

УНІВЕРСАЛЬНИЙ ДИЗАЙН

Конспект лекцій



Борисенко Є., Брем С., Іванова О., Опаленик Я., Сарсадських І., Свет Є. (2024).
Універсальний дизайн: конспект лекцій. (Уклад.: Виртосу І., Іванова О.).
ПРООН. 118 стор.

Цей конспект лекцій було підготовлено за підсумками Школи універсального дизайну 2024 року, реалізованої у межах проєкту ПРООН «Протимінна діяльність в Україні» за фінансової підтримки уряду Швеції.

Думки, зауваження, висновки або рекомендації, викладені в цьому документі, належать розробникам і не обов'язково відображають погляди ПРООН чи уряду Швеції.

Авторський колектив:

Євген Борисенко — архітектор, містопланувальник, співзасновник Експертного центру з універсального дизайну «Pro.UD/Universal Design», випускник Школи УД 2018 року.

Софія Брем — архітекторка, фахівчиня з фізичної доступності Експертного центру з універсального дизайну «Pro.UD/Universal Design», випускниця Школи УД 2018 року.

Олена Іванова — спеціалістка з універсального дизайну, координаторка проєктів з інклюзії та доступності Програми розвитку ООН, співзасновниця Експертного центру з універсального дизайну «Pro.UD/Universal Design».

Яна Опаленик — дослідниця концепції універсального дизайну, Експертний центр з універсального дизайну «Pro.UD/Universal Design».

Ілля Сарсадських — спеціаліст із безбар'єрних рішень для людей з порушенням слуху.

Євгеній Свет — консультант із питань безбар'єрного середовища, реабілітолог, тифлопедагог.

Укладачки:

Ірина Виртосу — залучена консультантка ПРООН, журналістка.

Олена Іванова — спеціалістка з універсального дизайну, координаторка проєктів з інклюзії та доступності Програми розвитку ООН, співзасновниця Експертного центру з універсального дизайну «Pro.UD/Universal Design».

Передмова

Війна в Україні призвела до масового руйнування міст і громад, які чекають на відбудову. Тисячі людей дістали інвалідність внаслідок війни, зокрема спричинену вибуховими пристроями. Одним із ключових елементів моделі Програми розвитку ООН (далі – ПРООН) з надання допомоги людям, які постраждали від вибухонебезпечних предметів, є створення інклюзивного, безбар'єрного середовища в їхніх громадах.

Ми не повинні чекати закінчення війни, ми повинні починати відбудову країни вже зараз, забезпечуючи її інклюзивність. У цьому процесі маємо дотримуватися норм та стандартів доступності, принципів безбар'єрного та універсального дизайну.

У 2024 році ПРООН відновила Школу універсального дизайну, щоб забезпечити підготовку фахівців для інклюзивного відновлення.

У 2018 році ПРООН успішно запустила цю ініціативу, орієнтовану на викладачів та студентів, які цікавляться універсальним дизайном. Такі терміни, як доступність, зручність та універсальність, стали частиною щоденного лексикону випускників першої в Україні Школи універсального дизайну. За перший рік роботи Школа підготувала 70 фахівців, здатних застосовувати принципи універсального дизайну під час планування середовища, послуг, інформації, одягу, політик та програм.

Школа універсального дизайну довела свою життєздатність, адже серед випускників Школи багато таких, хто використовує отримані знання у своїй професійній діяльності. Окрім цього, група ініціаторів та випускники Школи згодом заснували Експертний центр «Pro.UD/ Universal Design», який не тільки надає консультації та супроводжує проекти, але й провів Літню школу універсального дизайну в Івано-Франківську, Школу універсального дизайну для освітніх установ Україна-Казахстан та серію семінарів і майстер-класів.

У 2024 році ПРООН відновила Школу універсального дизайну, а до викладання було залучено вже і випускників 2018 року. Отже, ще 69 архітекторів, містопланувальників, громадських активістів, представників місцевих адміністрацій міст та громад різних областей України пройшли навчання та здобули знання та навички застосування принципів універсального дизайну та норм доступності на практиці.

Враховуючи, що заявок на навчання було подано в кілька разів більше ніж було відібрано, і організатори продовжують отримувати такі запити, було вирішено видати Конспект лекцій Школи універсального дизайну 2024 року, щоб розповсюдити знання серед ширшої аудиторії.

Сподіваємось, що матеріали, викладені у цьому виданні, стануть у нагоді всім, хто прагне долучитися до інклюзивного відновлення країни.

Окрім цього, рекомендуємо також ознайомитися з **Альманахом проєктів Школи універсального дизайну**. Альманах містить 13 проєктів, розроблених слухачами Школи у 2024 році, серед яких рішення для ветеранських центрів, закладів освіти та культури, соціальної сфери, охорони здоров'я, громадських просторів та банківських установ.

Привіт!

Мене звати УДі, і я супроводжуватиму тебе у світі зручного, безпечного й потрібного для всіх людей дизайну.

Щоб ти краще мене уявляв, я себе опишу.

До речі, коротко себе описувати під час знайомства є необхідністю (і ввічливістю) для людей, які мають порушення зору й потребують додаткового опису навколишнього простору.

Я вигаданий персонаж, моє ім'я складається з перших двох літер аббревіатури терміну «універсальний дизайн» — УДі. Я багато знаю про це, бо, укладаючи цей Конспект, використовувала купу цікавих лекцій Школи Універсального Дизайну.

Я здобула освіту у сфері архітектури й будівництва. У 2022 році стажувалася в архітектурному бюро Architectural prescription в Амстердамі в межах Міжнародного архітектурного фестивалю CANactions.

Нині працюю молодшим спеціалістом департаменту архітектурно-будівельного контролю міської ради. До того ж я волонтерка центру реабілітації для дітей та молоді з інвалідністю.

Люблю грати шахи й проектувати нові громадські простори.

У мене фіолетове волосся... бо я так хочу. Обожаю дізнаватися про наш світ і дивуватися.

А хто ти?

Може, ти архітектор і проектуєш будинки в Івано-Франківську або ж очільниця Департаменту містобудування та архітектури в Києві? Чи моя колега у Львові?

Або ж вчителька, яка має в класі дітей з інвалідністю? Чи ти тато, який щоранку зносить дитячий візок (у 7–10 кг) на вулицю з 5-го поверху хрущовки? Або ж ветеранка, що втратила на фронті ногу? Чи онук-школяр бабусі із сусіднього під'їзду?

Те, що я розкажу й покажу, буде цікаво кожній людині. Бо це про дизайн середовища, в якому ти перебуваєш, послуг, якими користуєшся, інформації, яку ти споживаєш. Це про те, щоб саме тобі було зручно, безпечно й цікаво.

Так, уявляєш, дизайн може бути цікавим і надихати. І це не забавки «штучного інтелекту», хоча його як інструмент теж можна використовувати для полегшення користування предметами та послугами.

Дизайн простору й послуг надзвичайно важливий, щоб ти як людина, як громадянин, а ще як тато чи мама, друг, вчителька, ветеран, політикиня, журналістка, учень, сусідка, дідусь міг повною мірою реалізовуватися й здійснювати свої мрії.

Як я вже згадувала, це конспект лекцій, тому не дивуйся, якщо якась інформація дублюватиметься. Це необхідно, щоб привернути увагу до ключових понять або детальніше про це розповісти.

Десь я як твоя супроводжувачка звучатиму коротко й емоційно, а десь — розлого, мов із Державних будівельних норм (ДБН). Бо я в своїх матеріалах спираюся на нормативну базу України, де ДБН є одним із основних стандартів для формування зручного й безпечного простору. Наприклад, зверни увагу на застосування норм ДБН у розділі «Доступність та універсальний дизайн закладів охорони здоров'я», які використовуються в проєктуванні та реконструкції інших громадських просторів.

А ще я поділюся найкращими українськими та закордонними практиками, тим, як «працює» універсальний дизайн і чому він такий потрібний, особливо під час відбудови.

Я також закликаю тебе цікавитися більше — додаткову інформацію розміщено наприкінці цього Конспекту.

Але хутчіш переходьмо до справи. Не терпиться якнайшвидше тобі все розказати й показати!

З повагою,
твоя супроводжувачка в темі універсального дизайну — УДі!



Зміст

Абревіатури та скорочення	9
Розділ 1. Універсальний дизайн. Принципи	10
Безбар'єрна відбудова міст та територій.....	10
Основи універсального дизайну.....	20
Доступність та універсальний дизайн громадського простору.....	24
Універсальний дизайн інформації	31
Універсальний дизайн послуг.....	33
Розділ 2. Універсальний дизайн і людське різноманіття	37
Людське різноманіття.....	37
Гендерний аспект там, де його ніхто не помічає.....	43
Архітектурні рішення, які допомагають людям із порушенням слуху.....	50
Сенсорно-чутливий дизайн	65
Дизайн, дружній для людей старшого віку	70
Розділ 3. Доступність та УД у різних сферах.....	74
Заклади культури.....	74
Ветеранські простори	80
Дитячі майданчики.....	83
Заклади охорони здоров'я.....	89
Заклади освіти	98
Санітарні приміщення.....	102
Заключне слово.....	113
Використані джерела та рекомендована література.....	114

Абревіатури та скорочення

AD	(англ.) аудіоопис
CART	(англ.) переклад у реальному часі
АДК	альтернативна і додаткова комунікація
ВПО	вимушено переміщені особи
ДБН	Державні будівельні норми
МВС	Міністерство внутрішніх справ
МГН	маломобільні групи населення
ЛГБТКІ+	лесбійки, геї, бісексуали та трансгендери
ПТСР	посттравматичний стресовий розлад
РАС	розлади аутистичного спектру
СДВГ	синдром дефіциту уваги та гіперактивності
УД	універсальний дизайн
ВООЗ	Всесвітня організація охорони здоров'я

Розділ 1.

Універсальний дизайн. Принципи

Безбар'єрна відбудова міст та територій

Авторка — Софія Брем



Пригадай, які виклики були на початку повномасштабного вторгнення, після 24 лютого 2022 року? Як ти гадаєш, про що йдеться, коли ми говоримо про відбудову України?

Якщо коротко, то...

1. Тротуари не враховували пересування маломобільних груп.

Так, протитанкові їжаки в Полтаві:

- розміщені на транзитній пішохідній зоні;
- відсутня контрастність;
- ширина між їжаками менша за 1,8 м.



На фото: дві бетонні конструкції розмірами приблизно 3 на 3 м, що розміщені на пішохідному тротуарі та зливаються з простором. Між ними проходить пара людей з дитячим візком.

2. Відсутність доступного укриття.

Укриття в Тернополі :

- до входу немає пониження;
- відсутній рівний вхід;
- відсутні камери відеоспостереження для безпеки;
- відсутні поручні;
- відсутня кнопка виклику допомоги.



На фото: На піднятому відносно дороги тротуарі без понижувального бордюру розміщене мобільне бетонне укриття з високим порогом, що унеможливує самостійний вхід для людини на кріслі колісному.

3. Ускладнена евакуація маломобільних груп населення через тотально недоступну інфраструктуру.



На фото: двоє медиків допомагають жінці на кріслі колісному зайти в будинок, долаючи високу сходинку та високий поріг.

4. Не пристосоване житло для внутрішньо переміщених осіб (ВПО).

Через те, що житловий фонд для маломобільних груп населення невеликий, людей розміщують у тих будівлях, які є. Більшість із цих помешкань не пристосовані для таких категорій громадян.



На фото: розміщені в спортивному залі ліжка для тимчасового проживання. Спортивна драбина використовується замість шафи — на ній висять речі.

5. Недоступний транспорт.

Вокзали, потяги, автобуси й інший громадський транспорт та його інфраструктура не були розраховані на переміщення людей з інвалідністю, зокрема тих, хто не міг пересуватися самостійно і потребував постійного супроводу, сімей з дітьми, людей з посттравматичним стресовим розладом (ПТСР) або нейровідмінних (нетиповий неврологічний розвиток або функціонування), а також на перевезення тварин.



На фото: вагон поїзда, до якого бригада лікарів та залізничників транспортує людину в лежачому положенні.

Однак сучасні рішення мають враховувати всіх.

І передусім йдеться про маломобільні групи населення, до яких належать:

- вагітні жінки;
- діти до семи років;
- особи, які супроводжують малолітніх дітей;
- люди старшого віку;
- люди з інвалідністю;
- люди з постійними та/або тимчасовими функціональними порушеннями (фізичними, сенсорними, психічними, розумовими);
- люди, що дістали тимчасову травму або хворіють;
- люди з нестандартними розмірами тіла — значно більшою або меншою за середню масою тіла, низького чи високого зросту;
- люди, які протягом певного часу можуть бути неуважними.

Також важливо враховувати інтереси таких груп:

- ветерани та ветеранки;
- внутрішньо переміщені особи, які втратили дім і намагаються знайти себе на новому місці;
- представники й представниці ЛГБТ-спільноти;
- люди, які мають посттравматичний стресовий розлад;
- господарі тварин і, власне, самі тварини з інвалідністю (домашні та дикі).

Здавалося б, і що з цього?

Ми всі є тими, хто в будь-який момент часу за певних обставин може виявитися або почуватися ізольованим від суспільства. Як близькі військових. Як люди, які доглядають за людьми старшого віку. Як наші сусіди, яких поранило осколком міни. Як нова колега, що виїхала з окупації і намагається самотужки утримувати сім'ю.

Отже, щоб відбувалася ефективна інтеграція в усі соціальні процеси та була можливість приносити користь суспільству, потрібно організувати:

- доступ до фізичної реабілітації та медицини;
- можливість отримати доступне соціальне житло;
- можливість опанувати нову професію та навички;
- допомогу у працевлаштуванні або започаткуванні власної справи;
- адаптацію робочого місця.

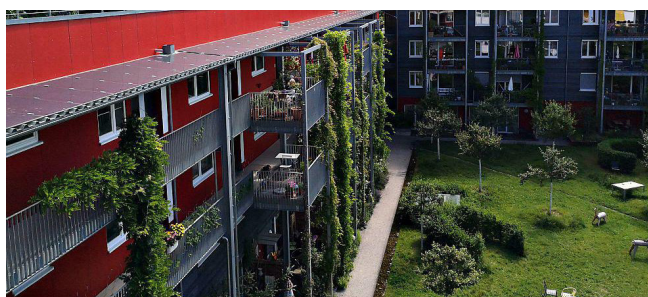
Під терміном «відбудова» здебільшого розуміють відновлення того, що було зруйновано або знищено внаслідок воєнних дій, часто забуваючи про те, що люди, яких травмувала війна, залишаються нашими сусідами в новобудовах чи старих будинках.

Тож у відновленні будинків, громад і міст орієнтиром має бути саме людина та її потреби.

Сучасне розуміння відбудови має бути комплексною політикою усіх міст та громад України.

У всіх різне бачення, коли саме час займатися цим питанням — після закінчення війни чи вже зараз. Є різні підходи:

- Відбудова у стабільному мирі.
- Відбудова з урахуванням постійної загрози.



На фото: малоповерхові новобудови з вікнами, багато зелених насаджень і відкритих місць для відпочинку



На фото: в інфраструктуру простору «вбудоване» укриття на випадок загрози.

ПРИКЛАД

Досвід Німеччини, яка розбудовується у стабільному мирі.

- **Модернізація транспортної інфраструктури:** Відбудова міст супроводжувалася модернізацією транспортної системи, що передбачало створення зручних переходів, зниження бордюрів, встановлення пандусів та організацію доступного громадського транспорту.



На фото: чоловік на кріслі колісному натискає кнопку автоматичного відчинення дверей у потяг, де вагон адаптований для рівного доступу людей з інвалідністю.

- **Реорганізація міського простору:** Важливою складовою відбудови була реорганізація міського простору. Було створено більше відкритих просторів, зелених і пішохідних зон, що сприяло кращій доступності та зручності пересування.



На фото: багатофункціональний дитячий майданчик, де діти граються з дорослими, один з яких на кріслі колісному.

- **Законодавча підтримка доступності:** Ухвалення законодавчих актів, що регулювали доступність і безбар'єрність, мало вирішальне значення. Ці закони забезпечували права людей з інвалідністю та стимулювали створення доступного середовища в усіх нових та реконструйованих об'єктах.



На фото: люди на кріслах колісних, із ходунками та інші стоять з протестними плакатами на вулиці, привертаючи увагу до проблеми з доступністю банкоматів.

- **Соціальне усвідомлення і підтримка:** Суспільство почало краще розуміти потреби людей з інвалідністю, що сприяло підтримці програм відбудови із врахуванням принципів безбар'єрності. Це також передбачало навчання громадськості та заохочення до участі в процесі планування.

ПРИКЛАД

Досвід Ізраїлю, який відновлюється з урахуванням постійної воєнної загрози.

- **Інтеграція безпекових об'єктів у міський ландшафт:** Важливим елементом планування є забезпечення захисту населення від загроз. Це передбачає інтеграцію бомбосховищ, укриттів і захисних споруд у громадські та житлові будівлі, забезпечуючи водночас їхню доступність та зручність для всіх громадян.



На фото: на дитячому майданчику облаштовано укриття у формі гусениці.

- **Зонування міських територій:** Планування міст в Ізраїлі характеризується ретельним зонуванням, де житлові, комерційні та промислові райони зводяться з урахуванням безпеки та доступності. Зонування також враховує можливість швидкого доступу до укриттів і безпечних місць.



На фото: малоповерховий багатоквартирний житловий будинок із облаштованими укриттями для кожної квартири на кожному поверсі.

- **Створення ефективної транспортної інфраструктури:** У разі виникнення надзвичайних ситуацій важливо мати розвинену транспортну мережу для евакуації населення. Транспортні маршрути розробляються з урахуванням можливих загроз, забезпечуючи безперешкодний доступ до безпечних зон.



На фото: підйомник, вмонтований у конструкцію автобуса з високою платформою.

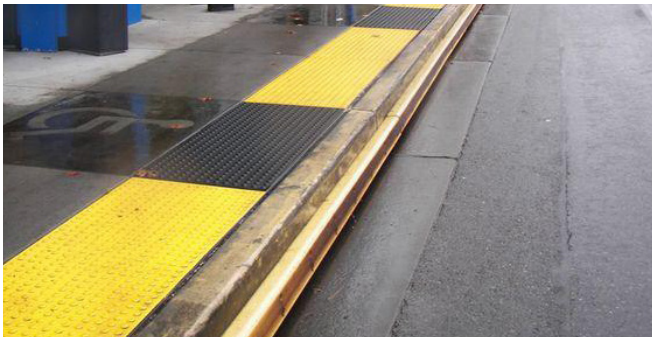
А яким же має бути досвід України?

Подумай, що важливо врахувати для відбудови вже зараз, під час війни? Можливо, планування енергонезалежності та перехід певних виробництв на зелену енергетику? Можливо, варто відійти від багатоповерхового будівництва заради малоповерхового — більш захищеного та енергонезалежного?

Це важливі питання, на які варто мати відповіді та стратегії реагування вже зараз. Звернімо увагу на кілька прикладів ключових елементів доступності:

Транспортна інфраструктура:

- Доступний громадський транспорт та транспортна інфраструктура.
- Наявна велоінфраструктура.



На фото: тактильна плитка, яка позначає межі зупинки громадського транспорту.



На фото: у вагоні поїзда — місця для велосипедів та іншого малогабаритного транспорту.



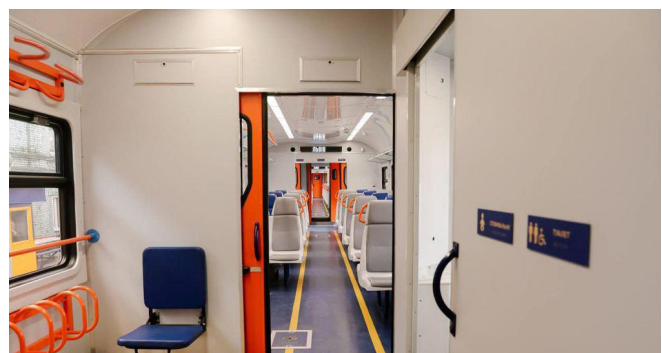
На фото: велодоріжка біля зупинок громадського транспорту.



На фото: марковані на парковці місця для людей з інвалідністю.



На фото: чоловік на кріслі колісному без супроводу проходить повз турнікет — для цього є все необхідне: на зручній висоті розташоване місце для зчитування штрих-коду квитків, достатня ширина турнікета, тактильна плитка, яка полегшує навігацію.



На фото: у вагоні — місце для людини на кріслі колісному, біля виходу, недалеко від вбиральні (позначене міжнародним символом доступності).

Архітектура:

- Малоповерхове будівництво.
- Рівномірна урбанізація та розвиток громад.



На фото: малоповерхові будинки, поруч — невеликі зони для відпочинку.



На фото: малоповерхові будівлі, зелені зони, в центрі міської інфраструктури — громадський простір (будинок культури/навчальний заклад тощо).

Екологія:

- Захист та збереження екосистем, сільського господарства.
- Зелена енергетика.

Безбар'єрність:

- Стратегії з безбар'єрності у містах та громадах.
- Соціальне житло.



На фото: малоповерхові будівлі поряд із парковою зоною.



БЕЗБАР'ЄРНІСТЬ

**Лановецька міська
територіальна громада**

Безбар'єрному середовищу бути!



На фото: скрин сайту Лановецької територіальної громади з інформацією про безбар'єрність.

Важливо розуміти, що якісне планування територій — це безперешкодний доступ до освіти, медицини, спорту, відпочинку, роботи.

І тут ключовим моментом є врахування потреб різних груп користувачів.

Захисні споруди цивільного захисту

В умовах війни або її постійної загрози важливо дбати про споруди цивільного захисту.

Так, проєктні рішення захисних споруд (а також реконструкція та капітальний ремонт) мають **забезпечувати доступність та безпеку маломобільних груп населення**.

Варто зазначити, що основні захисні споруди мають передбачати приміщення/зони для:

- дітей до 11 років (у разі необхідності — з батьками);
- годування та сповивання немовлят;
- підігріву та приймання їжі;
- тимчасового перебування домашніх тварин (за необхідності — з господарями);
- осіб з інвалідністю (за необхідності — з людьми, що їх супроводжують) із розрахунку 10% від загальної місткості захисної споруди — як відокремлена зона.

Замість відокремленої зони можуть облаштовуватися окремі приміщення для людей з інвалідністю. Такі приміщення або відокремлені зони слід розміщувати якнайближче до універсальних санітарно-гігієнічних кімнат (але не далі ніж за 50 м).

Під час створення захисних споруд слід спиратися на Державні будівельні норми: ДБН В.2.2-5:2023 «Захисні споруди цивільного захисту» зі зміною №1. Норми ДБН — це необхідний мінімум. Водночас слід шукати рішення, які дадуть змогу максимально швидко дістатися до укриття та зроблять перебування там під час тривоги безпечним і комфортним.



На піктограмі: на жовтому тлі зображено схематично відчинені двері, захищені дахом. Стрілка вказує на двері як на напрямок руху в укриття. Над дахом намальовано ракету.



На піктограмі: на жовтому тлі схематично зображено відчинені двері, захищені дахом. Людина біжить у напрямку руху за стрілкою, що вказує на двері. Над дахом намальовано ракету.



