor mișcări - ridicarea unei mâini, statul în picioare, șederea, mersul, ridicarea unor obiecte etc.

Mai departe, leziunile pot afecta fie o parte specifică a corpului (de exemplu, o picior sau un braț), fie întregul corp.

O altă distincție pe care o putem face este legată de durata dizabilității. Aceasta poate fi pe termen scurt (temporară), pe termen lung și permanentă. Astfel de leziuni sunt răspândite și pot fi de obicei legate de diverse accidente.

În plus față de acest tip de dizabilitate, unele sunt genetice sau legate de boli care duc la dizabilități fizice.

Principalele probleme ale persoanelor cu dizabilități fizice sunt legate de deplasarea lor în mediul urban, accesul la clădirile publice și transportul public. Există diverse soluții pentru a-i facilita.

Când vorbim despre deplasarea în mediul urban:

* Rute fără obstacole
* Trotuare cu borduri coborâte
* Trotuare mai late și nivelate pentru scaunele cu rotile
* Butoniere accesibile pentru semafoare pentru persoanele în scaune cu rotile
* Scări antiderapante și balustrade pentru a ajuta persoanele cu mobilitate redusă
* Locuri de parcare special designate pentru persoanele cu dizabilități fizice
* Reducerea limitelor de viteză în zonele dens populate

Pentru locuri publice precum magazine, restaurante, hoteluri etc.:

* Rampe de acces,
* Lifturi,
* Scări rulante,
* Uși mari,
* Scări securizate
* Toalete accesibile
* Locuri de parcare special designate pentru persoanele cu dizabilități fizice

Pentru transportul public:

* Rampe de acces,
* Lifturi,
* Scări rulante,
* Uși mari,
* Scări securizate
* Butoane de oprire coborâte pentru utilizatorii de scaune cu rotile,
* Informații vizuale și audio despre stații, astfel încât călătorii cu mobilitate redusă să știe când trebuie să se pregătească să coboare din tren sau autobuz.

**Partea a treia "Dizabilitățile intelectuale"**

Atunci când vorbim despre dizabilități intelectuale, trebuie să știm ce sunt și cum sunt definite. Definiția lor este următoarea: Dizabilitatea intelectuală este un termen folosit atunci când există limite în abilitatea unei persoane de a învăța la nivelul așteptat și de a funcționa în viața de zi cu zi. Persoanele cu dizabilități similare au probleme cu gândirea logică, conceptualizarea, comunicarea și luarea deciziilor.

Pentru ca ei să se simtă incluși și să aibă acces liber, este necesar să le oferim un mediu în care se simt în siguranță și protejați.

În locuri publice precum magazine, restaurante, hoteluri etc., este necesar să existe informații accesibile și ușor de citit, pe care persoanele cu dizabilități intelectuale le pot înțelege și utiliza ușor. Acest lucru poate fi realizat ușor folosind propoziții scurte, fără expresii ambiguu și folosind exemple.

Pentru orientare ușoară, în special în complexele mai mari, hărțile și fotografiile părților clădirii sunt utile. În mod separat, pictogramele sunt o modalitate excelentă pentru ca vizitatorii cu dizabilități intelectuale să se orienteze în mediul înconjurător.

Scările sigure - pentru deplasarea liberă a acestui tip de vizitatori, este necesar ca scările să fie prevăzute cu iluminare corespunzătoare și margini contrastante și antiderapante.

În transportul public, se folosește tot mai des prezentarea audiovizuală a informațiilor de-a lungul rutei (de exemplu, următoarea stație, posibilitatea de a face transfer la alt transport etc.). De asemenea, se poate lucra pentru simplificarea acțiunilor necesare pasagerilor și, în special, a celor cu dizabilități intelectuale, pentru a facilita deplasarea lor.

Puteți accesa videoclipul materialului aici: <https://youtu.be/zw0zHI0oNIk>

**Linkuri către alte resurse:**

<https://www.ukcoaching.org/resources/topics/toolkits/supporting-peoplewith-a-visual-impairment-toolkit/what-makes-an-accessible-environment>

https://www.inclusivecitymaker.com/accessibility-solutions-different-types-physical-disabilities/?fbclid=IwAR3jxiJk3fGWl\_\_APjRN4KcfpGZSJYwEP11X2ZvhTMJtlqBt 7E6DXnw4SZQ

<https://www.inclusivecitymaker.com/accessibility-people-physicaldisabilities-public-venues/>

<https://www.cdc.gov/ncbddd/developmentaldisabilities/facts-aboutintellectual-disability.html> <https://www.inclusivecitymaker.com/transport-accessibility-intellectualdisability/> <https://www.inclusivecitymaker.com/9-tips-welcome-person-intellectualdisability/>