**Громадське
укриття**

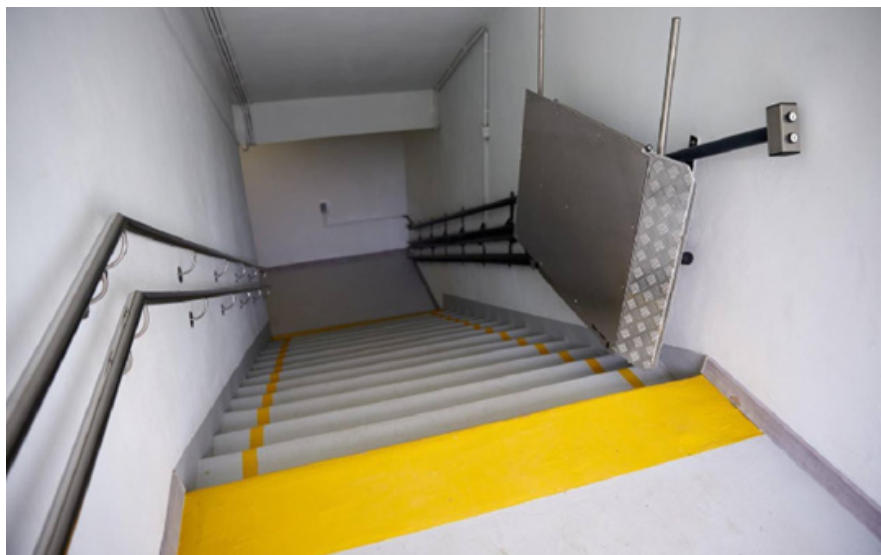
На піктограмі: на жовтому тлі — умовні фігури двох дорослих і однієї дитини, які ховаються під дахом. Над дахом намальовано ракету. Піктограма продовжується стрілкою, що вказує напрямок руху.



**Громадське
укриття**

На піктограмі: зображено умовні фігури двох дорослих, один з яких — на кріслі колісному. Люди ховаються під дахом. Над дахом намальовано ракету. Піктограма продовжується стрілкою, що вказує напрямок руху.

- Усі входи до сховищ мають бути оснащені піктограмами¹ з інформацією про призначення об'єкта.
- Якщо немає можливості встановити пандус, слід використовувати розумні пристосування, зокрема підйомні пристрої, механізми тощо.



На фото: вхід в укриття з жовтим маркуванням першої та останньої сходинок, з підйомником, що кріпиться збоку.

- Окрім контрастного співвідношення кольорів, слід використовувати матеріали зі світловідбивальними властивостями для візуальної ідентифікації за відсутності освітлення.
- Варто передбачити тактильну навігацію.



На фото: в укритті — навігація із тактильної плитки.



На фото: тактильна мнемосхема руху.

¹ Піктограми розроблені на початку повномасштабного вторгнення Росії в Україну у березні 2022 року за ініціативи Експертного центру «ПРО.УД/ Універсальний дизайн» (автори Стас Колотов, Євген Борисенко).

”

Дизайн, яким можуть максимально широко користуватися всі люди, без необхідності в адаптації або спеціалізованому дизайні.

Рон Мейс

Дизайн не про те, який вигляд воно має, а про те, як воно працює.

Стів Джобс

“

Основи універсального дизайну

Авторка — Олена Іванова

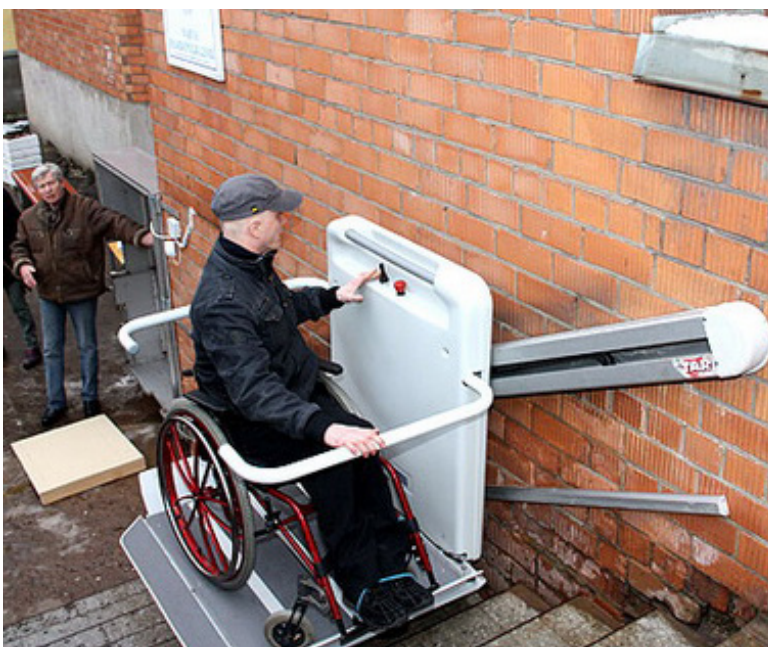


Що таке універсальний дизайн і чи стосується він виключно естетики предмета або простору? Чи помічаєш ти елементи універсального дизайну на роботі, в навчальному закладі, магазині або лікарні?

Концепція універсального дизайну виникла в 1970-х роках. Американський архітектор Рон Мейс, який мав фізичні порушення й користувався кріслом колісним, першим використав термін «універсальний дизайн».

Він був переконаний: «Ми маємо намагатися проєктувати речі таким чином, щоб вони були максимально універсальними». Водночас наголошував: «Використовуючи термін «універсальний», ми маємо усвідомлювати, що ніщо не є повністю універсальним, завжди знайдуться люди, які з певних причин не зможуть скористатися якимось предметом, хоч би як добре він був сконструйований».

Універсальний дизайн (УД) — це підхід до створення предметів, середовищ, програм і послуг, який забезпечує зручне користування ними максимально широкому колу людей без необхідності в адаптації чи спеціалізованому дизайні.



На фото: чоловік на кріслі колісному піднімається сходами за допомогою підйомника. Для нього це є розумним пристосуванням конкретно в цій ситуації і за цих обставин.

Універсальний дизайн не усуває потреби в розумних пристосуваннях — необхідних і доцільних модифікаціях і корективах.

Розумне пристосування означає внесення, коли це потрібно в конкретному випадку, необхідних і доцільних модифікацій та коректив, які не є непропорційним чи невиправданим тягарем, щоби забезпечити реалізацію прав і свобод людей з інвалідністю.

УД стосується всіх. Це — зручно, інтуїтивно та безпечно. Універсальний дизайн:

- Не орієнтований на конкретну групу людей.
- Підлаштовується під потреби різних людей.
- Орієнтований на максимальну кількість користувачів.
- Багатофункціональний.

Порівняймо, чим відрізняється УД від доступності, адаптації та спеціалізованого дизайну?

УД VS Доступність

- Доступність регулюється нормами та стандартами².
- УД включає елементи доступності, не обмежуючись лише ними.

Іншими словами, доступність — це мінімальні встановлені вимоги до наявності та/або параметрів послуги, інформації, об'єкта, середовища (фокуси УД), щоби ними могли скористатися люди з інвалідністю та інші маломобільні групи населення.

Універсальний дизайн пропонує рішення, які були б зручними й доступними кожному й кожній.

УД VS Адаптація

- УД проєктується із самого початку.
- Адаптація відбувається на вже готовому об'єкті.

УД VS Спеціалізований дизайн

- УД орієнтований на всіх людей.
- Спеціалізований дизайн призначений для потреб людей певної групи.

Рон Мейс разом із групою архітекторів, дизайнерів, інженерів розробив сім принципів УД, які нині застосовують у різних сферах: освіті, архітектурі, медицині, спорті, дозвіллі, транспорті, послугах, інформаційних технологіях тощо.

І сьогодні УД отримав потужний розвиток завдяки системним змінам в різних сферах життя:

- Соціальні драйвери: відбуваються зміни гендерних ролей та стереотипів і визнання людського різноманіття.
- Демографічні драйвери: слід реагувати на тенденцію старіння населення.
- Бізнес-драйвери: наявна потреба в розширенні ринку й отримання прибутку — за рахунок реагування на потреби різних категорій користувачів.
- Політичні драйвери: поширення концепції прав людини, коли повага до гідності людини забезпечується, зокрема, й через створення безпечного та комфортного простору й послуг.
- Технологічні драйвери: стрімкий розвиток технологій уможливило залучення та участь тих категорій, які раніше були виключені — насамперед людей з різними функціональними порушеннями.

² Дивись більше в лекції «Доступність та універсальний дизайн громадського простору».

7 принципів універсального дизайну

1-й принцип. Рівність у використанні.

Надання однакових можливостей всім користувачам, щоб уникнути виокремлення певних груп



На фото: молодий хлопець на кріслі колісному у громадській вбиральні миє руки, йому зручно користуватися краном, підхід під раковину вільний, без бар'єрів.

2-й принцип. Гнучкість використання.

- Врахування різних індивідуальних можливостей та уподобань.
- Вибір способів використання.
- Можливість налаштування користувацького інтерфейсу.



На фото (вид зверху): схематичне зонування офісного простору, де достатньо місця, є можливість гнучко переставляти меблеві модулі.

3-й принцип. Простота та інтуїтивність використання.

- Уникнення зайвих ускладнень.
- Узгодження дизайну з інтуїтивними очікуваннями користувача.



На фото: електронний тонометр із простою навігацією, великими цифрами та зрозумілими символами на екрані.

7 принципів універсального дизайну

4-й принцип. Сприйняття та доступність інформації.

Використання різних форматів для подання інформації (графічні, голосові, тактильні).



На фото: місце для вогнегасника, виконане у формі полум'я червоного кольору.

5-й принцип. Терпимість до помилок.

- Попередження про небезпеку або можливу помилку.
- Запобігання можливим несвідомим діям користувачів.
- Ізоляція небезпечних елементів.

6-й принцип. Малі фізичні зусилля.

- Раціональний підхід до докладання зусиль.
- Мінімізація повторюваних дій.
- Надання можливості користувачу підтримувати зручне положення тіла.
- Передбачення того, що у користувачів різний розмір рук і сила стискання.



На фото: жінки котять по землі важкі сині бутлі овальної форми, виготовлені з міцного матеріалу.

7-й принцип. Необхідний розмір і простір.

Забезпечення необхідного розміру та простору для зручного доступу, маніпуляцій і використання предмета будь-яким користувачем, незалежно від його зросту, віку, статури чи функціональних порушень.



На фото: паркувальне місце для людей з інвалідністю, позначене спеціальним знаком людини на кріслі колісному; достатньо простору для маневрування.

Доступність та універсальний дизайн громадського простору³

Автори — Євген Борисенко, Євгеній Світ, Олена Іванова



Чим універсальний дизайн відрізняється від доступності?
Що важливо враховувати під час проектування чи реконструкції будинку або громадського простору?

Планування будь-якого простору необхідно здійснювати з урахуванням загальних умов доступності (безпеки, можливостей, зручності, комфорту, інформативності).

А що таке доступність?

Тут важливо зупинитися на низці нормативних документів, на які слід спиратися, проєктуючи будинки, інфраструктуру, громадські простори, надаючи інформацію чи послуги.

Їх багато, але для початку варто уважно розглянути такі:

- ДБН 2.2.40: 2018 «Інклюзивність будівель і споруд. Основні положення»;
- ДБН 2.3.5: 2018 «Вулиці та дороги населених пунктів»;
- ДБН В.2.2-10:2022 «Заклади охорони здоров'я. Основні положення»;
- ДБН В.2.2-5:2023 «Захисні споруди цивільного захисту»;
- ДБН В.2.3-18:2007 «Трамвайні та тролейбусні лінії. Загальні вимоги до проектування»;
- ДБН Б.2.2-5:2011 «Благоустрій територій» ;
- ДБН В.2.2-9-2018 «Громадські будинки і споруди».

А також міжнародні стандарти:

- ISO 21542:2021 Building construction — Accessibility and usability of the built environment (Будинки та споруди. Доступність та зручність використання побудованого середовища);
- EN 17210:2021 Accessibility and usability of the built environment — Functional requirements (Доступність і зручність використання створеного середовища. Функціональні вимоги).

Спираючись на ДБН В.2.2-40:2018 «Інклюзивність будівель і споруд. Основні положення»,

- **доступність** слід розуміти як «забезпечення рівного доступу всім групам населення до фізичного оточення, транспорту, інформації та зв'язку, інформаційно-комунікаційних технологій, систем та послуг як у міських, так і в сільських районах».

І насамперед необхідно розуміти основні потреби та інтереси маломобільних груп населення.

³ Детальне застосування Державних будівельних норм в архітектурі й дизайні приміщення дивись на прикладі лікарні в розділі «Доступність та універсальний дизайн закладів охорони здоров'я».

Доступність для МГН повинна забезпечуватися:

- **Фізичною можливістю** та зручністю потрапляння й пересування об'єктом, прилеглою територією, отримання послуг.
- **Фізичною безпекою** потрапляння на об'єкт та під час пересування ним і прилеглою територією, отримання послуг.
- **Можливістю вільного отримання інформації** про об'єкт та послуги, що надаються.
- **Наявністю різних систем навігації**, можливістю вільно орієнтуватися у будівлях і приміщеннях об'єкта та прилеглий території тощо.

Водночас безбар'єрний простір не може бути створений лише формальним дотриманням нормативних вимог. Їх необхідно вдумливо читати, просторово бачити й творчо осмислювати, щоб, залежно від кола користувачів і завдань будівництва, створювати індивідуальні проекти та знаходити життєздатні рішення.

Універсальні принципи доступності:

Просторо.

Наявний достатній простір для кожної конкретної людини під час пересування, маневрування, перебування, отримання інформації чи послуг. Наявний простір рівний, шорсткий, неушкоджений, не слизький.

Безпечно (відсутність перешкод).

Відсутність будь-яких бар'єрів та перешкод, які можуть стати причиною травм у відповідному просторі. Наявний простір рівний, шорсткий, неушкоджений, не слизький. Немає наземних і навісних перешкод.

Рівно (прямо) або нормативно при перепаді висот (кути нахилу).

Прямі (рівні) шляхи руху або шляхи руху із відповідним кутом нахилу під час пересування просторами.

Рівність (можливість) отримання послуг.

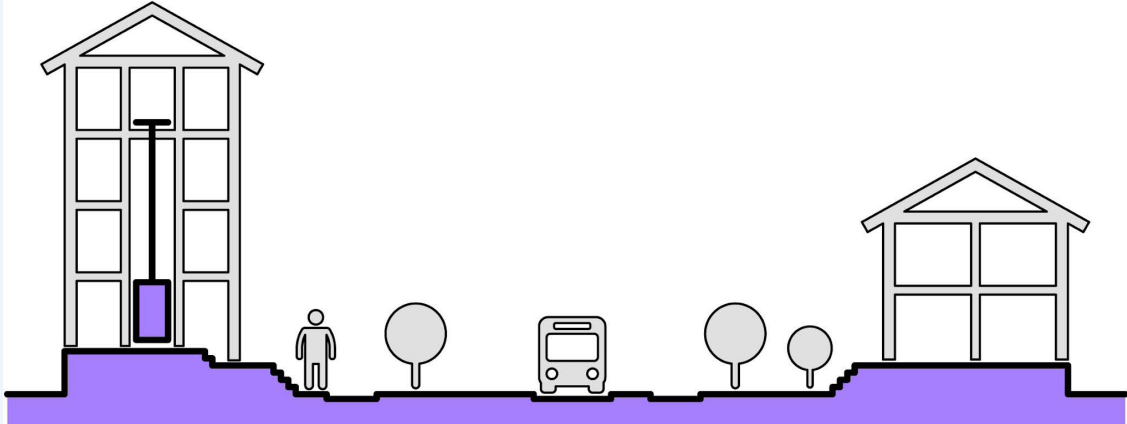
Доступні об'єкти (прилади, пристрої) послуг для різних груп користувачів з урахуванням фізичних та сенсорних особливостей.

Важливі елементи для забезпечення доступності:

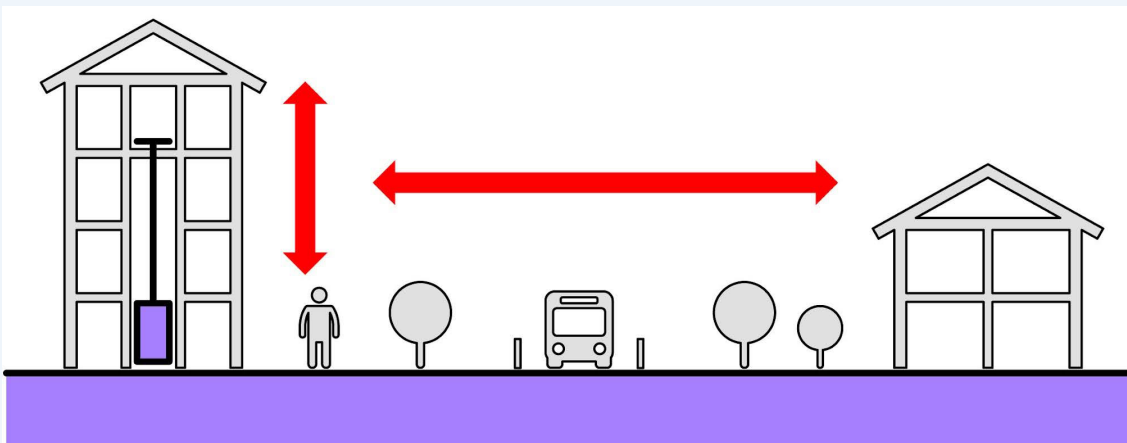
- Інформація/навігація (наприклад, засоби безпеки орієнтування, отримання інформації під час пересування чи користування послугами).
- Засоби утримання рівноваги (перила, поручні).
- Розумні пристосування у разі неможливості облаштувати доступні простори.

ПРИКЛАДИ

Перша схема є прикладом **планування з бар'єрами**. Об'єкти інфраструктури (ліфт, громадський транспорт, зупинка, будинок) розміщені на різних висотах і сполучаються сходами, які можуть бути бар'єром для певних груп.



Інша схема є прикладом планування за принципами УД. Тут та сама інфраструктура, але на одному рівні — пересування від ліфта до зупинки громадського транспорту й будинку безперешкодне (відсутність сходів, бордюрів, понижень).



- Пріоритет пішоходам перед автомобілістами.
- Є ліфт.
- Пандуси поруч зі сходами.



На фото: довгий пологий пандус із жовтими поручнями, який веде до моря. Жінці у кріслі колісному допомагає рухатися супроводжувач.

Зрозуміла міська транспортна інфраструктура:



На фото: пішохідний перехід, який регулюється світлофором і звуковим сигналом, викладена тактильна плитка, зрозуміла навігація в просторі.

- Транспорт доступний для МГН.
- Доступ до отримання послуг.
- Масштабність простору.
- Зручність пересування просторами.

Оглядовість:

- Безперешкодна видимість.
- Гарне освітлення.



На фото: у нічну пору доби гарно освітлений громадський парк.

- Доступні дитячі майданчики.
- Зручні входи до магазинів, кафе.
- Багатофункціональність (гнучкість використання) вуличних меблів.



На фото: вуличні одномісні лавки зі спинкою, яка продовжується як маленький столик. Жінка сидить на одній із таких лавок, на столику перед нею ноутбук.

Навігація в просторі



Що таке візуальний шум та дизайн-код?
Як переміщення навіть у великому незнайомому
місці зробити легким?



На фото: частина дороги, засмічена інформаційними та рекламними плакатами. Усе дуже пістряве, в цій інформації можна загубитися.

А що ти знаєш про дизайн-код?

Дизайн-код або «правила чистого міста» — це сукупність правил та рекомендацій, які формують комфортний та безпечний простір на вулицях, передусім — без візуального шуму зовнішньої реклами.

Дизайн-код не просто регулює зовнішню рекламу та вивіски, він допомагає уніфікувати вказівні знаки в місті та створити стратегію його розвитку на роки вперед.

Дизайн-код формує єдиний підхід:

- стилістичний;
- навігаційний.

Рекомендується розмежовувати дизайном і кольором навігаційну та іншу (додаткову) інформацію, використовувати колірні схеми.

Важливі аспекти навігаційних та інформаційних показників:

- Візуальні й тактильні мапи та навігаційні схеми.
- Навігаційні та інформаційні показники з текстовою інформацією, піктограмами й дублюванням шрифтом Брайля на тих показниках, де це доцільно.
- Логіка розміщення.
- Єдиний навігаційний підхід (наприклад, навігаційні позначки мають відрізнятися від інформаційних повідомлень загального характеру).
- Єдиний стилістичний підхід (наприклад, використання однакових кольорних схем, однакового розміру й типу піктограм).
- Достатній розмір шрифту, піктограм.
- Колір та контрастне співвідношення кольорів.
- Тло, що не виблискує.
- Уникнення інформаційного шуму (варто уникати різноформатних інформаційних табличок і показників, які конкурують між собою за увагу користувача).
- Простота викладення, зрозумілість, однозначність інформаційного повідомлення.

Тактильна навігація.

Тактильна навігація використовується для забезпечення вільного орієнтування та переміщення незрячих та слабоворих людей у відкритих просторах,

Тактильна навігація може бути у вигляді тактильної плитки (**спеціальні тактильні смуги**) або елементів дизайну з різною текстурою (**стандартні тактильні смуги**).

Функцію **стандартних тактильних смуг** можуть виконувати: бордюрний камінь, газон, пішохідна доріжка, яка з одного чи двох боків має різне за фактурою покриття зі стандартних матеріалів, комбіноване покриття, коли на пішохідних шляхах покладено різні типи тротуарної плитки, бруківки, асфальту, що відрізняються за фактурою (мають тактильне співвідношення один до одного) і за кольором.⁴

Стандартні тактильні смуги доцільно використовувати у відкритих просторах, як-от:

- паркові зони;
- місця відпочинку;
- площі та майдани;
- вулиці, які належать до пам'яток архітектури, мають історичне значення або унікальний дизайн.

Спеціальні тактильні смуги слід встановлювати на тих об'єктах, де відсутні яскраво виражені чи зрозумілі стандартні тактильні смуги або якщо необхідно прокласти чіткий маршрут від/до конкретного об'єкта, а саме:

- вокзали;
- аеропорти;
- платформи та перони рейкового транспорту;
- зупинки громадського транспорту;
- заплутані підземні переходи;
- місця пониження пішохідних шляхів біля виходу на проїжджу частину;
- інші об'єкти інженерно-транспортної інфраструктури.



На фото: жовта тактильна плитка в громадському просторі, структура її поверхні відрізняється від основної.

⁴ <https://dostupno.ua/taktylni-elementy-dostupnosti/>

Функціональні зони у громадських місцях

- Зонування — місця для всіх.
- Місця для спілкування та відпочинку.
- Паркомісця для МГН.
- Громадські вбиральні (постійний об'єкт, підключений до місцевої системи водопостачання).
- Місця для годування немовлят.
- Можливість надати першу допомогу.



На фото: місце для відпочинку й спілкування, виконане з дерев'яних панелей, симетрична конструкція. Висота стола занижена, тому стіл виконує також функцію місця для сидіння. Дівчина з ноутбуком сидить на такому «столі», повернулася обличчям до співрозмовниці на лавці. Поодаль видно ще кількох людей, які відпочивають.

Елементи комфорту:

- питні фонтани (доступ до води на двох рівнях, можливість наповнити свій посуд водою);
- столи та лавки;
- сміттєві баки (без педалі, мінімізація дотиків, розташування на доступній відстані).



На фото: дві дівчини відпочивають у громадській зоні під деревом за столом. Та, що користується кріслом колісним, п'є каву.

Універсальний дизайн інформації

Авторка — Олена Іванова



Як універсальний дизайн стосується інформації?
Як зробити так, щоб інформація була доступною
для різних людей?

Комунікаційні можливості у всіх людей різні. Трохи згодом ми про це поговоримо детально⁵, тут я лише зверну увагу на те, як універсальний дизайн **допомагає людині комунікувати, отримувати інформацію зручно й доступно, орієнтуватися в просторі** з огляду на стан її здоров'я, вік, наявність інвалідності чи певного захворювання, інші обставини.

Формати інформування та оповіщення залежно від функціональних обмежень.

Нижче зазначено, які формати інформування та оповіщення потрібно передбачити для людей з різними видами **функціональних обмежень**.

Для людей, які **погано бачать чи не бачать узагалі**:

- Великошрифтовий друк.
- Шрифт Брайля.
- Формати, доступні для програм екранного доступу.
- Текст заміщення.
- Аудіодискрипція.
- Звукові сповіщення

Для людей, які **погано чують чи не чують взагалі**:

- Субтитри.
- Жестова мова.
- Проста мова.
- Вібрація.
- Світлова індикація.

Для людей **зі зниженою здатністю розуміти, запам'ятовувати**, логічно та абстрактно мислити:

- Проста мова.
- Мова легкого читання.
- Піктограми та картинки.
- Навігаційні позначки.

⁵ Дивись більше «Розділ 2. Універсальний дизайн і людське різноманіття».

Коли йдеться про універсальний дизайн інформації, один із найважливіших компонентів — чи достатньо інформації? Це можна перевірити, поставивши запитання:

- Які послуги можна отримати?
- Що включає послуга?
- Яка вартість? Яка форма оплати?
- Яка адреса та розклад роботи закладу?
- Як дістатися до закладу громадським транспортом та автомобілем? Чи є парковка для автомобілів?
- Які умови доступності в закладі?

Важливим елементом УД інформації є **«проста мова»** — простота викладення. Проілюструємо прикладом: відвідувач прийшов в амбулаторію без попереднього запису, всюди черги, і його цікавить питання:

«Якщо в мене температура, до лікаря потрібно просто зараз?»

Можна розташувати інформаційний стенд з інструкцією дій, викладеною простою мовою:

- Крок 1. Пройдіть у кабінет невідкладної допомоги № 101.
- Крок 2. Лікар вас огляне та направить до потрібного фахівця.

Універсальний дизайн послуг

Авторка — Олена Іванова



Які послуги для тебе недоступні? Як це проявляється? Наприклад, чи можеш ти відвідати заклад, якщо він відкритий лише в той час, коли ти на роботі?

Універсальний дизайн враховує всі аспекти та складові послуги.

Доступність послуги вимірюється кількома складовими:

- Наявність послуги.
- Часова доступність — зручний графік роботи, достатність часу для комунікації, сприйняття інформації.
- Інформаційна/комунікаційна доступність — інформація наявна, повна, представлена в доступних форматах.
- Процедурна доступність — всі етапи послуги дозволяють нею скористатися.
- Фізична (архітектурна) доступність — пристосованість приміщень, де надається послуга до маломобільних груп населення.
- Просторова доступність — досяжна відстань.
- Транспортна доступність — можливість дістатися громадським транспортом (наявність транспортного сполучення, зручний графік роботи транспорту, пристосованість транспорту та зупинкових комплексів для МГН).

📁 ПРИКЛАД. Доступність бібліотеки.



На фото: молода жінка читає книжку сивому чоловікові на кріслі колісному.

☑ Просторова доступність

В адміністративному центрі кожної територіальної громади (зокрема, об'єднаної) має функціонувати щонайменше одна публічна бібліотека. В інших населених пунктах публічна бібліотека відкривається на 500–800 осіб зони обслуговування за умови, що відстань між бібліотеками не більша за 3 км.⁶

☑ Часова доступність

Графік роботи публічної бібліотеки має не повністю збігатися з часом роботи переважної більшості населення території, яку обслуговує бібліотека.⁷

☑ Фізична доступність

Будівлі та приміщення публічної бібліотеки, а також прибудинкова територія доступні для осіб з інвалідністю та інших маломобільних груп населення відповідно до будівельних норм і правил.⁸

☑ Інформаційна доступність

Бібліотека має універсальний фонд документів на різних носіях інформації (друкованих, електронних, аудіо- та відеокасетах, дисках тощо).⁹

☑ Доступність послуг

Нижче наведено приклади послуг, які роблять бібліотеку доступною для різних категорій клієнтів:

- Доставка додому для осіб, які не можуть прийти в бібліотеку.
- Виїзне обслуговування для людей, які перебувають у закладах догляду.
- Читання для клієнтів, які мають із цим труднощі.
- Сканування текстів для комп'ютерного доступу за допомогою програми, що перетворює текст на аудіо.
- Переказ новини простою мовою.

Як спланувати доступну послугу?¹⁰

Крок 1. Визнач, для кого послуга.

- Хто вже користується чи потенційно може користуватися послугою?
- З якими потребами/проблемами вони стикаються під час отримання послуги?

Як саме визначати потреби користувачів?

- **Враховуй потреби різних користувачів й опитай різні групи населення** (наявних або потенційних користувачів, експертів, персонал, який взаємодіє з користувачами).
- **Опитати** (користувачами та їхніми супроводжувачами).
- **Аналізувати документи** (картки клієнтів, книги скарг та пропозицій, звернення громадян тощо).

⁶ Відповідно до Постанови Кабінету Міністрів України «Про затвердження Державних соціальних нормативів забезпечення населення публічними бібліотеками в Україні».

⁷ Там само

⁸ Там само

⁹ Там само

¹⁰ Для підготовки підрозділу використано Посібник «Універсальний дизайн у громаді: простір, предмети, інформація та послуги».

Крок 2. Опиши процес: етапи отримання та складові послуги.

«Подорож користувача» передбачає аналіз та планування доступності для різних груп користувачів на кожному етапі користування послугою.

Крок 3. Визнач, яке обладнання, меблі та предмети знадобляться для надання послуги.

- Враховуй потреби різних користувачів.
- Визначай суттєві специфікаційні характеристики меблів, обладнання, предметів, важливі для різних користувачів.

Крок 4. Визнач, в якому середовищі надається послуга.

- Враховуй потреби різних користувачів.
- Зважай на прийнятність середовища для користувача (доступність, приватність, гідність, потреби).

Крок 5. Зважай на можливість отримання інформації.

- Чи враховано комунікаційні та сенсорні можливості користувача отримати послугу — інформація подається у відповідному форматі?
- Чи є інформація доступною та повною?

ПРИКЛАД. Аналіз доступності медичних послуг.

Щоб проаналізувати доступність медичних послуг, отримай відповіді на такі запитання:

- В який спосіб відбувається **запис** до лікаря, на процедури, аналізи, обстеження?
- В яких форматах надається **інформація** про послуги, в який спосіб можна отримати результати обстеження?
- Чи доступні **медичні послуги** (огляд лікаря, маніпуляції, обстеження) всім користувачам, незалежно від їхніх параметрів тіла, ваги, віку, тих чи інших функціональних обмежень та індивідуальних характеристик?
- Чи наявні в процесі обслуговування **супутні послуги**, і чи відповідають вони вимогам доступності?
- Чи доступні та зручні для всіх користувачів **фізичне середовище та умови**, в яких надаються послуги, чи наявні всі необхідні функціональні зони та приміщення (всі кабінети й зони загального користування санітарні приміщення, доступні для відвідувачів, що користуються кріслом колісним, милицями або іншими засобами пересування, наявні місця для сидіння, очікування, сповивання та годування немовлят, переодягання дорослих із руховими обмеженнями, паркування дитячих візків тощо)?
- Чи доступні для всіх відвідувачів **обладнання та предмети**, що використовуються в процесі надання медичних послуг (місця для сидіння зручні, діагностичне обладнання регулюється за висотою, відсутні обмеження за вагою чи параметрами тіла пацієнта тощо).

Проаналізуй, чи всі категорії відвідувачів з різними функціональними можливостями, різного віку, гендеру та з іншими індивідуальними характеристиками можуть скористатися послугами.

📁 ПРИКЛАД. Аналіз доступності послуг театру.

Для аналізу доступності послуг театру отримайте відповіді на такі запитання:

- У яких форматах і де можна отримати **інформацію** щодо репертуару?
- В який спосіб і де можна купити квитки?
- Чи доступне **обслуговування** (вистава, спілкування з персоналом) для людей, які мають різні комунікаційні можливості — порушення слуху, зору, мовлення?
- Чи наявні та доступні для всіх відвідувачів **супутні послуги** (кімната для дітей, буфет, гардероб)?
- Чи доступне **фізичне середовище** театру (чи забезпечена доступність глядацького залу, гардеробу, вбиральні)?
- Чи наявні та доступні **обладнання та предмети**, що використовуються в процесі надання послуг театру (меблі для сидіння мають зручну форму, стандартну висоту та підлокітники, наявні понижені стійки та столи в буфеті, що доступні для дітей, людей невисокого зросту та користувачів крісел колісних, наявні біноклі тощо).

Проаналізуй, чи для всіх категорій відвідувачів з різними функціональними можливостями, віковими, гендерними та іншими індивідуальними характеристиками доступні послуги.

Тепер ти знаєш, що універсальний дизайн — це не просто про красу, а про функціональність, доступність і зручність для кожного. Ми розібралися з принципами, які дозволяють створювати простір і послуги, що працюють для всіх, незалежно від віку, фізичних чи когнітивних можливостей. Далі — про те, як ці принципи стають реальністю для різних людей. Приготуйся дізнатися, як дизайн враховує людське різноманіття.

Твоя супроводжувачка — УДі.



”

Дизайн, що враховує людське різноманіття та створює можливості для повноцінного існування, соціальної інтеграції та рівності. Мета: засобами дизайну надати усім людям рівні можливості для участі в усіх аспектах життя суспільства

Стокгольмська декларація Європейського інституту дизайну та інвалідності, 2004

“

Розділ 2.

Універсальний дизайн і людське різноманіття

Людське різноманіття

Авторка лекції — Олена Іванова



Що таке різноманіття людської природи? Як дизайн речей і послуг можна вдосконалювати відповідно до здатності людини стояти, чути, бачити, здатності коригувати свою поведінку?



На ілюстрації зображено різних людей: різних за параметрами тіла, віком, статтю, расою, з різними засобами для пересування.

Про що йдеться, коли кажемо про **різноманіття** людської природи та життєвого циклу?

- Вік (дитячий, середній або літній).
- Функціональні порушення (стійкі або тимчасові).
- Вагітність.
- Емоційний стан (може викликати тимчасове порушення функцій: наприклад, концентрації уваги, утримання рівноваги тощо).
- Параметри тіла (зріст, обсяги тіла, вага).
- Харчові обмеження (наприклад, непереносимість лактози) чи переконання (наприклад, вегетаріанство).

- Ліворукість/праворукість.
- Стать та гендерна ідентичність.
- Нейрорізноманіття: нейротиповість та нейровідмінність (характеризується типовим або нетиповим неврологічним розвитком або функціонуванням).

Усі ці індивідуальні характеристики важливо враховувати під час проєктування будь-яких товарів, послуг, середовища, а також для інформування.



На фото: на дитячому майданчику за спільним столом-пісочницею граються діти, серед них — дитина на кріслі колісному.

Коли говоримо про людське різноманіття, нерідко згадуються люди, що мають інвалідність. Це справді значна група населення будь-якої країни.

Але на відміну від застарілого пояснення, що інвалідність — це особиста проблема людини, яка її має, **сучасна концепція інвалідності** говорить про бар'єри, з якими стикається людина.

Інвалідність не розглядають як наслідок захворювання, а розуміють як взаємодію між:

- станом здоров'я людини (функції та структури організму);
- особистісними факторами;
- участю та діями;
- факторами середовища.

Іншими словами, людина з інвалідністю «не відчуває» свою інвалідність, якщо на її шляху немає бар'єрів, які їй доводиться долати. Так, чоловік на кріслі колісному безперешкодно зайде в магазин, якщо вхід не матиме східців, порогів і вузьких дверей. Жінка, яка має порушення слуху, «не відчуватиме» своєї інвалідності, якщо лікар спілкуватиметься з нею жестовою мовою чи за допомогою застосунку для слабочуючих людей.

Для мінімізації різного виду бар'єрів та перешкод для маломобільних груп населення і, зокрема, людей з інвалідністю, у XX столітті розробили й почали застосовувати універсальний дизайн.

Універсальний дизайн не послуговується поняттями інвалідності, а зосереджується на функціональних можливостях чи обмеженнях — на тому, що людина може чи не може робити.

Так, наприклад, немовля ще не може ходити, розмовляти, застосовувати дрібну моторику — у нього ці функції ще не розвинулися. Деякі люди можуть втрачати певні функції внаслідок хвороби або старіння, як-от здатність ходити або стояти протягом тривалого часу. У деяких людей певні функції можуть бути відсутні від народження, наприклад слух.

Розглянемо окремі функції людини та те, як універсальний дизайн може допомогти компенсувати відсутність цих функцій.

1. Здатність людини стояти, маніпулювати ногами, пересуватися, утримувати положення тіла тощо.

- Здатність пересуватися самостійно.
- Здатність пересуватися за допомогою допоміжних засобів (крісла колісного, милиць, палиці, ходунків, протезів).
- Здатність маніпулювати однією чи обома ногами, зокрема стопами (крутити, натискати педалі, кнопки).
- Здатність самостійно утримувати положення тіла, присідати, ставати навколішки, повзати, координувати рухи.

І це не обов'язково залежить від наявності нижніх кінцівок, ступеня їх травмування чи ушкодження. Як приклад захворювань, які здатні на це впливати, можна навести розсіяний склероз, полінейропатію, серцево-судинні тощо. Або ж інші порушення, як-от порушення зору.

Нижче — елементи УД, які враховують різні функціональні можливості людини.

Елементи УД для людей, яким складно стояти, маніпулювати ногами, пересуватися, утримувати положення тіла:

- Відсутність порогів, сходів;
- Понижені меблі;
- Меблі із вільним простором під ними;
- Перила, поручні;
- Місця для сидіння;
- Відсутність механізмів, якими необхідно керувати нижніми кінцівками;
- Вказівники великого розміру;
- Достатній вільний простір для маневру або допомоги асистента.

2. Здатність людини утримувати положення тіла, якщо є порушення сенсорних, вестибулярних та пропріоцептивних функцій.

- Здатність зберігати рівновагу та координувати рухи, утримувати положення тіла.
- Здатність орієнтуватися в просторі тощо.

У людей з порушенням таких функцій можуть виникати труднощі під час обертань, перебування на висоті, різких рухів вгору-вниз, поворотів та вібрацій, перебування у великих неструктурованих приміщеннях із хаотичними декоративними елементами. Тому в дизайні слід уникати таких елементів, що створюють ілюзію обертання або руху.

3. Здатність маніпулювати руками.

Здатність маніпулювати однією чи обома руками, пальцями рук (дрібна моторика) — хапатися та триматися, брати та утримувати в руках предмети, стискати, натискати та штовхати. Наприклад, утримання керма, користування мишкою, натискання кнопки тощо.



На фото: ручка важільного типу, людина (видно тільки руку) відчиняє двері, натискаючи кулаком.

Дизайн середовища та предметів має враховувати можливість керування в інший спосіб: ногами, ліктем, голосом, безконтактно тощо. Також варто передбачити можливість використання допоміжних засобів.

4. Здатність чути.

- Нездатність чути;
- Знижений слух (користувачі кохлеарних імплантів та слухових апаратів).

Так, люди, що мають знижений слух та користуються слуховими апаратами, та люди, які не чують, мають різні потреби в облаштуванні приміщень.

УД для людей зі зниженим слухом або тих, які не чують:

- Видимий;
- Достатньо освітлений;
- Тихий, звукопоглинальний;
- Просторий;
- Без бар'єрів для звуку;
- Наявність кімнати тиші.

5. Здатність бачити.

- Нездатність бачити (незрячість);
- Порушення зору — труднощі із зором;
- Порушення зору — труднощі зі сприйняттям кольорів.

УД для людей, які мають труднощі із зором:

- Розмір (елементів навігації, інформаційних покажчиків);
- Контрастне співвідношення кольорів;
- Тактильність;
- Звуковий/голосовий супровід.

6. Здатність говорити та комунікувати.

Здатність використовувати для комінікації словесну усну чи письмову мову або АДК (Альтернативну і Додаткову Комунікацію).

АДК охоплює жестову мову, жести, погляд, вираз обличчя, дотик, піктограми, малюнки.

- Використання усного мовлення не завжди залежить від того, чи чує людина. Є люди, які не чують, проте розмовляють. І навпаки — чують, але не розмовляють/ не комунікують внаслідок інших порушень;
- Труднощі з усним (словесним) мовленням можуть бути наслідком інсульту, або людина може не розмовляти через порушення ментальних функцій мовлення (наприклад, при аутизмі).

УД для людей, які мають труднощі з мовленням та комунікацією:

- Видимий;
- Зрозумілий;
- З навігаційними та інформаційними підказками.

7. Когнітивні здатності.

- Здатність розуміти, пізнавати, вивчати, сприймати, усвідомлювати, переробляти зовнішню інформацію, запам'ятовувати;
- Здатність концентрувати увагу;
- Здатність орієнтуватися в просторі.

УД для людей зі зниженням когнітивних функцій:

- Структурований, впорядкований, зрозумілий;
- Не переобтяжений деталями;
- Не яскравий;
- З навігаційними та інформаційними підказками.



На фото: телефон із додатковим пристроєм-панеллю. На панелі є великі кнопки з фотографіями близьких, позначкою швидкої допомоги, магазину тощо, з якими можна зв'язатися, натиснувши тільки на цю одну кнопку.

8. Здатність регулювати емоції та поведінку.

- Здатність регулювати емоції та поведінку;
- Схильність до сенсорного перенавантаження.

УД для людей, які мають труднощі з регулюванням емоцій та поведінки:

- Структурований, впорядкований, зрозумілий;
- Не переобтяжений деталями;
- Не яскравий;
- З навігаційними та інформаційними підказками;
- Тихий;
- Передбачуваний;
- Кімната тиші, місця для усамітнення.



На фото: місце для однієї людини, сховане візуально в просторій колбі (захищає спину й голову, але не тисне на людину за рахунок висоти). За потреби його можна відвернути від загального простору й таким чином забезпечити місце тиші та усамотнення для людини.

9. Порушення внутрішніх органів та метаболізму.

Порушення кровообігу, дихання, травлення, ендокринної, нервової, сечостатевої систем тощо.

Такі порушення можуть знижувати здатність взаємодіяти з певними речовинами (наприклад, хімічними сполуками, пилом тощо), переносити певні фізичні та нервово-психологічні навантаження.

УД для людей, які мають порушення внутрішніх органів та метаболізму:

- Кондиціювання;
- Місця для усамотнення;
- Поверхні, що легко миються;
- Місця для сидіння.

Гендерний аспект там, де його ніхто не помічає¹¹

Авторки лекції — Олена Іванова, Яна Опаленик



Як можна проєктувати простір і речі з урахуванням гендерних відмінностей? Чи однаково зручний простір для родин із дитячим візочком та молоді на скейтах, для ветерана з протезом і дівчини, яка щодня темної пори доби повертається з роботи додому?

Чи ти знав/знала, що дизайн може впливати на:

- Підкріплення стереотипних ролей. Дизайн може мимоволі відображати стереотипні гендерні ролі, наприклад, рекламуючи кухонні простори та приладдя лише з фокусом на жінок, тим самим підтримуючи застарілі норми.
- Практики виключення. Предмети, послуги та простори часто розробляються з урахуванням лише чоловічої фізіології та потреб, що може призводити до ігнорування особливостей жіночого тіла та моделей використання простору, що знижує комфорт та може створювати небезпечні ситуації.
- Формування естетичних упереджень. Колірні схеми та стилі в продуктах і просторах можуть відповідати стереотипним гендерним уподобанням, зменшуючи привабливість і функціональність для ширшої аудиторії.

Для забезпечення гендерної рівності, запобігання дискримінації та створення безпечного і зручного середовища для всіх, чимало країн почали впроваджувати гендерний мейнстримінг у практики міського планування.



На фото: ноги жінки в босоніжках на високих тонких підборах-шпильках. Жінка йде дорогою, вимощеною плитами, зі щілинами, в яких легко застрягають підбори.

¹¹ Тут використана інформація з матеріалів: Urban Development Vienna, Municipal Department 18 (MA 18). Gender Mainstreaming in Urban Planning and Urban Development. Coordinated by Astrid Klimmer-Pölleritzer and Andreas Nuss. Vienna: Municipal Department 18 (MA 18), 2013 // Режим доступу: <https://www.digital.wienbibliothek.at/urn/urn:nbn:at:AT-WBR-707537>
CIVITAS. Smart Choices for Cities: Gender Equality and Mobility: Mind the Gap! Brussels: European Commission, 2014 // Режим доступу: https://civitas.eu/sites/default/files/civ_pol-an2_m_web.pdf.

Що таке гендерний мейнстримінг у міському плануванні?

- Інтеграція гендерної перспективи на всіх етапах планування та розвитку міських територій.
- Врахування потреб та інтересів різних груп населення, зокрема жінок і чоловіків, у процесі розробки та імплементації політик, програм та проєктів.
- Поняття «мейнстримінг» (включення до основного потоку) в цьому випадку передбачає включення гендерної перспективи в дослідження, політики, розробку, імплементацію, оцінку та моніторинг у міському плануванні.

Ключові аспекти гендерного мейнстримінгу:

- Розуміння різних моделей використання простору.
- Підвищення безпеки та комфорту.
- Покращення доступності.
- Залучення громади до процесу планування.



На фото: жінка з дитячим візочком заходить у низькопідлоговий трамвай.

Відмінності жінок та чоловіків у користуванні транспортом:

У способах пересування:

- Жінки ходять пішки більше, ніж чоловіки, а також частіше користуються громадським транспортом.
- Жінки рідше користуються велосипедами, якщо велосипедна інфраструктура відсутня або погана.
- Чоловіки частіше водять автомобіль, тоді як жінки часто є пасажирками.

У користувацькому досвіді:

- Жінки більше за чоловіків переймаються через небезпеку на вулиці, зокрема і домагання.
- Жінки частіше за чоловіків обдумують маршрут і час доби, коли подорожують.
- Жінки частіше супроводжують дітей або інших членів сім'ї і/або несуть пакети чи продукти.

У особливостях поїздок:

- Жінки здійснюють коротші поїздки, ніж чоловіки.
- Жінки частіше, ніж чоловіки, здійснюють поїздки з кількома зупинками, натомість чоловіки зазвичай переміщуються за схемою «з точки А в точку Б».

Під час планування міського простору з урахуванням гендерної перспективи важливо брати до уваги безпеку, доступність та гендерно-чутливий дизайн транспорту, житлових та приватних просторів, громадських та зелених зон, робочих місць та комерційних зон.

Які існують перешкоди щодо транспорту та мобільності?

- **Недостатній доступ до безпечного транспорту.** Відсутність доступного громадського транспорту, погано освітлені зупинки та відсутність інфраструктури для велосипедистів.
- **Неприспосованість транспортних маршрутів.** Недостатня кількість зручних маршрутів для людей з різними потребами. Наприклад, відсутність зручного сполучення між житловим простором та лікарнями, школами, соціальними службами, громадськими просторами.



На ілюстрації: зупинковий павільйон із навісом від дощу, лавою, інформаційним покажчиком маршруту й електронним терміналом для отримання інформації.

Для покращення користувацького досвіду в питаннях транспорту та мобільності варто:

- **Покращити освітлення, безпеку та комфорт зупинок та прилеглої території:** прозорі автобусні зупинки, доступне інформаційне сповіщення про прибуття транспорту, встановлення освітлення на зупинках та навколо них.
- **Розширити мережу транспортних шляхів** — додати захищені велодоріжки та транспортні маршрути з урахуванням потреб усіх користувачів.
- **Залучати громаду до процесу планування.** Проведення громадських обговорень та залучення різних місцевих груп користувачів. Активна взаємодія з дослідниками та дослідницями з питань міського планування. Залучення дослідників з різним користувацьким досвідом.

Які існують перешкоди у житлових та приватних просторах?

- **Бар'єри.** Вузькі проходи, пороги та обмежений простір для людей, які користуються допоміжними засобами для пересування. Відсутність різних варіантів планування житлового простору, що не дає змоги змінювати його під поточні потреби користувача.
- **Небезпека у спільних зонах.** Недостатнє освітлення та відсутність засобів моніторингу безпеки простору.

Можливі рішення:

- Облаштування житлового простору, яке полегшуватиме виконання домашніх обов'язків і сприятиме соціальним контактам (наприклад, простори для знайомства та спілкування з сусідами, доступність будівлі, простори для велосипедів чи дитячих візочків).
- Різноманітні та зручні планування квартир, що відповідають потребам сімей різного складу, різних фінансових можливостей та етапів життя.
- Створення безпечного середовища та організація необхідної інфраструктури (невелика відстань до шкіл, магазинів, аптек, оглядовість вулиці, внутрішнього двору та дитячих майданчиків із житлової будівлі).

ПРИКЛАД. Відень. Проєкт «Жіноче місто» (Frauen-Werk-Stadt)¹²

У 1995–1997 роках група жінок-архітекторок та дослідниць міського планування у Відні створила унікальний житловий проєкт із 357 квартир із фокусом на потреби жінок.

Особливості планування:

- Пішохідна зона в межах житлового комплексу.
- Просторі сходові майданчики, місця для дитячих візочків, гнучке планування квартир.
- Планування спільних зон: спільні кухні, кімнати відпочинку, додаткова вбиральня (зручність для тих, хто ділив квартиру з іншими орендарями, мав велику родину на відносно невеликій площі квартири або приймав гостей).
- Врахування безпеки: будівлі з висотою, що дає змогу спостерігати за вулицею.
- Першочергова орієнтація на потреби жінок-доглядальниць (архітектурна доступність та продумане планування для прогулянок, догляду за дітьми, людьми літнього віку, зручне розташування садочка, магазину, аптеки).

Громадські та зелені зони — наявні перешкоди та можливі рішення

Перешкоди:

- Відсутні практики запобігання небезпечним ситуаціям.
- Відсутність зручної та доступної інфраструктури для користування простором (зон відпочинку, вбиралень, гендерно-чутливого зонування ігрових майданчиків).

Рішення:

Покращення інфраструктури за рахунок **зменшення бар'єрів для легкого пересування**, зокрема з дитячим візком чи на кріслі колісному. Забезпечення доступних громадських вбиралень, місць для перевдягання.

Створення великої кількості зручних і доступних місць для перепочинку та спілкування, зокрема й таких, що будуть захищати від сонця та матимуть різну кількість місць для сидіння. А також забезпечення місць для сидіння поблизу ігрових майданчиків та між ігровими зонами для нагляду за дитиною.

¹² Тут використана інформація з матеріалів: Gender-Sensitive Housing in Vienna: Frauen-Werk-Stadt (Women-Work-City). Women Friendly Cities Challenge, n.d., <https://womenfriendlycitieschallenge.org/wise-practices/gender-sensitive-housing-in-vienna-frauen-werk-stadt-women-work-city/>. Urban Development Vienna, Municipal Department 18 (MA 18). Gender Mainstreaming in Urban Planning and Urban Development. Coordinated by Astrid Klimmer-Pölleritzer and Andreas Nuss. Vienna: Municipal Department 18 (MA 18), 2013. <https://www.digital.wienbibliothek.at/urn/urn:nbn:at:AT-WBR-707537>.

Створення гендерно-чутливих ігрових зон. Віденські дослідниці виявили, що дівчатка з підліткового віку починають уникати ігрових та спортивних майданчиків, адже більшість із них надають простір лише для активних ігор (таких як футбол чи баскетбол), в які здебільшого грають хлопці. Тож вони запропонували виділити в ігрових зонах місця для інших видів діяльності та спорту — йоги, бігу, гри в резиночки, перекидання м'яча, спілкування тощо. Також там можна встановити платформу, на якій буде зручно сидіти, лежати, виступати, ставити речі, дивитися на парк чи майданчик. Важливо також передбачити кілька виходів з ігрової зони, для безпечнішого перебування.



На фото: дитячий майданчик із зонуванням ігрового простору.

Створення безпечного громадського простору можливе з урахуванням кількох факторів:

- **Оглядовість.** Відкриті та прозорі простори: Будівлі та інші об'єкти мають бути спроєктовані так, щоб не створювати «сліпих зон», де можливі злочинні дії. Прозорі вікна, відкриті майданчики та мінімізація непроглядних кутів та густих зелених насаджень підвищують видимість. Громадські вбиральні теж варто розміщувати у видимому місці.
- **«Соціальні очі»**
 - Активні громадські простори. Створення зон, які сприяють присутності людей, як-от кафе, парки, майданчики, щоб забезпечити природне спостереження за простором.
 - Залучення громади. Сприятливе середовище, де мешканці та відвідувачі активно спостерігають за простором, є запорукою підвищення безпеки. Цього можна досягти, розвиваючи почуття відповідальності за простір.
 - Відкриті планування та локації. Розташування паркувальних місць, майданчиків для відпочинку та громадських об'єктів таким чином, щоб забезпечити максимальну видимість із різних точок.
- **Освітлення**
 - Достатнє та рівномірне освітлення. Освітлення має бути достатньо яскравим і рівномірним, щоб забезпечити чітку видимість у будь-якій частині простору, особливо в місцях, де люди пересуваються вночі (пішохідні доріжки, парки, зупинки транспорту).
 - Антивідблискові світильники. Використання світильників, які не створюють відблисків або тіней, що можуть заважати сприйняттю простору.
 - Постійне освітлення. Забезпечення цілодобового освітлення в ключових зонах, що зменшує ймовірність злочинних дій у вечірній та нічний час.

■ Можливість викликати допомогу

- Охорона громадського простору та наявність засобів виклику охорони, наприклад тривожної кнопки.
- Камери спостереження в громадських місцях.

Робочі місця та комерційні зони: умови для роботи та перебування

Робочі місця та комерційні зони також мають свої перешкоди.

Через відсутність гендерно-нейтральних туалетів та кімнат для відпочинку чоловіки обмежені у можливості переодягти дитину чи відвести до вбиральні, а небінарні особи можуть почуватися некомфортно або ж наражатися на небезпеку. Однакове планування жіночих та чоловічих вбиралень не враховує середній час користування приміщенням, який більший у жінок, що часто призводить до черг у жіночу вбиральню.

Шлях до роботи чи комерційної зони може бути небезпечним через погане освітлення дороги та відсутність безпечних паркувальних зон.



На фото: слабо освітлена підземна парковка.

Можливі рішення можуть передбачати:

- Створення приватних зон: організація кімнат для відпочинку та годування грудьми.
- Створення гендерно-нейтральних зручних і доступних туалетів.
- Організація безпечних маршрутів до офісів: облаштування хорошого освітлення на шляхах руху та паркувальних місцях, наявність систем виклику охорони.



На ілюстрації: покажчик місця для виконання батьківських обов'язків жінками та чоловіками.

Умови для роботи:

- Надання як материнських так і батьківських відпусток з догляду за дитиною.
- Гнучкий робочий час.
- Можливість віддаленої роботи (на тих видах робіт, де це можливо).
- Наявність доступних дитячих закладів.

Умови на робочих місцях:

- Місця для годування та сповивання.
- Холодильники для грудного молока.
- Кімната для дітей.

У громадських місцях має бути зручно. Зокрема, там варто передбачити місця для сповивання, годування.

Важливо! Доступність середовища та послуг має бути забезпечена і для матерів/батьків з інвалідністю.

- Архітектурна доступність.
- Сповивальні столики та місця для годування в громадських місцях.
- Заклади освіти.
- Дитячі майданчики.
- Місця для дозвілля.
- Доступна комунікація.



На фото: мама на кріслі колісному поруч із дитиною в дитячому візку.
Джерело: фото з фейсбук-сторінки активістки Юлії Ресенчук.

Архітектурні рішення, які допомагають людям із порушенням слуху

Автори — Софія Брем, Ілля Сарсадських



Чи заважає тобі шум? Чи може дизайн дати раду із великою кількістю людей в одному просторі? А що важливо в архітектурі й дизайні для людей із порушенням слуху і жестомовних людей?

Чи знаєш ти, що...

- Тотально нечуючих дуже мало, зазвичай люди мають певний спектр порушення слуху.
- Для людей, які мають порушення слуху, але не мають або тимчасово не використовують слуховий апарат, існують кишенькові портативні підсилювачі, які здатні посилити голос співрозмовника або інші звуки до 130 дБ.
- Буває, що людина має декілька порушень сенсорних систем одночасно, як-от зір і слух, мовлення і слух, зір і мова.
- Зазвичай люди з порушенням слуху краще сприймають простір через зір та дотик (матеріал, вібрація).
- Є різниця у сприйнятті тексту тими, хто не чує з народження, та тими, хто отримав порушення пізніше в житті.

Суспільство «навчилося» помічати людей з інвалідністю й за останні кілька років зробило великий крок у створенні безбар'єрного простору та інклюзивних умов. Але безбар'єрність — це не лише про людину з інвалідністю, це про створення умов та впровадження зручного та безпечного середовища для кожного!

До прикладу:

- Облаштування приміщення широкими проходами та дверима, встановлення пандусів, перил і підйомних механізмів дасть змогу комфортно та безпечно заходити й виходити з нього всім людям, а не лише людям з інвалідністю. Це можуть бути:
 - мами з дитячим візком;
 - люди старшого віку;
 - люди з тимчасовою втратою працездатності;
 - люди з порушенням опорно-рухового апарату.
- Облаштування приміщень та зон підвищеного ризику додатковими засобами безпеки та інформування для людей з порушеннями зору. Такі засоби безбар'єрності не завжди орієнтовані на людей з інвалідністю. Будь-хто може відволіктися й опинитися в небезпеці. Тож інформування потрібне всім, і такими засобами можуть бути:
 - звукове інформування на світлофорному переході;
 - звукове інформування на станціях метро;
 - наземні тактильні зони перед «бар'єрами» для людей з порушеннями зору;
 - наземні спрямовувачі у вигляді суцільних рельєфних ліній;

- контрастне маркування входів та виходів жовтим або яскраво-помаранчевим кольором із додатковим маркуванням скляних дверей у вигляді жовтого кола;
- контрастні таблички зі шрифтом Брайля.

Водночас люди з порушеннями слуху зазвичай не використовують нічого, що могло б вирізнити їх з-поміж інших. Люди довкола їх не помічають, допоки не виникне потреба у спілкуванні або допомозі такій людині. Здебільшого люди з порушеннями слуху не мають візуальних ознак, і це спричинено нижченаведеним:

- Люди з тимчасовим зниженням слуху, наприклад внаслідок хвороби, очікують на своє одужання та намагаються обирати «безбар'єрні» маршрути, з мінімальною, на їхній погляд, кількістю контактів.
- Люди, які мають обмежене спілкування (як-от люди старшого віку), нерідко обирають «умовно безбар'єрні» локації.
- Люди з вродженою або набутою інвалідністю по слуху обирають собі оточення жестомовних і намагаються відвідувати «перевірено безбар'єрні» заходи.
- Люди, які користуються слуховими протезами будь-якого типу (слуховий апарат, кохлеарний імплантат, кістково-імплантований виріб), мають сучасні, ледь помітні засоби протезування. Однак слуховий протез — це допоміжний пристрій обмеженого радіуса дії та можливостей, який потребує певних умов для комфортного та безбар'єрного спілкування, а в деяких випадках і асистивних технологічних рішень.

Незалежно від того, до якої групи належить людина з порушенням слуху, вона стикається з великою кількістю слухових бар'єрів. Усе це є результатом «прихованої (невидимої) інвалідності».

Помилково вважати, що ці бар'єри одиничні. Це не так.

Згідно з аналітичною та статистичною інформацією ВООЗ:

- Станом на 2023 рік до 5% населення світу мали порушення слуху. Приблизно 50% із них не чують зовсім або не можуть чути без слухових протезів, у інших 50% адаптаційний характер спілкування.
- За прогнозом, до 2050 року це співвідношення збільшиться приблизно вдвічі. Передбачається, що в світі буде щонайменше 10% людей, які не зможуть спілкуватися або отримувати звукову інформацію без жестової мови або використання слухових протезів.

Вважається, що людина з порушенням слуху має знати жестову мову, однак не всі люди із порушенням слуху жестомовні. А хто вони?

Серед них:

- Люди старшого віку, в яких зниження слуху пов'язане з віковими змінами організму.
- Люди з тимчасовою втратою слуху, в яких втрата слуху або його зниження відбулося або продовжує розвиватися в результаті хвороби, але на відновлення або протезування знадобиться деякий час.
- Люди з набутою втратою слуху внаслідок хвороби, акустичних травм або нервових струсів різної етіології.
- Діти, які мають знижений слух від народження, але правильно протезовані, з добре розвиненим слухомовним апаратом і здібностями.

Що ж таке слухова безбар'єрність для людей з порушенням слуху?

Це створення середовища, де люди з порушеннями слуху можуть комфортно

навчатися, спілкуватися, розвиватися і мати можливість отримувати актуальну звукову інформацію нарівні з тими, хто чує.

Чому слухові протези не вирішують проблему слухової безбар'єрності?

Під час роботи слуховий протез підсилює всі звуки на 360 градусів навколо. Жоден слуховий протез не здатний виокремити та сфокусуватися на «потрібному» звуці за його частотним спектром, як це може зробити людський мозок.

На фото:



Слуховий апарат



Кохлеарний імплантат



Звуковий кістковий імплантат

Наприклад, якщо звукова інформація або оповіщення подається через гучномовець і водночас присутній один або декілька з наведених далі факторів — сирена, сигнал або гуркіт машин, розмови людей навколо тощо — слуховий протез може сприйняти деякі елементи важливої звукової інформації як фоновий шум і почати його «відсікати». Натомість голос людини виділятиметься. При цьому буде обрано голос найближчої за розташуванням людини, з максимально яскравими амплітудно-частотними та спектральними характеристиками щодо чистоти. І це може бути зовсім не те джерело звукової інформації, яке потрібно почути людині.

Тож людина, яка має порушення слуху і користується або не користується слуховим протезом, щодня зіштовхується зі слуховими бар'єрами, до яких змушена адаптуватися. До таких бар'єрів можна віднести:

- Підвищений фоновий шум.
- Наявність довкола людей, які також розмовляють.
- Наявність захисних екранів (протиепідемічні бар'єри, медичні маски, касові зони або зони з обмеженим доступом тощо).
- Відстань або локалізація джерела звуку.
- Переговорні інтерком-системи.

Тож, щоби простір був комфортним та безпечним для людей з різними порушеннями слуху, необхідно забезпечити слухову безбар'єрність при проєктуванні.

Слухова безбар'єрність в архітектурі та дизайні¹³

Простір

Маневрування руками. Коли люди спілкуються жестовою мовою, вони мають дивитись одне на одного та мати простір для спілкування жестами/рухами рук.

¹³ Тут використано інформацію з матеріалів посібника DeafSpace Design Guidelines // Режим доступу: <https://app.dcoz.dc.gov/Exhibits/2010/ZC/15-24/Exhibit95.pdf>.

Можливість бачити співрозмовника. Під час групової взаємодії людина з порушенням слуху може не бачити співрозмовників та не розуміти контексту бесіди, якщо співрозмовник сидить позаду чи в кутку.

«Кишені» для спілкування. В обмежених просторах, таких як коридори, незручно обговорювати побіжно якісь теми та одночасно рухатися. Щоб люди не заважали іншим, варто робити «кишені» для спілкування.

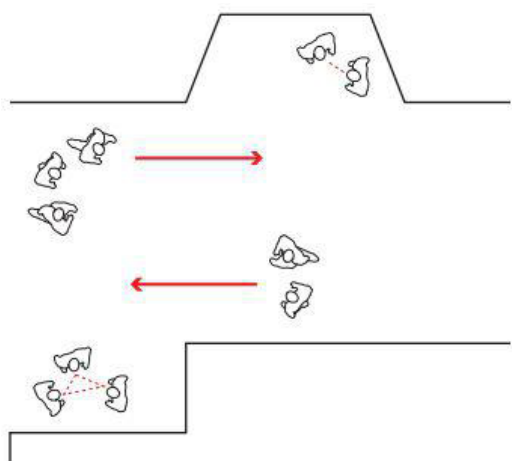


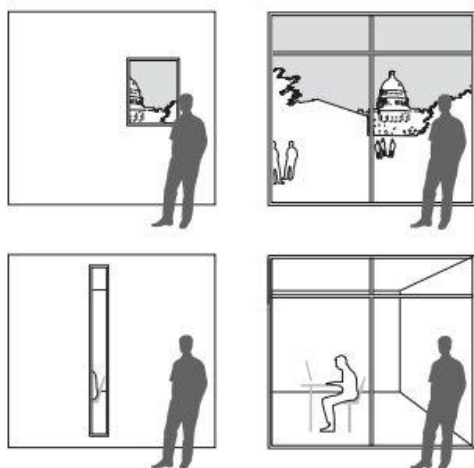
Схема коридору з бічними «кишенями», де відбувається спілкування людей.
Джерело: Посібник DeafSpace Design.

Зрозумілі шляхи руху. У будь-якому великому просторі, як-от хол або прилегла територія, має бути чітко зрозуміло, де розміщені двері та які є можливі шляхи руху. Там, де це не зрозуміло, необхідно встановити вказівники.

Світло та видимість

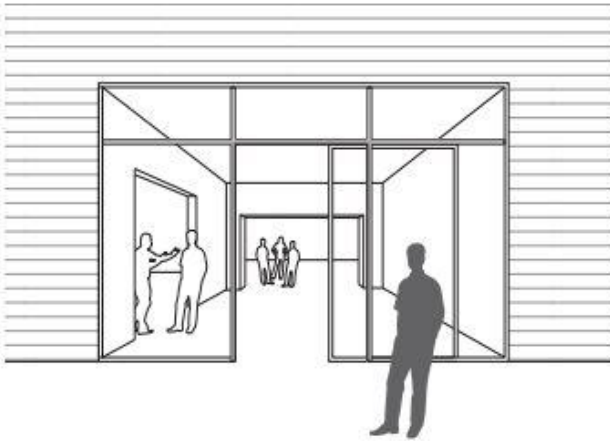
Оглядовість. Для людини важливо знати, що відбувається довкола. Для цього необхідно забезпечити можливість візуального аналізу просторів і поверхів, щоб кожен міг бачити, чи відбувається певний захід, чи є його знайомі на якомусь поверсі тощо.

Оглядовість, яка не порушує приватності. Залежно від функції будівлі чи приміщення оглядовість може обмежуватися розміром вікна чи скла або рівнем прозорості.



Ілюстрація чотирьох варіантів оглядовості: крізь вікно в стіні, крізь скляну щілину в стіні, крізь панорамне вікно, крізь скляну стіну.
Джерело: посібник DeafSpace Design.

Оглядовість вхідної групи. Там, де потік користувачів нерівномірний, рекомендовано робити прозорі вхідні групи, щоб люди з порушеннями слуху не постраждали, зіткнувшись з іншими людьми. Можливість бачити людей, які заходять або виходять, також впливає на відчуття безпеки.



На ілюстрації зображено скляну перегородку із розсувними дверима, крізь перегородку видно коридор і добре проглядається потік людей.
Джерело: посібник DeafSpace Design.

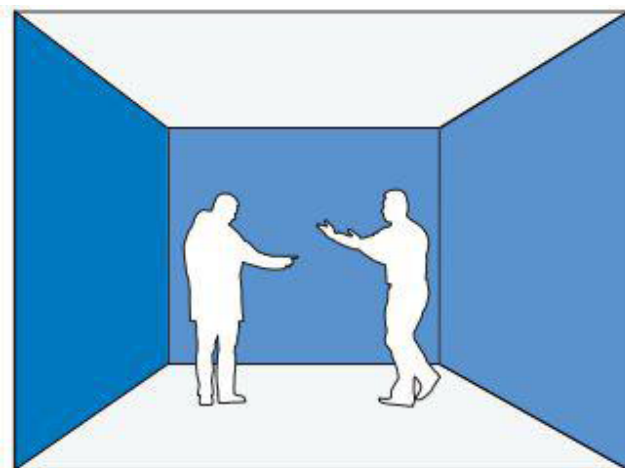
Рівномірне освітлення. Створення світлових плям також може впливати на видимість співрозмовника. Простір має бути рівномірно освітленим для зручної комунікації в будь-якому куточку приміщення.

Світлові покажчики. Звукова сигналізація, дверний дзвінок чи сирена повітряної тривоги недоступні для людей з певними порушеннями слуху. Щоби попередити чи поінформувати людину про щось, рекомендовано встановити світлові покажчики для певних ситуацій.

Колір

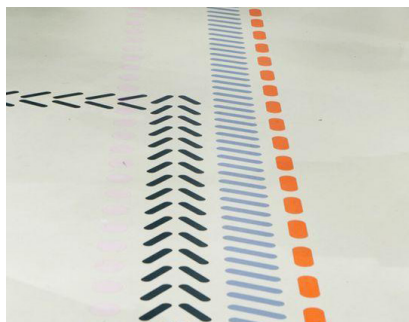
Контраст поверхонь. Підлога та стіни мають контрастувати між собою. Для маркування різниці поверхонь іноді можна використовувати широкий контрастний плінтус.

Контраст стіни для співрозмовника. Люди бачать одне одного краще в просторі, де вони контрастують.



На ілюстрації зображено два білі силуети людей на контрастному синьому тлі стін у кімнаті.
Джерело: посібник DeafSpace Design.

Візуальні покажчики. Коли люди не можуть запитати про те, де вони перебувають і куди далі рухатись, їм важливо самостійно знайти таку інформацію в просторі. Це можуть бути мапи, навігаційні покажчики, піктограми.

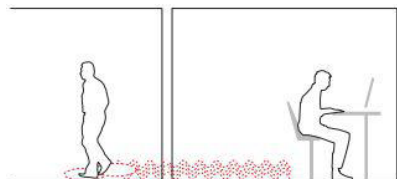


На фото: три показники руху на підлозі, які відрізняються між собою формою та кольором.

Матеріал

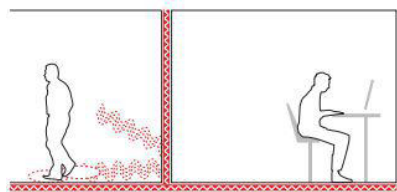
Звукоізоляція приміщень. Людей, які користуються слуховими апаратами, шум з вулиці або сусідніх приміщень може відволікати і перебивати інші звуки. Тому важливо, щоби приміщення були звукоізованими і здатними обмежити шум.

Матеріали, які не передають вібрації. Люди з порушеннями слуху можуть бути особливо чутливими до вібрацій підлоги або увімкненого генератора. Важливо, щоб матеріали, які використовуються в оздобленні приміщень, були підібрані продумано і не відволікали там, де це не потрібно.



На схемі зображено дві ситуації: людина йде, й вібрацію від її кроків відчуває інша людина в кімнаті за стіною; в другій аналогічній ситуації — вібрація «глушиться» перед стіною.

Джерело: посібник DeafSpace Design.

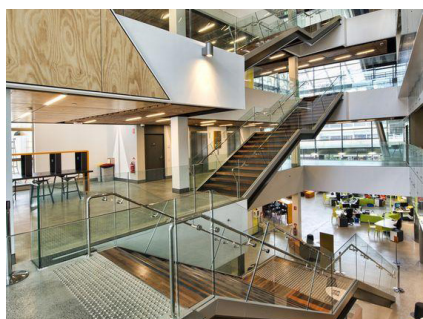


Циркуляція

Відсутність обмежених кутів. Невеликі простори, такі як коридори, повинні бути або заокругленими, або мати оглядові кути, щоб запобігти ризику зіткнення двох потоків людей.

Доступ до сходів. Рекомендовано мати вільний доступ до сходів та видимість сходових кліток.

Вільна вертикальна циркуляція. Для вільного пересування необхідно мати можливість міжповерхової оглядовості на різних рівнях. Це дасть змогу людині мати більше інформації про те, що і де відбувається.



На фото: хол у кілька поверхів із гарною оглядовістю — відкритими просторами й напівскляними стінами.

Асистивні технологічні рішення для слухової безбар'єрності в окремих локаціях та архітектурі

Не існує ідеального рішення щодо слухової безбар'єрності. Водночас, якщо не забезпечена слухова безбар'єрність, людина з порушенням слуху змушена постійно шукати альтернативи щодо спілкування та місця для розмови. А в деяких випадках і взагалі відмовлятися від відвідування громадських місць.

Як і люди з порушеннями зору, люди з порушеннями слуху іноді потребують супроводу. Але до початку спілкування потреба в супроводжувачі іншим людям не завжди зрозуміла.

Тож про які заклади та заходи йдеться, коли говоримо про організацію слухової безбар'єрності?

- Медичні заклади з наявними акустичними бар'єрами у вигляді захисного скла, або вхід до яких відбувається через системи розмови Інтерком (інфекційні відділення).
- Навчальні заклади будь-якого профілю, де не впроваджена слухова безбар'єрність.
- Конференції та наради, де можуть бути присутні люди з порушенням слуху.
- Театри, кінотеатри та музеї.
- Банківські установи.
- Центри надання адміністративних послуг або інші центри надання комунальних послуг.
- Громадський та залізничний транспорт.
- Автобусні та залізничні каси.
- Громадські заходи на стадіонах.

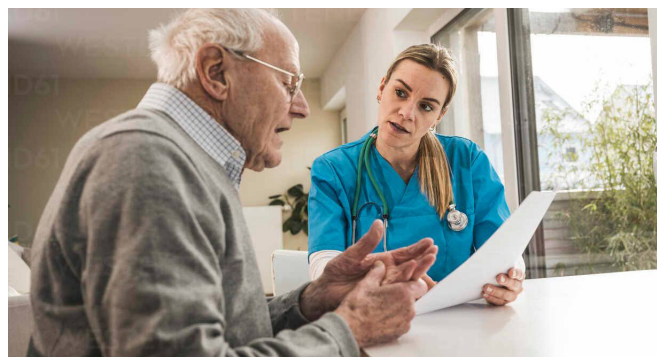
Розглянемо на прикладах можливі асистивні рішення, які допоможуть впровадити слухову безбар'єрність. Опис різних асистивних рішень дивись на сторінках 63–64.



На піктограмі: міжнародний символ порушення слуху — на синьому тлі символічно зображено вухо, крізь яке по діагоналі проходить широка біла смуга.



На фото: у лікарні відкрита, без захисного скла, стійка реєстрації де відвідувач спілкується з працівницею. На стійці – міжнародний символ, що позначає порушення слуху. Поруч, за столиком, лікарка розмовляє з чоловіком старшого віку.



На фото: лікарка спілкується із чоловіком старшого віку — вони сидять поруч за столом, між ними немає акустичних бар'єрів.

Медичні заклади з наявними акустичними бар'єрами у вигляді захисного скла, або вхід до яких відбувається через системи розмови Інтерком (інфекційні відділення)

Під час відвідування закладу охорони здоров'я людина з порушенням слуху змушена докладати більше зусиль для комунікації:

- **У зонах реєстратури**, де встановлено захисні вікна як елемент захисту персоналу від повітряно-крапельних інфекцій. Водночас персонал змушений або говорити занадто голосно, що призводить до розголошення певної конфіденційної інформації, або переходити на письмове спілкування, що забирає багато часу.
- **Лікарський прийом** теж має свої бар'єри: лікар змушений голосно розмовляти, що призводить до перевтоми самого лікаря і втрати важливої інформації.
- **Лікування в умовах стаціонару**, де голосна розмова викликає напруження у інших пацієнтів.

Важливо! Окрім пацієнтів, порушення слуху може бути й у лікарського персоналу.

Рекомендовані асистивні рішення для використання в закладах охорони здоров'я

	Системи індивідуального підсилення	Індукційно-петлеві системи Telecoil	Інфрачервоні системи	FM-системи	Wi-Fi-системи	Bluetooth-системи Aurocast
Зона ресепшн, приймальні, покої	+	+	—	—	Лише для централізованого оповіщення	+
Лікарський прийом	+	+	+	—	Лише для централізованого оповіщення	+
Стаціонарне лікування	+	—	Для перегляду телевізора	Для перегляду телевізора	Лише для централізованого оповіщення	+
Лікарські наради	—	+	+	+	+	+

Навчальні заклади будь-якого профілю, де не впроваджено слухову безбар'єрність



На фото: група дітей уважно щось слухає, в однієї дівчинки у вусі кохлеарний імплант.

Коли постає питання про навчання людей з порушеннями слуху будь-якої вікової категорії, в учня чи учениці завжди виникають труднощі з адаптацією до процесу навчання. Учню або учениці необхідно постійно стежити за локалізацією вчителя, обирати місце, де буде менше слухових та акустичних перешкод, а відстань до вчителя буде мінімальною.

Рекомендовані асистивні рішення для навчальних закладів

	Системи індивідуального підсилення	Індукційно-петлеві системи Telecoil	Інфрачервоні системи	FM-системи	Wi-Fi-системи	Bluetooth-системи Aurocast
Індивідуальне навчання	+	+	+	+	+	+
Навчання в класах	—	+	+	+	+	+
Навчання на відкритому повітрі	—	+	—	+	+	+
Культурні заходи в навчанні	—	+	+	+	+	+

Конференції та наради, де можуть бути присутні люди з порушенням слуху.

На фото: спікер проводить лекцію перед великою аудиторією.

Під час проведення конференцій та нарад кожен учасник важливий. Локація співрозмовників і співрозмовниць постійно змінюється й обрати найкращу не завжди можливо. Саме тому, коли присутні люди з порушенням слуху, необхідно використовувати асистивні рішення.

Обов'язкова умова — дотримання конфіденційності й контроль за поширенням інформації.

Рекомендовані асистивні рішення під час нарад, конференцій

	Системи індивідуального підсилення	Індукційно-петлеві системи Telecoil	Інфрачервоні системи	FM-системи	Wi-Fi-системи	Bluetooth-системи Aurocast
Відкрита конференція/нарада	—	+	+	+	+	+
Закрита конференція/нарада	—	—	+	—	+	+

Театри, кінотеатри та музеї.



На ілюстрації: порожня зала кінотеатру, ліворуч — міжнародний символ порушення слуху.

Під час відвідування театральних вистав або кінотеатрів люди з порушенням слуху втрачають більшу частину смислової інформації з різних причин.

Рекомендовані асистивні рішення для закладів культури

	Системи індивідуального підсилення	Індукційно-петлеві системи Telecoil	Інфрачервоні системи	FM-системи	Wi-Fi-системи	Bluetooth-системи Aurocast
Касова зона	+	+	—	—	—	+
Вестибюль, гардероб	—	+	—	—	+	+
Глядацька зала	—	+	—	+	+	+

Рекомендовані асистивні рішення для інших закладів та транспорту

Рекомендовані асистивні рішення для обслуговування в банківських установах

	Системи індивідуального підсилення	Індукційно-петлеві системи Telecoil	Інфрачервоні системи	FM-системи	Wi-Fi-системи	Bluetooth-системи Aurocast
Інтерком-система на вході	—	+	—	—	—	—
Консультант/банкір	+	+	—	—	—	+
Касова зона обслуговування	+	+	—	—	—	—

Рекомендовані асистивні рішення для закладів та установ з надання адміністративних та комунальних послуг

	Системи індивідуального підсилення	Індукційно-петлеві системи Telecoil	Інфрачервоні системи	FM-системи	Wi-Fi-системи	Bluetooth-системи Aurocast
Інтерком-система на вході	—	+	—	—	—	—
Консультант	+	+	—	—	—	+
Касова зона обслуговування	+	+	—	—	—	—

Рекомендовані асистивні рішення для використання в громадському та залізничному транспорті

	Системи індивідуального підсилення	Індукційно-петлеві системи Telecoil	Інфрачервоні системи	FM-системи	Wi-Fi-системи	Bluetooth-системи Aurocast
Система оповіщення під час подорожі	—	+	—	—	+	—

Рекомендовані асистивні рішення для використання під час обслуговування в автобусних та залізничних касах

	Системи індивідуального підсилення	Індукційно-петлеві системи Telecoil	Інфрачервоні системи	FM-системи	Wi-Fi-системи	Bluetooth-системи Aurocast
Зали очікування	—	+	—	—	+	—
Касові зони обслуговування	+	+	—	—	—	+

Рекомендовані асистивні рішення для використання під час громадських заходів та на стадіонах

	Системи індивідуального підсилення	Індукційно-петлеві системи Telecoil	Інфрачервоні системи	FM-системи	Wi-Fi-системи	Bluetooth-системи Aurocast
Зали очікування	—	+	—	—	+	—
Касові зони обслуговування	+	+	—	—	—	+
Трибуни глядачів	—	+	+	+	+	+

Загальні характеристики, які притаманні до кожного типу слухових асистивних рішень.

Системи індивідуального посилення гучності голосу співрозмовника рекомендовано використовувати під час обслуговування:

- в реєстратурі медичних закладів та на лікарському прийомі пацієнтів;
- в адміністративних, банківських установах тощо;
- в закладах харчування;
- через вікно;
- в екіпажах служб МВС України.

Системи трансляції звукової інформації інфрачервоним каналом зв'язку. Можуть використовуватися лише в приміщенні. Їх обирають, коли необхідно:

- обмежити використання радіочастотного сигналу внаслідок його впливу на інше обладнання;
- просте та швидке розгортання систем;
- дотримання конфіденційності події;
- від 1 до 4 паралельних каналів трансляції аудіо (наприклад, синхронний переклад кількома мовами одночасно);
- врахувати потреби користувачів зі зниженим слухом, які замість навушників обирають індивідуальні шийні петлі NeckLoop
- поле поширення інфрачервоного каналу легко локалізувати навіть за рахунок штор або легких непрозорих перегородок, що унеможливорює несанкціоноване прослуховування.

Системи трансляції звукової інформації FM-каналом зв'язку обирають, де:

- необхідне швидке розгортання трансляції аудіо на великий простір (радіус трансляції — до 250 метрів);
- серед користувачів є люди зі зниженим слухом, які замість навушників обирають індивідуальні шийні петлі NeckLoop;
- не обов'язково дотримуватися конфіденційності;
- трансляція передбачена в приміщенні або на вулиці з великою кількістю механічних перешкод;
- необхідно одночасно транслювати інформацію різного змісту для різних груп (можливе налаштування для трансляції до 16 каналів);
- необхідно комунікувати зі слухачами на вулиці або в занадто освітлених приміщеннях, де дія інфрачервоних систем буде неможлива.



На піктограмі: міжнародний символ порушення слуху.



На піктограмі: міжнародний символ порушення слуху з аббревіатурою англійською мовою у IR в правому нижньому кутку.



На піктограмі: міжнародний символ порушення слуху з аббревіатурою англійською мовою FM у правому нижньому кутку.

Системи прямої трансляції звукової інформації на слухові протези Telecoil обирають, якщо серед працівників, гостей або відвідувачів є люди зі слуховими протезами та наявні такі фактори, які впливають на слухову розбірливість:

- обслуговування через вікна;
- фоновий шум у приміщенні, який заважатиме чути потрібний звук;
- поряд зі слухопротезованою людиною на лекції, уроці, конференції, в театрі будуть відбуватися інші розмови, які слуховим протезом можуть бути розцінені як більш важливі;
- джерело звуку або його направленість можуть змінювати свою локацію відносно слухача;
- людина зі слуховим протезом повинна мати можливість скористатися системою інтерком, звук з якої не зможе бути оброблений через мікрофон слухового протеза за наявності акустичних перешкод.

Системи трансляції звукової інформації Wi-Fi-каналом зв'язку на персональні пристрої. Такі системи поєднують в собі переваги асистивних систем на основі інфрачервоної (IR) технології та FM-технологій і можуть використовуватися в будь-якому приміщенні та за будь-якої погоди. Такі системи варто застосовувати, якщо:

- трансляція відбувається відносно закритим каналом зв'язку, де рівень захисту відповідає стандартам WI-FI;
- площа поширення сигналу та ймовірні перешкоди відповідають стандартам WI-FI;
- всі слухачі використовують власні смартфони та гарнітури;
- є потреба в одночасній трансляції однією мережею до 8 незалежних каналів.

Системи трансляції звукової інформації Bluetooth каналом зв'язку на персональні пристрої.

Рекомендується використовувати, де необхідно:

- простота монтажу;
- зручність комунікування зі слухачами;
- трансляція на понад 16 груп слухачів;
- забезпечити відносно невеликий радіус поширення;
- захистити трансляцію від прослуховування.



На піктограмі: міжнародний символ порушення слуху з літерою «Т» у правому нижньому кутку.



На піктограмі: міжнародний символ порушення слуху зі словом «Wi-Fi» у правому нижньому кутку.



На піктограмі: міжнародний символ порушення слуху із позначкою Bluetooth у правому нижньому кутку.

Сенсорно-чутливий дизайн¹⁴

Авторка — Софія Брем



Чи замислювався ти над тим, що всі ми маємо різну сенсорну чутливість? Хтось може їсти гостре, а в когось від цього буде розлад шлунка. Чи помічав, що хтось може використовувати ароматизовані свічки, а хтось не витримує їхнього запаху через астму? Як ти гадаєш, як дизайн може враховувати наші потреби навіть у чутливості?

Людина сприймає навколишній світ і себе в ньому через зір, слух, смак, дотик, запах, а також через пропріоцепцію¹⁵, інтерорецепцію¹⁶, балансування.

Сенсорна чутливість буває при різних захворюваннях, порушеннях чи станах людини:

- Тривожність;
- Посттравматичний стресовий розлад (ПТСР);
- Деменція;
- Астма;
- Нейровідмінність (наприклад, розлади аутистичного спектру тощо);
- Порушення слуху;
- Порушення зору;
- Інші види тимчасових чи постійних функціональних порушень та ін.

Сенсорно-чутлива людина може відчувати сенсорну перевантаженість, що проявляється у тому, що:

- Важко фокусуватися;
- Неможливо витримувати шум чи звуки;
- Дратівливість на світло, звуки, запахи, неочікувані дотики;
- Відчуття вразливості серед натовпу;

Результатом може стати емоційний вибух — мелтдаун — раптовий стан нервового перебудження, викликаний надлишком відчуттів та сенсорним перенапруженням.

¹⁴ У лекції використана інформація з матеріалів курсу «Sensory Friendly Solution»

¹⁵ Сприйняття власного тіла за положенням, поставою, напруженістю та рухом.

¹⁶ Здатність організму сприймати й обробляти сигнали від внутрішніх органів.

Які бар'єри їй доводиться долати? Які пропонуються рішення?

Зір

Бар'єри:

- люмінесцентне освітлення;
- блимання;
- сліпуче освітлення;
- точкове освітлення;
- яскраві кольори освітлення;
- візуальна стимуляція.

Рішення:

- розсіяне освітлення;
- природне освітлення;
- відсутність прожекторів та блимання;
- спокійні та однотонні кольори освітлення;
- сонцезахисні окуляри.

Слух

Бар'єри:

- фоновий шум (звук обладнання, вентилятори, звукові сигнали);
- гучні та раптові звуки;
- багато розмов одночасно.

Рішення:

- відсутність фонові музики;
- тихі простори, зони або кімнати;
- регулювання кількості людей у приміщенні;
- низький або відсутній фоновий шум;
- наявність шумопоглинальних навушників або вушних затичок.

Смак

Бар'єри:

- дуже холодна або дуже гаряча їжа або напій;
- гостра їжа;
- їжа або напій з кислим або іншим сильним смаком.

Рішення:

- розширене меню (дієтичне, веганське, вегетаріанське);
- напої кімнатної температури, охолоджені та гарячі.

Дотик

Бар'єри:

- несподіваний дотик;
- легкі торкання або удари;
- натовп;
- надто прохолодні або жаркі умови;
- замала або занадто сильна вентиляція.

Рішення:

- ковдри;
- міцний або тривалий дотик;
- фізична та соціальна дистанція;
- зменшення кількості осіб у приміщенні;
- нейтральна температура в приміщенні.

Запах

Бар'єри

- аромати та запахи в оточенні;
- ароматизовані продукти (свічки, дифузори);
- ароматичні очищувальні засоби.

Рішення:

- середовище з низьким рівнем запахів або без них;
- прибирання в неробочі години;
- окремі кімнати без запахів.

Пропріоцепція

Бар'єри:

- натовп;
- захащені простори;
- простори, які потребують різноманітних рухів для проходження.

Варто пам'ятати, що деякі люди погано сприймають своє тіло, а в когось виникають труднощі з координацією, силою, витривалістю.

Рішення:

- доступні приміщення;
- місця для сидіння та відпочинку;
- різні типи сидінь.

Балансування

Бар'єри:

- зміна висот;
- відсутність прямого шляху;
- швидкий або нерівномірний рух;
- кручення.

Рішення:

- поручні;
- місця для сидіння;
- зони повільного руху;
- різні варіанти пересування (ліфт, підйомник, пандус, сходи).

Інтроцепція

Бар'єри:

- відсутність можливості вгамувати голод або спрагу;
- неможливість терміново скористатися туалетом.

Рішення:

- доступні вбиральні;
- достатня кількість туалетів;
- легкий доступ до їжі та напоїв;

ПРИКЛАДИ

Елементи дизайну що сприяють розвантаженню: зони чи меблі для усамітнення, м'які меблі, гамаки для погойдування, «бізидошки» (дошки з різними елементами для крутіння, натискання, доторкання до різних текстур, тобто задіяння дрібної моторики).

Тихі кімнати



На фото: тиха кімната — шумоізолювана, оздоблена приємним на дотик матеріалом, у приглушених зелених кольорах. У кімнаті м'які подушки. М'яке освітлення. У центрі — дівчина читає книжку.

Гамаки для усамітнення та гойдання



На фото: закриті конусоподібні гамаки яскравого кольору. В них можна сховатися, гойдатися, усамітнитися.

«Біздошки»

На фото: стіна з панелями різної структури, матеріалу, форми — шершавою, гладенькою, з металу, дерева, у формі кола, трапеції тощо. Чоловік руками торкається однієї з панелей.

Дотик, матеріали

На фото: частина паркової зони в місті, зонована різними матеріалами. Уздовж доріжки є фонтани. Маленька дівчинка біжить доріжкою під струменями води.

Слух, обмеження слуху

На фото: шумозахисні прозорі панелі, які відділяють торгово-розважальну зону від частини природного парку. На прозорих панелях малюнки білого кольору у вигляді листя, які допомагають ідентифікувати прозорі панелі.

Дизайн, дружній для людей старшого віку

Авторки — Софія Брем, Олена Іванова



Чи помічав ти елементи дизайну, які полегшували твоїй бабусі користування простором? А що ти чула про майданчики для людей старшого віку?

Дизайн, дружній для людей старшого віку, орієнтований не тільки на фізичну зручність, а й на максимальне залучення в соціальне життя.

Як це можна відстежити?

Твердження для перевірки, як універсальний дизайн може сприяти соціальній участі:

- Спектр подій і заходів враховує інтереси та участь старших людей.
- У мікрорайоні, районі (найближчих місцях до проживання людини) достатньо можливостей зустрітися з людьми (організовано місця для спілкування — наприклад, на прибудинкових територіях, у парках).
- Заходи організовуються в архітектурно доступних місцях.
- Інформація про діяльність та події в місті/громаді наявна, зрозуміла й розміщена в місцях, доступних для людей старшого віку.



На фото: жінки старшого віку, тепло вдягнені й у хустках, сидять колом на дитячій гойдалці й розмовляють.

Важливою складовою є доступний громадський **транспорт**. Це означає, що:

- Людина старшого віку може легко зайти в транспортний засіб (автобус, трамвай тощо у своєму районі).
- До зупинок громадського транспорту в районі легко дістатися, ними легко користуватися.

Для соціалізації не менш важливою є **доступність самого будинку**, щоб відвідувачі старшого віку могли легко прийти в гості до подруги чи друга.

Слід також звертати увагу й на архітектурну **доступність публічного простору**.

Чи є населений пункт і, зокрема, мікрорайон та заклади в ньому доступними для пересування з використанням допоміжних засобів (ходунків, крісла колісного тощо)?

Чи **доступне інформування та оповіщення**? Публічна інформація має бути викладена зрозуміло (простою мовою, у різних форматах, зокрема шрифтом великого розміру).

Які послуги з **підтримки та охорони здоров'я доступні в громаді**? Чи легко за потреби зв'язатися з медичними та соціальними службами телефоном та особисто? Чи достатньо інформації про послуги з догляду та соціального захисту?

Що слід враховувати, плануючи дружній простір для старших людей?

У людей старшого віку поступово знижуються певні функції, пов'язані з фізичною активністю та загальною енергією тіла.

Для полегшення **балансування** важливо мати:

- Рівні поверхні, відсутність порогів;
- Поручні там, де потрібно піднятися;
- Поручні там, де потрібно стояти.



На фото: чоловік встає з дивана, спираючись на опору.

Щоб не витратити та відновлювати енергію, передбачено:

- Місця для перепочинку на маршрутах.
- Легке маніпулювання предметами (відчинення дверей, легкі меблі для пересування).

Для дрібної моторики краще:

- Відсутність дрібних елементів керування.
- Можливість зафіксувати тростину.
- Дрібні предмети пристосовані для тримання долонею, а не пальцями.



На фото: жінка старшого віку із сивиною розчісує волосся гребінцем із широкою, як у чашки, ручкою, що зручно фіксується на руці.

Для полегшення **сприйняття інформації через зір** бажано застосовувати:

- Збільшений шрифт.
- Контрастні елементи, об'єкти для взаємодії.
- Локальне освітлення та лінзи для оптичного збільшення.



На фото: біла вбиральня із контрастними зеленими елементами (поручні, тримач туалетного паперу тощо).

Для полегшення **отримання інформації через слух** варто передбачити:

- Дублювання інформації текстово, субтитри.
- Звукоізоляцію приміщень.
- Навушники з регулюванням звуку.

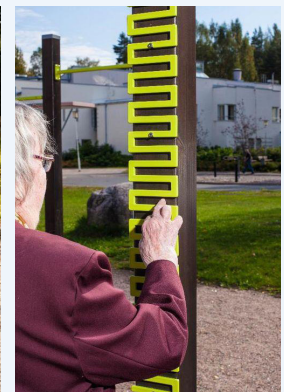
Враховуючи особливості **пам'яті** старших людей, дизайн має враховувати:

- Пам'ятки про послідовність дій, інформаційні покажчики що і де розташовано.
- Мапи із позначенням місцезнаходження.
- Кнопку виклику допомоги, якщо людина забула, як повернутись додому.

ПРИКЛАД

Майданчики для людей старшого віку

Нижче представлені різні фото, які ілюструють різні можливості майданчика для покращення моторики, координації, соціалізації й дозвілля. Чимало старших людей користуються цими можливостями.



Людське різноманіття — це те, що надихає універсальний дизайн. Ми поговорили про важливість врахування різних обмежень та можливостей людини: мобільності, сенсорного сприйняття, когнітивних функцій. Цей розділ доводить, що немає «стандартного» користувача — люди різні, проте всі заслуговують на доступний і зручний простір. Для цього потрібно шукати універсальні рішення, які максимально враховують потреби різних людей.

А тепер час перейти до розгляду прикладів універсального дизайну в конкретних сферах життя, де ці ідеї вже працюють! Ми поговоримо про те, як можна створювати заклади культури, освіти, медицини чи навіть дитячі майданчики доступними й комфортними для всіх.

Побачимося далі, твоя УДі.



Розділ 3.

Доступність та УД у різних сферах

Заклади культури

Авторки — Яна Опаленик, Софія Брем



Чи зручно тобі відвідувати театральні вистави? Який твій улюблений музей? Чи часто ти помічаєш у закладах культури відвідувачів на кріслі колісному або тих, які користуються жестовою мовою?

Тож якою має бути мапа користувача чи користувачки закладу культури, щоб було зручно всім? Нижче – ключові аспекти, які передбачає універсальний дизайн.

Інформація та сервіс.

Тут слід надавати детальну інформацію про виставки, режим роботи, правила відвідування, мапу приміщення, зазначати рівень доступності.

Прибуття.

- Матеріали про шляхи підходу/під'їзду до музею.
- У разі недоступності громадського організовувати спеціальний транспорт, доступний для маломобільних груп населення.
- Від зупинки громадського транспорту чи автомобільної парковки мають бути вказівники, мапа та інші елементи навігації, щоб відвідувачі мали змогу самостійно знайти заклад чи вхід на територію.

Сплануйте свій візит до Національного Музею Історії України

Запрошуємо всіх охочих до відвідування цікавих експозицій, екскурсій та багато іншого у нашому музеї!

Контакти	Години роботи	План поверхів	Як доїхати	Вартість та послуги	Правила відвідування	Проведення зйомки
--------------------------	-------------------------------	-------------------------------	----------------------------	-------------------------------------	--------------------------------------	-----------------------------------



Метро

Найближчі станції метрополітену: "Золоті Ворота", "Майдан Незалежності", "Поштова Площа" та Фунікулер.



Фунікулер



Автобус та Тролейбус

Автобусні маршрути: №6, 16, 18, 24А, 114А до Митілівської площі
Тролейбусні маршрути: №16, 18 до зупинки "Вулиця Володимирська"



Автомобіль

На жаль, територія Музею не обладнана автостоянкою. Залишити свій автомобіль Ви зможете неподалік на вул. Володимирській або Андріївському Узвозі.

На ілюстрації: варіанти доїзду до Національного Музею Історії України — інформація взята з сайту музею.

Вхід до будівлі.

Історичні будівлі часто складно адаптувати, тож важливо розглядати різні варіанти:

- встановити підйомник там, де мало простору або є перепад висоти більший за 1 м;
- встановити накладний пандус;
- адаптувати альтернативний маршрут.



На фото: адаптований пандус до історичної будівлі.

Стійка реєстрації/каса.

Має бути на двох висотах: 0,80 м для людей на кріслі колісному або низького зросту та 1,1 м для тих, хто стоїть.

- У вестибюлі мають бути місця для сидіння та очікування різної висоти: для дорослих 0,45 м, 0,55 м, 0,90 м та дітей 0,30 м.
- Елементи для взаємодії мають бути розміщені не вище за 1,2 м.
- Передбачено простір, де можна зберігати дитячий візок.
- Інформація подана простою мовою. Інформаційні буклети запропоновані в кількох форматах: аудіо, шрифтом Брайля, у диджитал-версії.
- Персонал пройшов тренінг з обслуговування людей з інвалідністю.
- Ціни однакові для всіх, з супроводжувачів оплата не знімається.



На фото: мнемосхема з текстовою інформацією, дубльованою шрифтом Брайля.

Гардероб.

- Вішалки розташовані на висоті 1,1 м та 1,8 м або доступна гардеробна стійка на висоті 0,80 м.
- Шафи для зберігання особистих речей мають маркування шрифтом Брайля. Маркування яскраве й контрастне.
- Дзеркало в повний зріст — до 1,8 м.
- Шафи повинні мати доступну ручку та відкриватися однією рукою.



На фото: шафи розташовані в три ряди на різній висоті один на одним. В нижньому ряду кілька шаф відсутні, що утворює нішу під кількома шафами другого ряду і дозволяє безперешкодний підхід до них на кріслі колісному.

Виставкові зали.

- Транзитна зона для двостороннього руху не менша за 2,15 м.
- Тактильні експонати розташовані на висоті 80–120 см.
- Тактильна навігація, яка обходить експонати та веде людей з порушенням зору до тактильних табличок і тактильних експонатів.
- Опис форми об'єкта доступним для сприйняття способом.
- Підписи до експонатів збільшеним шрифтом мають контрастувати з тлом, бути дубльовані шрифтом Брайля; відеоопис — жестовою мовою, аудіо- відео і мультимедійні гайди до виставки.
- Тактильні об'єкти — мнемосхеми, мінікопії експонатів, мультисенсорні експонати (що передають запах, звук, тактильні елементи).



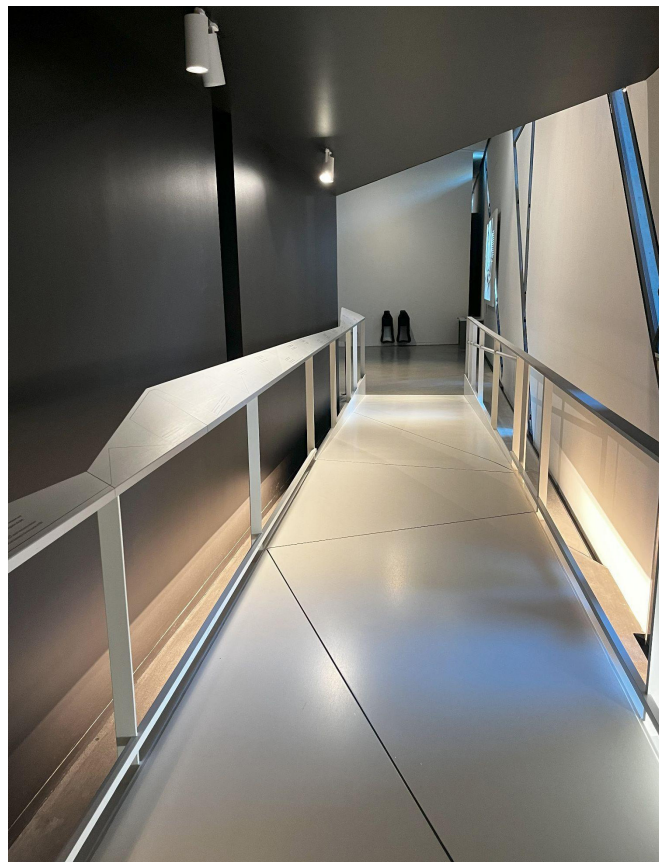
На фото: відвідувач у білих рукавичках оглядає за допомогою дотиків об'ємний музейний експонат. Поруч із ним працівник музею описує об'єкт.



На фото: тактильна копія картини, а також навушники для аудіоопису.



На фото: жінка на кріслі колісному розглядає інформацію розташовану на столі-стенді, з похилою столешнею.



На фото: простір між залами, які з'єднане пандус.

Зони перепочинку між залами.

- Наявні місця для відпочинку з бильцями та спинкою.
- Вільний простір поряд з місцями для сидіння для людини в кріслі колісному 1х1,5 м.
- Зони відпочинку розміщені так, щоб не заважати доступу до експонатів чи транзитному руху відвідувачів.



На фото: посеред музейної кімнати облаштовано зону відпочинку зі стільцями, з можливістю оглядати картини на стінах.

- Універсальна та сімейна вбиральні.
- Тиха кімната.
- Доступна сувенірна лавка/кав'ярня.
- Кімната для релігійних обрядів.

Допоміжні послуги

- Субтитрування — відкриті (на екрані для всіх) та закриті субтитри (доступні для окремої особи).
- Аудіоопис (AD) — озвучування подій на екрані, що забезпечує незрячим людям та людям з порушеннями зору рівні можливості для повного занурення у фільм.
- Переклад у реальному часі (CART) — це одночасна транскрипція того, що говорять на лекціях, панельних дискусіях або, можливо, у фільмі.
- Переклад жестовою мовою.
- Інтерактивна зона. Виставки мають бути доступними для людей різних рівнів сприйняття та навчання. Долучення досвіду людей з інвалідністю в контент виставки забезпечує різноманітність в представленні тем. Елементи виставки повинні пропонувати багатосенсорні враження, щоб задовольнити різні потреби аудиторії. Це може передбачати використання візуальних, слухових і тактильних елементів.



На фото: елемент виставки, якого можна торкнутися. Складається з частин, різних за текстурою, кольором тощо.

- Послуга «тихі години» (максимальне обмеження звуків та шуму спричинених музикою, проведенням екскурсій, прибиранням тощо), тихі перегляди (в кінотеатрах).
- Залучення спільноти (майстер-класи, інтерактивні лекції).
- Допоміжні пристосування:
 - звукоізоляційні навушники (для зменшення стресу від середовища);
 - картки для альтернативної комунікації відвідувачів із порушенням мовлення з працівниками закладу (з піктограмами або малюнками вбиральні, кафетерію, сувенірної крамниці тощо);
 - збільшувальна лінза Френеля — для легшого зчитування зображення;
 - складані стільці для відпочинку в залах;
 - складане крісло колісне для відвідувачів;
 - електричні скутери для пересування (особливо, якщо площа закладу культури доволі велика).



На фото: залучені в роботу з кольоровими елементами відвідувачі громадського закладу.

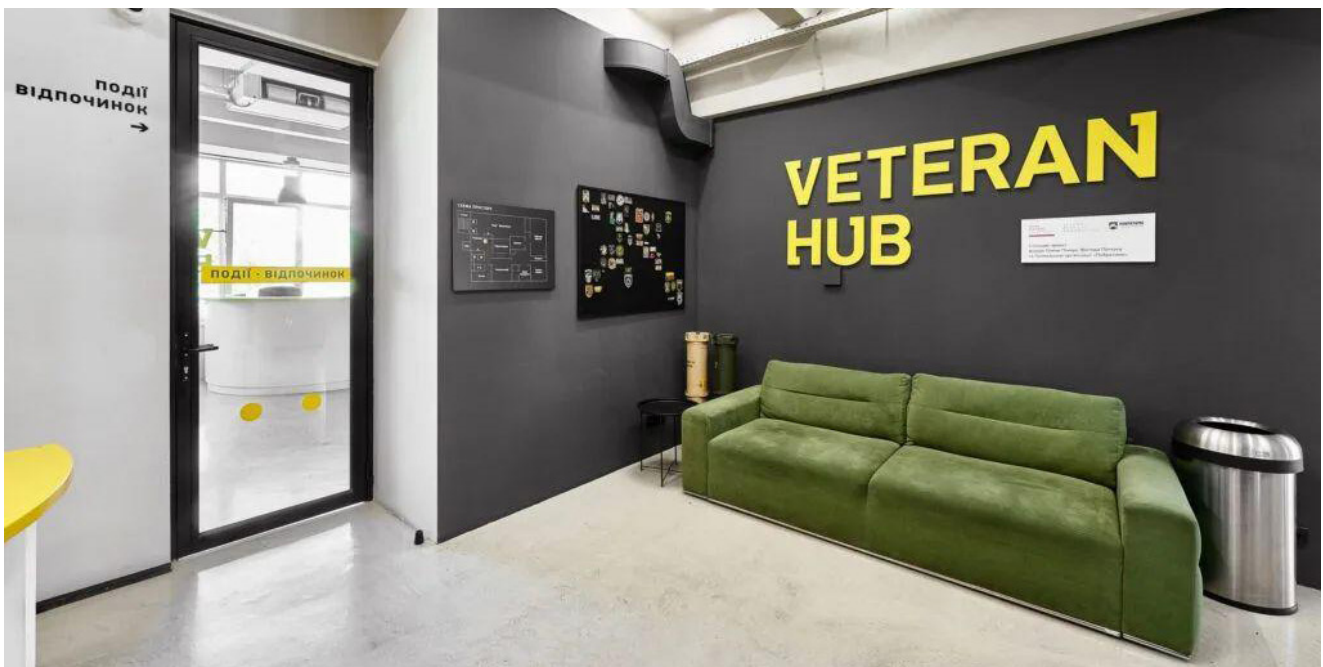
Ветеранські простори¹⁷

Авторка — Софія Брем



Як наші простори та міста можуть бути дружніми до ветеранів та ветеранок, що повертаються з війни? Як дизайн простору сприяє реабілітації й відчуттю спокою та рівноваги?

Важливою складовою комфортного повернення ветеранів та ветеранок у цивільне життя — є створення безпечного та комфортного фізичного простору та соціо-культурного середовища.



На фото: фое Veteran Hub — просторе приміщення, виділені контрастною темною рамою скляні прозорі двері із маркуванням, що забезпечують багато світла, м'який зелений диван.

Що важливо знати про ветеранів та ветеранок?

Участь в бойових діях — це травматичний досвід, який може викликати посттравматичний стресовий розлад (ПТСР) у ветеранів і ветеранок. І це, поміж іншого, потрібно враховувати під час проєктування просторів для них.

ПТСР — це психічний стан, який може мати такі симптоми:

- нав'язливі спогади (наприклад, флешбеки, нічні кошмари);
- уникнення (уникання ситуацій, що нагадують травматичну подію тощо);
- негативні думки та переконання (відчуття безнадійності щодо майбутнього та ін.);
- гіперзбудження (наприклад, лякливість).

¹⁷ Тут використані результати досліджень «Veteran-Centered Investigation of Architectural and Space Design Considerations for Post-Traumatic Stress Disorder (PTSD)» та «Investigating Architectural and Space Design Considerations for Post-Traumatic Stress Disorder (PTSD) Patients».

Прояви ПТСР можуть бути спровоковані факторами середовища (гучні звуки), соціальними чинниками (великі натовпи) або елементами дизайну (відсутність виходів, вузькі шляхи) тощо.

Як зробити простори більш комфортними для ветеранів

Оглядовість

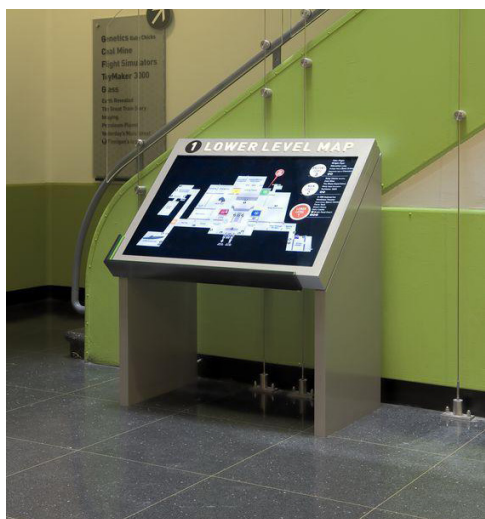
Великі вікна з видом на природу допомагають оцінювати/усвідомлювати навколишнє середовище, що сприяє позитивному настрою.

Водночас вікна, які не можна відчинити, можуть стати причиною чергового епізоду.

Розуміння циркуляції в просторі

Розуміння того, де розташовані вхід і вихід, є важливим для відчуття контролю.

Покращене орієнтування зменшує відчуття стресу.



На фото: електронна навігаційна мапа.

Важливо, щоб усі меблі та людей, які заходять або перебувають у кімнаті, було добре видно. Двері не повинні обмежувати огляд, не має бути місць, які не проглядаються.

Карти та схеми розташування допомагають ознайомитися з простором, а це, своєю чергою, знижує загальний рівень тривожності.

Коридори

Широкі проходи й коридори. Важливо зменшувати кількість перешкод у просторі та збільшувати маневровість.

Можливість регулювати приватність і відкритість.

Перевага надається заокругленим кутам. Гострі кути допустимі лише за наявності дзеркала, щоб можна було помітити присутність інших.

Простір

Дуже важливо, щоби простір давав/посилював відчуття контролю. Краще віддавати перевагу відкритому плануванню поверхів. Це поліпшує видимість, а отже, й відчуття безпеки.

Тісний простір може нагадувати умови життя на фронті.

Меблі

Мінімальна кількість меблів. Захаращеність приміщення меблями може викликати дискомфорт.

Забезпечення рухомими меблями спільних просторів покращує здатність людей регулювати особистий простір і взаємодіяти з іншими.

Освітлення

Будівлі, спроектовані таким чином, щоб забезпечити більше природного освітлення, знизити рівень депресії.

Недостатній рівень штучного освітлення може діяти гнітюче.

Вентиляція

Погана якість повітря може спровокувати епізоди ПТСР, бо запах навколишнього середовища може викликати травматичні спогади.

Шум

Оскільки шум нерідко провокує прояви ПТСР, краще обирати житло подалі від гучних звуків.

Натовп

Дизайн не повинен перешкоджати вільному руху в громадських місцях (унікати утворення заторів у проходах, коридорах).



На фото: чоловік із протезом ноги, біля нього — службовий собака. Вони сидять біля водойми в громадському просторі.

Найкращим рішенням є громадські місця, розташовані подалі від інтенсивного пішохідного та автомобільного руху.

Також бажаним є «стимуляційне» середовище, яке заохочує виходити на вулицю, а отже, зменшує соціальну ізоляцію. Наприклад, парк для виходу собак, де грається домашній улюбленець ветерана, може бути менш стресовим, ніж торговий центр (взаємодія з людьми може викликати стрес).

Озеленення

Важливо створювати ділянки, вкриті травою, кущами, деревами.

Дитячі майданчики

Автор — Євген Борисенко



Для чого потрібні доступні дитячі майданчики? Чи вони тільки для дітей і мам? Пригадай, коли ти востаннє був на майданчику, що тебе там найбільше вразило? Або, можливо, ти мама з маленькою дитиною. Що б ти хотіла покращити на майданчику біля свого дому?



На фото: дитячий майданчик із різними елементами доступності та універсального дизайну.

А для чого потрібні доступні дитячі майданчики?

Соціалізація дітей.

Відвідуючи такий майданчик, малеча швидше й легше вибудовує комунікацію з іншими дітьми.

Формування у дітей розуміння різноманіття, емпатії та толерантності.

Діти бачать, що світ багатогранний, а люди бувають різними.

Можливість для дітей розвиватися фізично, соціально, інтелектуально, творчо та емоційно, незалежно від їхніх особливостей.

Хто може користуватися доступними дитячими майданчиками?

- Діти з неврологічними розладами, такими як аутизм. Їм потрібні спеціальні гамаки та гойдалки-гнізда.
- Діти з інтелектуальними порушеннями, наприклад із синдромом Дауна. Їм потрібні розвивальні головоломки та прості гойдалки.
- Діти з порушеннями сенсорних функцій: зору, слуху, нюху. Їм потрібні сенсорні ігри з кнопками та звуком, сенсорні гойдалки.

- Діти, яким потрібне крісло колісне або інше обладнання. Їм необхідно передбачити гойдалки та простір із можливістю заїзду на кріслі колісному.
- Діти з фізичними порушеннями. Їм потрібне розвивальне обладнання, таке як драбини, канати тощо.
- Діти із соціальними та/або емоційними порушеннями. Необхідні затишні й тихі місця для усамітнення.
- Діти без інвалідності та проблем зі здоров'ям. Їм потрібні різні види гойдалок, каруселей тощо.
- Дорослі з будь-яким із типів порушень та без них. Місця для сидіння та догляду за дітьми.

Принципи універсального дизайну під час розробки дитячого майданчика

Рівноправне використання

- Дорога до дитячого майданчика має бути зручною та безбар'єрною, із тактильними смугами для орієнтування.
- Уся територія навколо майданчика повинна бути на одному рівні з ігровою зоною. Якщо є перепади висоти, слід передбачити пологий пандус і уникати сходів чи бордюрів.
- З кожної зони майданчика має бути зручний і плавний доступ до його найвищої точки.



На фото: чоловік на кріслі колісному та маленькі дівчатка користуються тим самим елементом дитячого майданчика.

Гнучкість використання

- Ігровий простір створено так, щоб враховувати різноманітні потреби та вподобання дітей. Усе обладнання й благоустрій розроблені з урахуванням потреб потенційних користувачів.
- Ігрове обладнання універсальне і гнучке у використанні (наприклад, драбину, що розташована під кутом, можна використовуватися по-різному: лазити зверху чи знизу, сидіти на ній або висіти, тримаючись руками).
- Обладнання має декілька варіантів застосування (наприклад, гойдалками можна користуватися, зокрема, і сидючи в кріслі колісному).
- До ігрових конструкцій передбачено різні способи доступу: за допомогою сходів, пандусів чи навіть гірок.

Простота та інтуїтивність використання

- Ігрове обладнання має бути простим у використанні для кожної дитини, незалежно від її досвіду, знань, навичок чи рівня концентрації уваги. Дитина повинна інтуїтивно розуміти, як цим користуватися, без необхідності в навчанні чи поясненнях.



На фото: елемент дитячого майданчика — спрощена форма тамтама, на якому грає хлопчик у кріслі колісному.

Доступно викладена інформація

- У навігаційних панелях, розташованих перед входом до школи, а також в обладнанні дитячого майданчика (за необхідності), використовують різні режими, такі як візуальний, слуховий і тактильний, щоб донести важливу інформацію максимально зрозуміло.

Терпимість до помилок

- Дизайн ігрового простору та обладнання зводить до мінімуму небезпеки, «попереджаючи» про помилки.
- Ігровий майданчик розроблений для того, щоб усі діти могли спробувати щось нове, заохочуючи різноманітність ігрової поведінки, але враховуючи норми безпеки.

Низький рівень фізичних зусиль

- Переконайтеся, що дизайн дитячого майданчика пропонує обладнання та простір, яким ефективно, комфортно та з мінімальним фізичним навантаженням зможуть користуватися всі люди.
- Зробіть маршрут через ігровий майданчик і до ігрових елементів зручним і доступним, із рівною поверхнею та можливістю легко пересуватися.

Необхідний розмір та простір

- Дизайн ігрового майданчика та ігрового обладнання має враховувати параметри дітей різного зросту, статури, віку та можливостей у пересуванні. Діти можуть пересуватися за допомогою різних пристроїв, як-от крісло колісне, милиці тощо.
- Ігрова зона має забезпечувати чітку видимість важливих елементів.
- Ігрове обладнання пристосовується до змін (комплекції та зросту користувачів).



На фото: на елементі дитячого майданчика — конику — сидить чоловік старшого віку.

Зони та елементи дитячого майданчика

- Вхід, вихід і пішохідні шляхи.
- Ігрове обладнання.
- Багатоцільові ігрові зони.
- Вода, пісок, галька.
- Ландшафт, дерева та рослини.
- Іграшкові птахи, звірі та комахи.
- Наземне покриття (краще використовувати нековзке гумове покриття, газон, дрібний щебінь; мінімізувати використання асфальту та бетону).
- Паркани та огорожі.
- Допоміжні елементи благоустрою.

Вибір ігрового інвентарю за видами активностей

- Фізичні активності (розгойдування, хитання, ковзання, спритність, лазіння вгору і повзання, балансування, стрибання, ходьба, біг і катання, рух у кріслі колісному).



На фото: елемент дитячого майданчика на розвиток спритності.

- Сенсорні активності (тактильна, звукова, візуальна, взаємодія з природою, затишні місця).



На фото: тактильні елементи дитячого майданчика.



На фото: звукові елементи дитячого майданчика.

- Соціальні активності (спільні ігри, місця для спілкування та гри окремими елементами).



На фото: елемент дитячого майданчика для спільної гри.

Важливі складові інфраструктури дитячих майданчиків

- Місця для сидіння дітей та дорослих, що їх супроводжують.
- Громадські вбиральні з універсальною кабіною.
- Питні фонтанчики з доступом до води на різних рівнях.
- Столики та лавки для відпочинку.
- Місця для паркування автомобілів та велосипедів.
- Сміттєві баки з можливістю сортування сміття.
- Навіси для захисту від прямих сонячних променів та дощу.

Заклади охорони здоров'я¹⁸

Авторка — Софія Брем



Які бар'єри в лікарнях ти можеш згадати? Чи доводилося тобі супроводжувати когось у лікарню? Що полегшувало тобі супровід, а що лише додавало перешкод?

Чому важливе застосування універсального дизайну в медичних закладах?

- Сприяє формуванню політики закладу з урахуванням потреб усіх: клієнтів та їхніх родин, надавачів послуг, постачальників.
- Забезпечує економію ресурсів.
- Зменшує можливі ризики та сприяє створенню безпечного середовища.
- Враховує людську різноманітність.
- Ставить усіх клієнтів у «центр» надання послуг, гарантуючи, що вони можуть безпечно, якісно і з гідністю їх отримати.
- Сприяє покращенню стану здоров'я клієнтів та персоналу.
- Пропонує рішення, які можуть бути модифіковані або змінені відповідно до різних потреб і вимог користувачів.
- Допомогає збалансувати потреби різних людей.
- Зменшує професійне вигорання медичних працівників.
- Оптимізує зусилля та полегшує роботу персоналу.
- Покращує безпеку та комфорт для всіх.

👉 Важливо! У порятунку життя людини часто рахунок йде на секунди. Необхідно дуже швидко потрапити на потрібний поверх, не спотикаючись об сходи й пороги, без зусиль відчиняти двері, мати під рукою все необхідне для реанімації, достатньо простору в коридорі та ліфті для транспортування людини на каталці або кріслі колісному, інтуїтивно зрозумілу навігацію, щоб розуміти, куди рухатися, і навчений персонал, який знає, як діяти в тій чи іншій ситуації. Навіть якщо в медичному закладі працюють найкваліфікованіші лікарі, ці втрачені секунди/хвилини на сходах, порогах, незручних ручках дверей або в мережі коридорів, в яких легко дезорієнтуватися без інформаційних покажчиків, можуть коштувати людині життя.

Тож на що необхідно звертати увагу?

Простір

Простір у медичних закладах має враховувати не лише самотійне пересування пацієнта, а й його супровід іншими.

¹⁸ Тут використано інформацію з посібника «Універсальний дизайн в медичних закладах» // Режим доступу: <https://www.undp.org/uk/ukraine/publications/universalnyy-dyzayn-u-medychnykh-zakladakh>



На фото: частина парку, уздовж якого розміщені місця для сидіння. Різні покриття вказують напрямки руху.

Прилегла територія

ПРИКЛАДИ

Медичний заклад — це не тільки місце, де пацієнт отримує лікування чи інформацію про стан свого здоров'я.

Це простір, який відвідують дуже різні люди. І час перебування тут може бути від 15 хвилин, щоб отримати довідку, до кількох тижнів.

Наприклад, тато забіг на хвилю до педіатра, щоби взяти довідку про щеплення своєї доньки, яка йде в перший клас. Де залишити дитячий візочок, якщо прийшли з молодшим братиком, якому тільки 2 роки? Чи є бізборд, щоб зайняти дітей, доки готуються документи?

Або ж відвідувачі прийшли провідати близьку людину, що лікується в медичному закладі. Де їм можна прогулятися і комфортно поспілкуватися?

Як зручно дістатися від зупинки громадського закладу до приймальної лікарні ветерану, що втратив зір?

Про це часто забувають, хоча це дуже важливо: лікарня — це **простір, де більшу частину свого часу проводить медичний персонал**. І від того, наскільки безпечним і зручним є цей простір, залежить комфорт, відчуття захищеності та внутрішній спокій тих, хто надає медичні послуги.

Універсальний дизайн потрібен не тільки пацієнтам і пацієнткам, а й працівникам і працівницям медичного закладу!

Як норми доступності¹⁹ та принципи універсального дизайну створюють безпечний та зручний простір для пацієнтів і відвідувачів? Нижче подано важливі елементи доступності та універсального дизайну.

¹⁹ Дивись більше у ДБН В.2.2-10:2022 «Заклади охорони здоров'я. Основні положення».

- Ширина доріжок прилеглої території та вхід у будівлю мають бути не меншими за 1,8 м для забезпечення достатнього простору, враховуючи можливе переміщення пацієнтів на ліжках-каталках
- Тротуар рівний, а товщина швів не перевищує 15 мм.
- Передбачено пониження тротуару на переходах у нуль.
- Є місце для висадки та посадки пасажирів окремо від пішохідної частини, але не далі ніж за 50 метрів від входу до лікарні.
- Є місця для паркування велосипедів під накриттям біля входу.
- Наявні паркувальні місця для людей з інвалідністю із відповідним знаком доступності. Розміри місця — щонайменше 3,5х5 м. Розташування від входу — не далі за 50 м.



На фото: паркувальні місця для людей з інвалідністю.

- Тактильна навігація на території.
- Тактильна мапа території з дублюванням інформації шрифтом Брайля та простими піктограмами на висоті 0,9–1,5 м.
- Тихі місця для відпочинку та окремі — для усамітнення.
- Місця для сидіння для дорослих і дітей на таких висотах: 0,30, 0,45, 0,55, 0,90 м зі спинками заввишки 0,40 м та підлокітниками висотою 0,2–0,25 м.
- Облаштовано питний фонтанчик на висоті 0,5 та 0,8 м. Для кращої видимості він має контрастувати на тлі покриття.
- Є кнопка виклику допомоги на висоті 0,8–1,1 м для людей із порушенням мовлення.
- Двері до фое закладу мають легко відчинятися.



На фото: скляні двері з контрастними смугами.

Пандуси

- Нахил 4,5°.
- Висота одного підйому — максимум 0,8 м.
- Ширина для однобічного руху в просвіті — 1,2 м.
- Ширина для двобічного руху в просвіті — 1,8 м.
- Висота захисного бортика із відкритої сторони пандуса — 5 см.
- Горизонтальні майданчики для відпочинку розмірами 1,5х1,5 м.
- Пандус слід розміщувати під накриттям. Покриття має бути нековзким. Перед та після початку нахилу необхідно додати попереджувальну тактильну плитку вздовж пандуса.



На фото: пандус із горизонтальними майданчиками для відпочинку біля входу в приміщення.

Поручні

- Мають бути з обох боків сходів та пандусів. Їх варто робити нековзкими та контрастними до стін. Поручні повинні візуально контрастувати з поверхнею, до якої вони кріпляться, бути гладенькими та не мати абразивних елементів.
- Поручні сходів варто розташовувати на висоті 0,7 та 0,9 м. Там, де є дошкільнята, — на висоті 0,5 м.



На фото: поручні уздовж пандуса, на початку — марковані жовтим кольором.

Ліфт

У медичних закладах має бути звичайний та транспортний ліфти. Останнім, зокрема, транспортують ліжка та медичне обладнання.

- Вимоги для звичайного ліфта: мінімальна ширина вхідного прорізу — 0,9 м; а розмір самої кабіни — 1,1х1,4 м.
- Вимоги до ліфта, яким транспортують ліжка: мінімальна ширина вхідного прорізу — 1,4 м, а розмір самої кабіни — 1,4х2,4 м.

Для кращої видимості номера поверху в ліфтовому холі літера чи цифра мають бути розміром щонайменше 50 мм та контрастувати на тлі стіни.

Біля кнопок виклику ліфта має бути вільний простір щонайменше 1,5 м.

Кнопку виклику ліфта слід розташувати на висоті 1 м для доступності користувачів крісел колісних.

Панель керування ліфта з кнопками поверху має розміщуватися в ліфтовій кабіні на висоті 1,5 м.

Номер поверху на кнопці або біля неї має бути тактильним або дублюватися шрифтом Брайля. Бажано мати озвучування поверху.

Для пацієнтів, які мають складнощі з пересуванням та утриманням положення тіла в ліфтовій кабіні з трьох сторін слід встановити поручні на висоті 0,8–0,9 м, а також відкидне місце для сидіння на висоті 0,5 м.



На фото: ліфт для транспортування ліжка.

Вестибюль — місце «входу» до закладу, від якого часто залежить твоє здоров'я та життя. Тож найперший контакт має бути таким, який знижуватиме рівень тривожності й даватиме надію на покращення здоров'я та самопочуття. Чи є так всюди? І що слід зробити?

Базові норми доступності:

- Рецепція має бути на двох висотах — 0,8 та 1,1 м — для зручності людей, які користуються кріслом колісним, дітей та тих, хто стоїть.
- Відсутні перешкоди (як-от конструкції, рослини) на шляхах руху, щоб не заважати швидкому переміщенню пацієнтів та персоналу.
- Місця для очікування відвідувачів та супроводжувачів розташовані на висотах 0,45; 0,55; 0,9 м.
- Стенди з інформацією про графік роботи та навігацію слід розміщувати приблизно на рівні очей, на висоті 1,2 м, збільшеним шрифтом, з простими піктограмами та інформацією, поданою простою мовою.



На фото: стійка реєстрації, розміщена на різних висотах.

Навігація

- Наявна мнемосхема поверхів із дублюванням інформації шрифтом Брайля. Висота розташування 0,8 м дає змогу легко нею користуватися, зокрема людині на кріслі колісному.
- Показники напрямків у відділенні — прості піктограми.
- Є кнопка виклику допомоги в різних куточках закладу для пацієнтів із порушенням слуху на доступній висоті 0,5–0,9 м.

Інформація — доступна і зрозуміла — спрощує комунікацію між різними людьми, сприяє усвідомленому вибору щодо свого здоров'я, підвищує довіру до медичного закладу.

Як цього досягти?

- Інформацію в просторі слід дублювати простими піктограмами, що виконані у контрастному співвідношенні та не відблискують.
- Подавати інформацію простою мовою. Шрифт має бути легким для сприйняття, без зарубок.
- Розмір тексту співвідноситься з висотою його розташування.
- Дублювати інформацію шрифтом Брайля.



На фото: табличка про кімнату для матері й дитини, інформація дубльована шрифтом Брайля.

Коридор

- Транзитна зона для двостороннього руху не менша за 2,15 м.
- Двері в коридор відчиняються так, щоб не заважати руху. На них є оглядові віконця, розташовані на висоті 0,8–1,5 м.
- Тактильні інформаційні таблички про кабінети з простими піктограмами виконані у контрастному співвідношенні кольорів. Вони розміщуються на висоті 1,5 м з того боку, з якого відчиняються двері.
- На стінах з обох боків коридору на висоті 0,8–1,1 м передбачено поручні, а на висоті 0,6–0,9 м — захисні бампери від удару ліжками та каталками.
- Для розвороту каталки є розворотні кишені розмірами 3,4х4,3 м, розташовані кожні 10 м.
- Місця для сидіння відділені від транзитних зон і розміщуються в окремих кишенях завглибшки 1,2 м.
- Поруч із місцями для сидіння є вільний простір розмірами 2,1х1,5 м для людини на кріслі колісному.



На фото: коридор із розміщеними уздовж стільцями.

Палата

Звісно, облаштувати палату як домашню кімнату вкрай складно, але принаймні вона повинна бути комфортною і мати достатньо особистого простору.

- Є вільний простір у 1,5 м для розвороту крісла колісного.
- Ліжко регулюється за нахилом, його частини опускаються та піднімаються для кращої адаптації під стан пацієнта. Із двох боків ліжка є опускні поручні.
- Для зручного переміщення пацієнта з каталки в ліжко з одного боку ліжка є вільний простір розмірами 3,6–3,7 м.
- Полиці для користування та зберігання речей розташовані на зручній висоті від 0,5 до 1,1 м.
- Передбачено штори для усамітнення в палатах, де є двоє та більше пацієнтів.
- Вимикачі розміщуються на висоті 0,8 м. Розетки та вимикачі контрастні до стіни.
- Кнопка виклику допомоги розташована на доступній висоті 0,4–1,1 м.
- Наявна звукова та візуальна пожежна сигналізація.

У **їдальні** відстань між столами має бути не меншою за 1,5 м.

Також обов'язковим є забезпечення вимог до облаштування універсальної туалетної kabіни та душової кімнати.²⁰

Організація комунікації з клієнтами

- Можливість різних способів запису до лікаря — через сайт лікарні, телефоном, проведення консультацій дистанційно через Skype, WhatsApp та інші застосунки.
- Можливість вибору клієнтом чи клієнткою способу комунікації (телефоном, електронною поштою, через форму зворотного зв'язку на вебсайті).
- Спілкуватися та надавати інформацію клієнтам слід в зручний для них спосіб, відповідно до їхніх комунікаційних можливостей.
- У медичному закладі має існувати система інформування персоналу про комунікаційні можливості клієнтів.
- Усі клієнти медичного закладу повинні отримувати інформацію у доступному для них форматі, а також — необхідну їм комунікаційну підтримку.
- Адміністрація закладу має вжити заходів, щоб клієнти отримували необхідну інформацію в доступному для них форматі та зрозумілою для них мовою, зокрема жестовою.

²⁰ Дивись розділ «Доступність та універсальний дизайн санітарних приміщень».

Послуги

Адміністрація закладу охорони здоров'я сама вирішує, які послуги та в якому обсязі вона може надавати. Нижче наведено приклади послуг, які допоможуть покращити якість комунікації та лояльність до закладу пацієнтів.

- Існує послуга супроводу клієнтів з обмеженою мобільністю, порушеннями зору, інтелектуальними порушеннями (за потреби).
- Організовано «систему черг» у зоні очікування із зазначенням часу та звуковим, світловим чи текстовим оповіщенням.
- Враховується можливість використання клієнтом собаки-поводиря, інформація про що доступна на сайті або надається телефоном. Відповідно, персонал закладу має бути проінструктований, а інформація про дозвіл розміщена в холі для ознайомлення всіх відвідувачів (підтвердження статусу службового собаки є обов'язковим).
- Є послуга перекладу жестовою мовою.
- Існує можливість проведення консультацій дистанційно — телефоном, через Skype, WhatsApp або інші застосунки.
- Наявні послуги на дому (проведення аналізів, маніпуляцій, консультації лікаря тощо).

Заклади освіти

Авторка — Олена Іванова



Пригадай, яка школа була у тебе в дитинстві? Чи зручно тобі було знімати верхній одяг у гардеробній, користуватися вбиральнею, чи були там зони для відпочинку? Як зараз змінилися навчальні заклади, які ти відвідуєш?

Навчальні заклади — це місце, де дитина проводить більшу частину свого часу. По суті — це її дитинство. Яке воно? Як організувати простір, щоб це було зручно і безпечно?

Типові помилки, яких варто уникати (у разі їх наявності — виправляти):

- Складні деталі, колони без маркування.
- Неструктурований простір, відсутність зрозумілих навігаційних шляхів, дезорієнтація.
- Створення штучних перешкод на шляхах руху.
- Слизька підлога, що відблискує.
- Перевантаження деталями, фігурами та кольорами.
- Сходи: дизайн стоїть вище за безпеку, відсутність поручнів, поручні з одного боку.



На фото: сходи, обладнані яскравими елементами лего, що ускладнює орієнтування в просторі.

- Відсутні або незручні місця для відпочинку, спілкування й усамітнення.
- Замало розеток/місць підзарядки для гаджетів (діти, які користуються допоміжними засобами та розумними пристосуваннями, потребують їх регулярної підзарядки).
- Нечитабельна інформація на стендах.
- Скупчення меблів, відсутність достатнього простору для зонування, пересування, індивідуальної допомоги.

Як краще організувати навчальний заклад, щоб у ньому було безпечно, комфортно та інформативно перебувати упродовж усього часу?

Функціональні зони та приміщення

Туалетна кімната

- Гендерно-нейтральна.
- Достатньо простору для асистента.
- Гачки для речей на зручній висоті.
- Гачки для милиць/ тростини.
- Урна для сміття без кришки і в зручному місці.
- Гігієнічний душ.
- Кушетка для переодягання.
- Система оповіщення/сигналізація.
- Переговорний пристрій зі зворотним зв'язком.
- Висота розташування обладнання (умивальників, сушарок, унітазів, дзеркал) дає змогу користуватися ним людям різного зросту.
- Розташування раковини передбачає доступ із крісла колісного.
- Сенсорні крани або легке відкривання.

Ресурсна кімната²¹

Призначення: спеціально організований простір для розвитку дитини та покращення її психоемоційного стану.

- Розмір — не менше за 36 м² в умовах реконструкції; до 60 м² для новобудов.
- Зони (для індивідуальних занять, для групових занять, робоча зона вчителя, зона відпочинку).
- Вимоги безпеки (неможливість самостійного відчинення вікон дітьми).
- Санітарно-гігієнічні умови (наявність умивальника в цій кімнаті або поруч, швидкий доступ до туалетної кімнати).
- Зовнішній шумовий фон (на віддалі від спортивного залу, кабінету музики, рекреації для початкових класів).
- Освітлення (хороше освітлення, можливість регулювання, індивідуальне освітлення робочих місць).
- Простір спроєктований з урахуванням розміщення необхідних меблів та обладнання.

²¹ Відповідно до ДБН В.2.2-3:2018 «Заклади освіти».

Сенсорна кімната/куток



На фото: приклад темної сенсорної кімнати — з бульбашковими колонами, світловими пучками, безкаркасними меблями, матами на підлозі та іншими елементами.

Призначення — психологічне та емоційне розвантаження, можливість відволіктися від навчального процесу, розслабитися, заспокоїтися, стимуляція систем сприйняття.

- **Світло** (можливість регулювання).
- **Меблі та обладнання** (безкаркасні меблі, мати, мішки-гойдалки, світлові пучки, світлові іграшки, інтерактивні панелі, сенсорні іграшки).

Тиха кімната

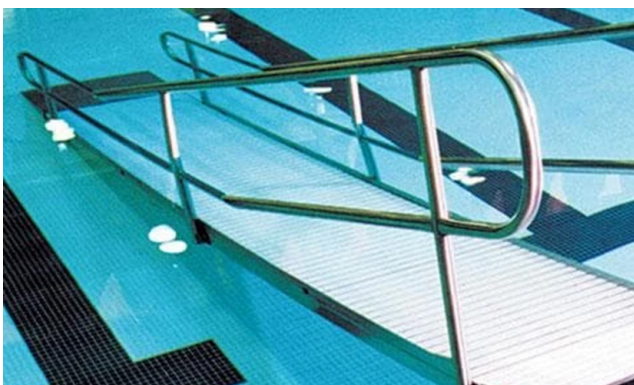
Призначення — можливість побути в тиші для дітей, які користуються слуховими апаратами чи кохлеарними імплантами, дітей з розладами аутистичного спектру (РАС), дітей з синдромом дефіциту уваги та гіперактивності (СДВГ).

- **Розташування** (поблизу навчальних класів, але якнайдалі від джерел шуму).
- **Особливі вимоги** (високий ступінь шумоізоляції).
- **Обладнання** (звукопоглинальні матеріали, можливість регулювання світла, зручні м'які меблі для сидіння, світлова індикація дзвінків та сигналу тривоги).

Для занять фізкультурою²²

- Фізкультурно-спортивна зала для загальнофізичної підготовки та спортивних ігор (не менша за 24 м x 12 м).
- Тренажерно-гімнастична зала (щонайменше 18 м x 9 м).
- Універсальна зала для учнів 1–4 класів (не менше ніж 12 м x 12 м).
- Зала або зона для занять МГН із загальним та спеціальним розвивальним обладнанням (4–6 м²/особу).

Басейн має бути обладнаний поручнями й пологим спуском.



На фото: басейн має пандус, який веде у воду.

²² Відповідно до ДБН В.2.2-3:2018 «Заклади освіти».

Роздягальні/переодягальні

- Наявність гендерно-нейтральних кімнат.
- Достатній простір для асистента дитини.

Місця відпочинку та очікування

Мають враховувати потреби:

- дітей (для спілкування, усамітнення);
- асистентів дитини з особливими освітніми потребами, батьків або інших осіб, що супроводжують дітей (обладнані зручні місця для сидіння та очікування).



На фото: зона очікування, оснащена місцями для відпочинку, добре освітлена, є шафки для речей, столики.



На фото: місце для усамітнення.

Санітарні приміщення

Автори — Євген Борисенко, Олена Іванова, Яна Опаленик, Софія Брем



Наскільки зручні громадські вбиральні, в яких тобі доводилося бути? Якщо ти з маленькою дитиною, чи є можливість замінити їй підгузок зручно й безпечно? Чи можуть твої знайомі, які мають інвалідність, скористатися громадською вбиральнею в піцерії, в якій ти часто буваєш?

Громадська вбиральня, туалет на автозаправці або ж туалет у місцевій амбулаторії — про що найчастіше забувають?

- Полочка для особистих речей (телефону) на двох рівнях висоти.
- Гачки для милиць/тростини.
- Урна для сміття без кришки в зручному місці.
- Гігієнічний душ.
- Кушетка для переодягання.
- Система оповіщення/сигналізації на двох рівнях висоти.
- Переговорний пристрій зі зворотним зв'язком.
- Поворотне дзеркало.
- Зручний замок.
- Зручна ручка.

Як зробити так, щоб було комфортно перебувати в громадських вбиральнях?

Елементи дизайну, що роблять вбиральні доступними

Інформаційний показник (піктограма)

- Має розміщуватися біля вбиральні на висоті 1,2-1,6 м.
- Інформація на інформаційному показнику має бути продубльована шрифтом Брайля.
- Наявність інформації (піктограм) про інші додаткові елементи вбиральні (наприклад, гачка для милиць, кнопки виклику допомоги).
- Достатній розмір піктограм для сприйняття з відстані.

Універсальна туалетна кабіна



На піктограмі: три силуети — чоловіка, жінки та людини на кіслі колісному.

Двері

- Контрастне співвідношення кольору дверей та стіни, ручки відносно дверного полотна.
- Ширина дверного отвору — 0,9 м.
- Двері повинні відчинятися на 180° із можливістю фіксації у відкритому положенні та мати дверний довідник, що забезпечить плавне й тихе зачинення.
- Дверна фурнітура (ручка та вороток) — на висоті 0,85–1,1 м.
- Дверна ручка — натискного типу або у формі скоби.
- Вороток великого розміру.
- Можливість відкривання замка ключем ззовні.

Простір

- Для можливості маневру людини на кріслі колісному в приміщенні має бути вільний простір діаметром розвороту щонайменше 1,5 м.
- Ширина простору біля унітаза — 0,9 м.
- Висота розташування вимикача світла — 0,8 м.
- Гачки для речей слід передбачити на стіні, а також біля унітаза на висоті 1,05 м і 1,4 м.
- Гачки для милиць варто розташовувати біля унітаза та умивальника.
- Висота розташування кнопки виклику допомоги — 0,8 м та 0,1 м.
- Має бути інформаційний покажчик — табличка, яка пояснює призначення кнопки виклику допомоги двома мовами — українською та англійською, а також за допомогою піктограми.

Умивальник

- Під умивальником має бути вільний простір висотою 0,7 м.
- Висота верхньої площини — 0,75–0,85 м.
- П-подібний поручень навколо умивальника із кріпленням у стіні.
- Біля умивальника варто передбачити простір збоку, щоб туди можна було поставити особисті речі, розміром 0,3х0,4 м.

Диспенсери для мила та дезінфектора

- Висота розташування — 0,8–1,1 м.
- Мають бути важільного, натискного або, найкраще, сенсорного типу керування (важливо додавати піктограму, яка пояснює керування сенсорним пристроєм).

Диспенсер для паперових серветок

- Висота розташування — 0,8–1,1 м.
- Важливо! Встановлювати диспенсер для паперових серветок замість електросушарки для рук.

Чому в громадських вбиральнях краще використовувати паперові рушники, ніж електричні сушарки? Електросушарка може вмикатися несподівано для інших користувачів, а гучний звук може налякати людей з розладами аутистичного спектру та інших, що може призвести до емоційного «вибуху».

Полочка біля умивальника

- Розмірами не менше за 0,2 м х 0,4 м
- Розташування на висоті 0,85 м

Поворотне дзеркало

- Дзеркало має бути під нахилом чи з можливістю повороту.
- Поворотне дзеркало повинно мати ручку для керування на висоті не більше ніж 1,1 м.
- Нижній край дзеркала слід розміщувати на висоті від 0,9 до 1,2 м, а верхній — не нижче ніж 1,9 м.



На фото: поворотне дзеркало з ручкою для керування.

Унітаз

- Сидіння унітаза має розміщуватися на висоті 0,4–0,48 м.
- З одного боку унітаза слід передбачити вільний простір розмірами 0,9х1,5 м.
- Поручні мають розташовуватися з двох боків на відстані 0,3–0,35 м до центру унітаза.
- Зі сторони, де можна пересісти з крісла колісного на унітаз, має бути відкидний поручень на висоті 0,7–0,8 м, щоб нижній край поручнів був вище сидіння унітаза на 20–30 см. Поручні мають виходити за край унітаза на 15 см.
- Зі сторони, прилеглої до стіни, слід передбачити настінний г-подібний поручень завдовжки 1 м.
- Кнопка системи зливу, бажано сенсорна, має розташовуватися на висоті 0,87–1,1м.
- Кнопка виклику допомоги має розміщуватися біля унітаза на висоті 0,4–0,9 м.
- Унітаз має бути облаштований гігієнічним душем.
- Чоловічі унітази (пісуари) — один з них повинен бути розташований на висоті 0,4 м від підлоги для доступності користувачів крісел колісних, невисоких людей та дітей.

Також рекомендується в кабінці встановити тримач для малюка.



На фото: два пісуари, розташовані на різних висотах.

Сповивальний столик²³

Державні будівельні норми вимагають встановлення в універсальних туалетних кабінках столика для сповивання.



На фото: підвісний відкидний сповивальний столик із відповідним маркуванням.

Душова кімната

- У приміщенні має бути вільний простір діаметром щонайменше 1,5 м для можливості маневру людини на кріслі колісному.
- Мінімальні розміри сидіння: ширина 0,5 м, глибина 0,4 м, висота 0,45–0,48 м.
- З одного боку сидіння має бути вільний простір розміром 0,9х1,5 м.
- Зі сторін, де можна пересісти з крісла колісного на сидіння, мають бути відкидні поручні на висоті 0,8 м.
- Поручень слід розташовувати на відстані 0,30–0,35 м від центру сидіння.
- Рекомендовано використовувати душ, який можна регулювати за висотою. Довжина шланга — щонайменше 1,5 м.
- Горизонтальний поручень встановлюється посередині душу на висоті 0,7–0,75 м.
- Два вертикальних поручні встановлюються так, щоб їхній нижній край починався з висоти 0,8 м.

²³ Як облаштувати таку зону — дивись у підрозділі «Сімейна вбиральня».

Санітарні приміщення для різних груп користувачів

Кімнати для переодягання дорослих



На піктограмі: два силуети — людини на кріслі колісному та людини, що стоїть біля відкидного стола. Біля них — вішак-плечики.

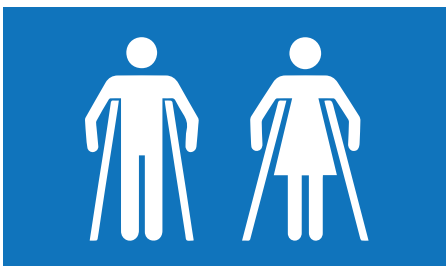


На фото: універсальна туалетна kabіна з кушеткою для переодягання та стільовим підйомником.

Вимоги до кушетки для переодягання людей з інвалідністю (Changing Place):

- Регульована висота.
- Ширина та довжина достатні для комфортного розміщення дорослої людини.
- Поверхня кушетки повинна бути м'якою і зручною для лежання, виготовленою з матеріалу, який запобігає ковзанню, легко чиститься та дезінфікується.
- Можливість фіксації користувача для запобігання падінню під час переодягання.
- Для підйому та переміщення людини з крісла колісного на кушетку бажано облаштувати стільовий підйомник.
- Інше облаштування в кімнаті має відповідати встановленим вимогам до універсальної туалетної kabіни.

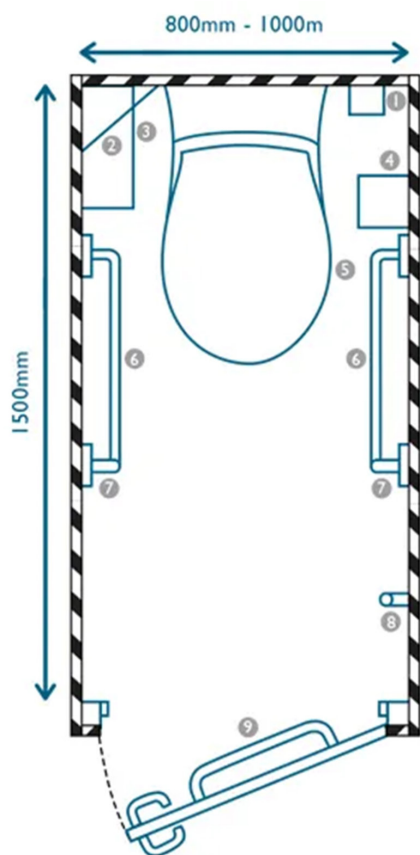
Туалетна kabіна для амбулантів (осіб, які мають труднощі з пересуванням)



На піктограмі: силуети чоловіка та жінки, які спираються на милиці.

- Вертикальні ручки завдовжки 0,6 м (встановлені на висоті 0,8 м від рівня підлоги).
- Горизонтальні ручки завдовжки 0,6 м поруч з унітазом (встановлені горизонтально на висоті 0,68 м від рівня підлоги або під кутом 15°).
- Одна горизонтальна ручка довжиною 0,45 м встановлена на внутрішній стороні дверей, що відкриваються назовні (на висоті 0,68 м від рівня підлоги).
- Гачок для милиць чи палиці.

Важливо! Такі туалетні кімнати призначені для людей, які мають складнощі з пересуванням — людей старшого віку, в стані захворювання, після операцій тощо. Ця кімната не призначена для користувачів крісел колісних, оскільки має менший розмір. Її головна особливість — наявність прикріплених до стіни поручнів, які допомагають людям сідати і вставати з унітаза та утримувати положення тіла.



На ілюстрації:

- 1 — йоржик для прибирання;
- 2 — поличка для речей;
- 3 — контейнер для санітарних відходів;
- 4 — диспенсер для туалетного паперу;
- 5 — настінний унітаз із прихованим зливним бачком;
- 6 — горизонтальні поручні;
- 7 — вертикальні поручні;
- 8 — два гачки для речей;
- 9 — горизонтальна ручка-поручень.



На фото: обладнана туалетна кімната з поручнями, гачком для речей, диспенсером для туалетного паперу.

Вбиральня для людей зі стомою



На піктограмі: силует чоловіка та знак «плюс» на ньому — символ людини зі стомою.

Чому потрібно облаштовувати вбиральні для людей зі стомою?

Поширеність — понад 5 млн осіб у світі. Збільшення чисельності групи пов'язане зі старінням населення, зростанням частоти певних захворювань серед людей молодшого віку, а також з удосконаленням медичних технологій і методів лікування, які дають змогу долати навіть найтяжчі хвороби.

Що таке стома?

Стома — це хірургічно створений отвір у передній черевній стінці після видалення кишківника або його частини, призначений для відведення кишкового вмісту.

Причини виведення стоми: нездатність кишківника або сечового міхура повноцінно функціонувати внаслідок травми, набутого чи вродженого захворювання.

Стома може бути тимчасовою (до року) та постійною.

Які гігієнічні потреби людей, що доглядають за стомою?

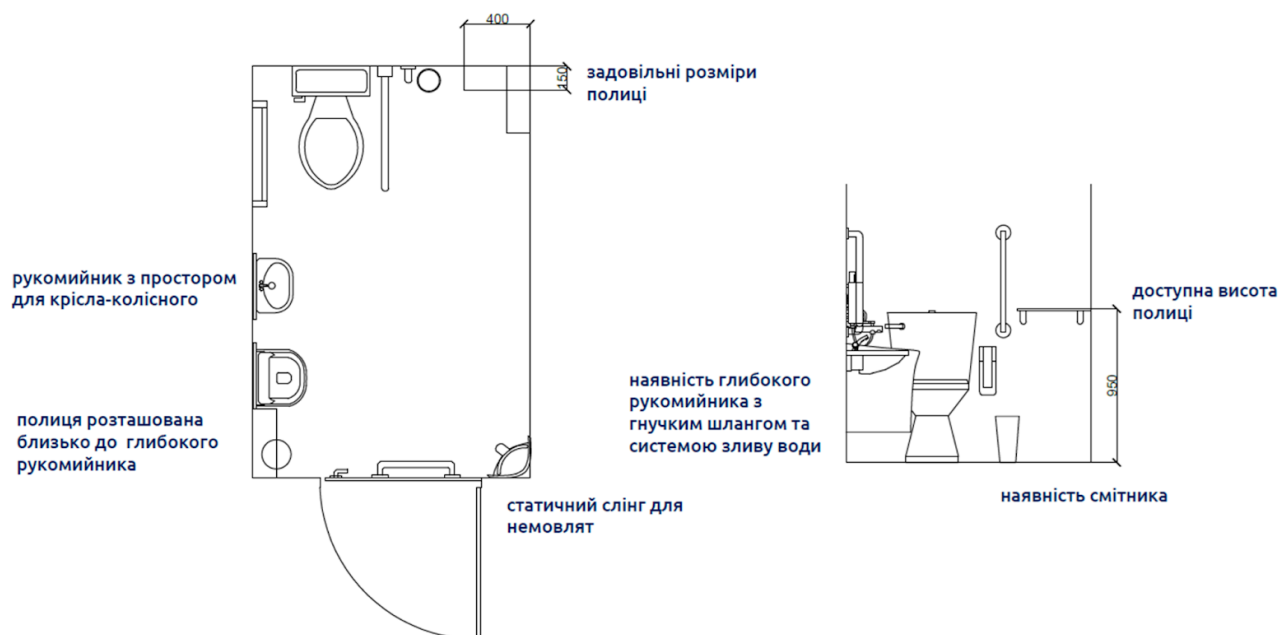
Потреба у заміні чи дренажі стомічного мішка, обробка стоми та шкіри навколо неї, прання одягу в разі протікання. Частота заміни чи дренажу стомічного мішка — від 1 до 10 і більше разів на день.

Мінуси громадських вбиралень для людей зі стомою

- Брудні вбиральні — деякі позиції для дренажу стомічного мішка передбачають стояння на одному коліні, сидіння навпочіпки тощо.
- Відсутність приватності — в кабінці нема рукомийника для очищення всіх задіяних інструментів.
- Відсутність додаткових полиць для дренажних інструментів, таких як очисні серветки, герметизаційна паста, новий стомічний мішок тощо.
- Датчик автоматичного зливу води може спрацювати посеред процесу дренажу, спричинивши розбризкування і забруднення одягу.
- Відсутність туалетного паперу/туалетний папір занадто тонкий — щоб запобігти розбризкуванню, під час зливу поверхню води вкривають шаром паперу.
- Тісні кабінки — потрібне місце для пакунку з речами, поличка для маніпуляцій та простір для пересування або зміни положення.

Дизайн-рішення вбиральні для людей зі стомою

- Простора кабінка/вбиральня для вільного пересування та розташування.
- Гачок для одягу, сумки, торбинки з інструментами для догляду за стомою.
- Поличка для речей, щоб уникнути контакту з антисанітарними поверхнями.
- Рукомийник (в ідеалі із гнучким шлангом) для догляду за шкірою та стомічним мішком.
- Глибокий рукомийник із гнучким шлангом для дренажу/заміни стомічного мішка, в якому також можна випрати речі в разі протікання мішка.
- Відсутність сенсору зливу води — мануальна кнопка (або важіль) запобігає розбризкуванню.
- Дзеркало — для зручності в процесі догляду за стомою.
- Кошик для сміття в кожній кабіні — для інструментів дренажу.
- Належна вентиляція.



На ілюстрації: схема вбиральні, облаштованої для людей зі стомою.



На фото 1 та 2: вбиральня, облаштована для людей зі стомою.

Вбиральні, дружні для дітей

Загальні вбиральні

У загальних вбиральнях рекомендується обладнати одну з кабінок дитячим унітазом. Якщо унітаз звичайної висоти, розташувати на гачку дитячу накладку на унітаз, а поруч — сходинок-підставку для ніг. Така кабінка має бути ширшою для зручності перебування супроводжувача. На дверях кабінки розмістити піктограму з дитиною.



На піктограмі: силует дитини до трьох років.



На фото: дитяча накладка на унітаз, кольорова, у формі стилізованої жабки.



На фото: сходинок-підставка для ніг.



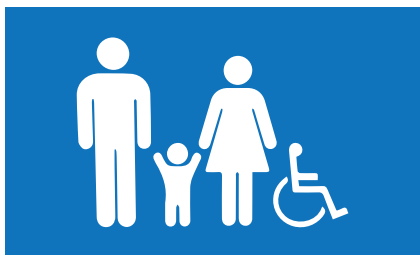
В одній із кабінок загальної вбиральні рекомендується розмістити **настінний дитячий тримач**, в якому можна залишити дитину, поки її супроводжувач користується вбиральнею.

На фото: стільчик для малюків із кріпленням на стіні, високою спинкою та системою фіксації дитини.

У загальній вбиральні може бути облаштовано зону для сповивання немовлят.²⁴

²⁴ Дивись нижче, як облаштувати таку зону — в підрозділі «Сімейна вбиральня».

Сімейна вбиральня



На піктограмі сімейної вбиральні зображено силуети двох дорослих — чоловіка та жінки, і двох дітей, одна з яких — дитина на кріслі колісному.

Сімейна вбиральня має бути гендерно-нейтральною — доступною для користування дітьми та їх супроводжувачами протилежної статі.

Зона входу

- Піктограма, що свідчить про гендерну нейтральність вбиральні та доступність для дітей із дорослими.
- Широкий вхід для легкого доступу з дитячим візком.
- Лавка або стільці біля входу для очікування або відпочинку.

Основна зона

- Простора, щоб можна було легко зайти з візком та супроводжувачем.
- Гачки для одягу та сумок на стінах на різній висоті.
- Раковина з дзеркалом, встановлена на висоті 0,85–0,90 м, поруч з нею — менша раковина для дітей на висоті 0,5–0,6 м.
- Безконтактні сенсорні крани і дозатори мила.
- Лавка або стільці для очікування або відпочинку.
- Дитячий унітаз на висоті 0,34 м від підлоги.
- Дитячий пісуар на висоті від 0,4 м від підлоги.
- Кушетка для переодягання малюків.

Зона для сповивання немовлят

- Піктограма, яка пояснює призначення сповивального столика.
- Сповивальний столик, розкладний, закріплений на стіні або ж стаціонарний з вільним простором під ним для зручності користування людям на кріслах колісних. Є ремені для фіксації дитини на столику.
- Поруч зі столиком — сміттєвий бак для підгузків, герметичний, для запобігання поширенню неприємних запахів.
- Біля столика — раковина для миття рук після зміни підгузка та диспенсер з паперовими рушниками, засоби для дезінфекції рук.
- Полочка для речей на рівні столика.
- Гачки для сумок та дитячих речей біля столика.
- Місце для дитячого візка — простір, де можна безпечно залишити дитячий візок.

Кімната для грудного годування

Кімнату для годування не можна облаштовувати у вбиральні, але можна поєднувати із зоною для сповивання.

Кімната має бути легко доступною по маршруту і мати обладнання, яке дає можливість матері годувати дитину грудьми або з пляшечки в приватній та комфортній обстановці.

Кімната має бути безпечною, добре вентиляованою та гарно освітленою.

Кімната для годування повинна мати таке обладнання:

- зручне сидіння для матері зі спинкою та підлокітниками;
- рухомий бічний столик;
- лампа для локального освітлення;
- розетки для електричних молоковідсмоктувачів;
- умивальник з краном важільного типу або сенсорним керуванням;
- диспенсери з рідким мийним засобом і дезінфектором;
- диспенсер із паперовими рушниками;
- настінне дзеркало;
- бажано — торговий автомат для напоїв і підгузків.

Заключне слово

Дякую тобі!

Я вдячна тобі за те, що цю подорож універсальним дизайном я здійснила разом з тобою! Впевнена, що ти тепер по-іншому сприйматимеш навколишній простір, і там, де можеш вплинути, прагнутимеш зробити його зручнішим, безпечнішим і доступнішим для всіх.

Адже це важливо не лише для тебе, а й для твоїх близьких: тих, кого ти любиш, друзів чи знайомих, які повертаються з фронту, та й будь-кого, хто потребує доступного середовища.

Ти тільки уяви, наскільки кращим стане світ, якщо кожен із нас у своєму домі, на роботі, у школі чи громаді докладе зусиль, щоб зробити простір, інформацію та послуги доступнішими.

Я не прощаюся з тобою — ще більше корисної інформації ти можеш знайти на наступній сторінці «Використані джерела та рекомендована література». Ти завжди можеш повернутися до будь-якої частини цієї подорожі, щоб знайти нові ідеї та натхнення. І пам'ятай, у цій подорожі ти не один і не одна. Світ сповнений чудових прикладів універсального дизайну — доповни цей список і своєю історією змін!

З повагою,
твоя супроводжувачка в темі універсального дизайну — УДі!



Використані джерела та рекомендована література

Age-Friendly Cities and Communities Questionnaire (AFCCQ) // Режим доступу: <https://www.thuas.com/research/centre-expertise/age-friendly-cities-and-communities-questionnaire-afccq>

A New Architecture for a More Livable and Sustainable World | Hansel Bauman | TEDxGallaudet // Режим доступу: <https://www.youtube.com/watch?v=nBBdQnnigGo>

A Public Park in Taipei Welded From Recycled Light Posts // Режим доступу: <https://www.thiscolossal.com/2016/12/a-public-park-in-taipei-welded-from-recycled-light-posts/>

Bus Terminal and Urban Renovation in São Luís / Natureza Urbana // Режим доступу: <https://www.archdaily.com/965411/bus-terminal-of-sao-luis-natureza-urbana>

CIVITAS. Smart Choices for Cities: Gender Equality and Mobility: Mind the Gap! Brussels: European Commission, 2014 // Режим доступу: https://civitas.eu/sites/default/files/civ_pol-an2_m_web.pdf.

DeafSpace Design Guidelines // Режим доступу: <https://app.dcoz.dc.gov/Exhibits/2010/ZC/15-24/Exhibit95.pdf>

Dementia go-to point manual // Режим доступу: <https://www.aic.sg/wp-content/uploads/2023/05/AIC-GTP-Manual.pdf>

Dementia Friendly Hospitals from a Universal Design Approach // Режим доступу: <https://dementia.ie/wp-content/uploads/2018/01/UD-DFH-Guidelines-2018-Full-doc-lw-res-compressed-A1.pdf>

Gender Mainstreaming in Urban Development Berlin Handbook // Режим доступу: <https://civitas.eu/resources/gender-mainstreaming-in-urban-development-city-of-berlin-handbook>

Gender mainstreaming in urban planning and urban development // Режим доступу: <https://www.digital.wienbibliothek.at/wbrup/content/zoom/4174135>

Gender-Sensitive Housing in Vienna: Frauen-Werk-Stadt (Women-Work-City). Women Friendly Cities Challenge, n.d. // Режим доступу: <https://womenfriendlycitieschallenge.org/wise-practices/gender-sensitive-housing-in-vienna-frauen-werk-stadt-women-work-city/>

Investigating Architectural and Space Design Considerations for Post-Traumatic Stress Disorder (PTSD) Patients // Режим доступу: https://acelab.tamu.edu/wp-content/uploads/sites/23/2018/07/Khanade-et-al_Architecture_HFES18_Final.pdf

Smart choices for cities Gender equality and mobility: mind the gap! // Режим доступу: https://civitas.eu/sites/default/files/civ_pol-an2_m_web.pdf

Veteran-Centered Investigation of Architectural and Space Design Considerations for Post-Traumatic Stress Disorder (PTSD). Joseph Nuamah, PhD , Carolina Rodriguez-Paras, MS, and Farzan Sasangohar, PhD // Режим доступу: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/32441151/>

URBACT. (2022). Gender Equal Cities. URBACT Knowledge Hub // Режим доступу: <http://URBACT.EU/GENDER-EQUAL-CITIES>

Urban Development Vienna, Municipal Department 18 (MA 18). Gender Mainstreaming in Urban Planning and Urban Development. Coordinated by Astrid Klimmer-Pölleritzer and Andreas Nuss. Vienna: Municipal Department 18 (MA 18), 2013 // Режим доступу: <https://www.digital.wienbibliothek.at/urn/urn:nbn:at:AT-WBR-707537>

Безбар'єрність у реабілітаційних відділеннях // Режим доступу: https://drive.google.com/file/d/1OEyQ15HvVBFAR9gJX2mP6RsVTTWJqugo/view?fbclid=IwAR20hQsolOtgHGh4qZG37_GbWYxYO78cpjrNxk6qpGrHAoPdUZBfUxMO2AQ

Методичні рекомендації щодо облаштування кабінетів гінекології в медичних закладах України // Режим доступу: https://naiu.org.ua/wp-content/uploads/2024/12/metodicalrecommendation_web.pdf

Методичні рекомендації щодо облаштування інклюзивних лікарняних палат // Режим доступу: https://naiu.org.ua/wp-content/uploads/2022/08/MethodicalRecommendationMedicalAppartments_v05.pdf

Трансгендерність та інфраструктура: «туалетні війни» // Режим доступу: <https://genderindetail.org.ua/library/identichnosti/transgenderism/transgendernist-ta-infrastruktura-tualetni-viyny.html>

Спочатку людина. Онлайн-курс про безбар'єрність у закладах охорони здоров'я // Режим доступу: <https://academy.nszu.gov.ua/enrol/index.php?id=220>

Універсальний дизайн в медичних закладах // Режим доступу: <https://www.undp.org/uk/ukraine/publications/universalnyy-dyzayn-u-medychnykh-zakladakh>

Універсальний дизайн у громаді: простір, предмети, інформація та послуги [автори-упорядники О. Іванова, М. Лебідь, С. Брем, Є. Світ] – заг. ред. О.Іванова.- Київ, 2021 – 24 с. <https://bit.ly/3gZg57r>

Доступне інформування про соціальні, реабілітаційні та адміністративні послуги [авторки-упорядниці О. Іванова, М. Лебідь] – заг. ред. О. Іванова.- Київ, 2021 – 16 с.

УНІВЕРСАЛЬНИЙ ДИЗАЙН

Конспект лекцій