



KURZEMES
PLĀNOŠANAS
REĢIONS



Projekts LLI-468 «Solis uz priekšu attīstot personīgos resursus un nodarbinātībai nepieciešamās prasmes»

Akronīms «I can work»

Apmācības

sociālās jomas speciālistiem un speciālistiem, kas strādā ar cilvēkiem ar invaliditāti, kā arī mērķgrupas personām

Tēma: «Cilvēks ar invaliditāti un darba tirgus»

**Lektors Māris Ceirulis
Ziemepe
03.06.2022. un 17.07.2022.**

Saturs

- Vides pieejamība un universālais dizains
- Galvenie normatīvie akti attiecībā uz vides pieejamību
- Universālā dizaina 7 principi
- Cilvēka redze dažādos vecumos
- Par pašvaldību
- Ārējā vide
- Iekšējā vide
- Personu ar invaliditāti nodarbināšanas specifika
- Vides pieejamība personām ar funkcionāliem traucējumiem
- Praktiskais uzdevums “Baltais spieķis”
- Semināra vērtējums, noslēguma secinājumi.

Personīgais ieguldījums kopīgajā darbā

Praktiskais uzdevums



Ko Tu darītu, kā pavadītu dzīvi, ja Tavā rīcībā būtu neierobežoti daudz laika un naudas?

GALVENIE NORMATĪVIE AKTI ATTIECĪBĀ UZ VIDES PIEEJAMĪBU

- LR Likums „Būvniecības likums”
- MK noteikumi Nr.529 „Ēku būvnoteikumi”
- MK noteikumi Nr.60 „Noteikumi par obligātajām prasībām ārstniecības iestādēm un to struktūrvienībām”
- MK noteikumi Nr.628 „Noteikumi par pašvaldību teritorijas attīstības plānošanas dokumentiem”
- MK noteikumi Nr.800 „Farmaceitiskās darbības licenzēšanas kārtība”
- MK noteikumi Nr.499 „Noteikumi par būvinspektoriem”
- MK noteikumi Nr.331 „Noteikumi par Latvijas būvnormatīvu LBN 208-15 „Publiskas būves”
- MK noteikumi Nr.102 „Noteikumi par Latvijas būvnormatīvu LBN 211-08 „Daudzstāvu daudzdzīvokļu dzīvojamie nami””
- MK noteikumi Nr.530 „Dzelzceļa būvnoteikumi”
- MK noteikumi Nr.333 „Noteikumi par Latvijas būvnormatīvu LBN 201-15 „Būvju ugunsdrošība”
- MK noteikumi Nr.500 „Vispārīgie būvnoteikumi”
- MK noteikumi Nr.340 „Noteikumi par Latvijas būvnormatīvu LBN 211-15 „Dzīvojamās ēkas”
- MK noteikumi Nr.1031 „Noteikumi par Latvijas būvnormatīvu LBN 007 -10 „Nekaitīguma prasības būvēm”
- MK noteikumi Nr.240 „Vispārīgie teritorijas plānošanas, izmantošanas un apbūves noteikumi”
- MK noteikumi Nr.142 „Noteikumi par Latvijas būvnormatīvu LBN 006-00 „Būtiskās prasības būvēm””

DEFINĪCIJA

Universālais dizains – tāds produktu, vides, programmu un pakalpojumu dizains, kuru, cik vien iespējams, visi cilvēki var izmantot bez pielāgošanas vai īpašā dizaina nepieciešamības.

Universālais dizains ietver arī noteiktām personu ar invaliditāti grupām paredzētās atbalsta ierīces, ja tās ir nepieciešamas.

ANO Konvencija par personu ar invaliditāti tiesībām

2.Pants

Latvijas Republikā stājās spēkā no 2010.g. 31.marta

Universālais dizains – pieejama vide, produkti, pakalpojumi un informācija visiem cilvēkiem.

Liepājas Neredzīgo biedrība

UNIVERSĀLĀ DIZAINA 7 PRINCIPI:

1. ĒRTA LIETOŠANA IKVIENAM

(EQUITABLE USE)



UNIVERSĀLĀ DIZAINA 7 PRINCIPI:

2. DAUDZVEIDĪGA IZMANTOŠANA (FLEXIBILITY IN USE)



UNIVERSĀLĀ DIZAINA 7 PRINCIPI:

3. VIEGLI IZPROTAMS PIELIETOJUMS (SIMPLE AND INTUITIVE USE)



Obj
izpr
Pie
veic
pikt
nep
inst

gli
tā
ar
arī
gie

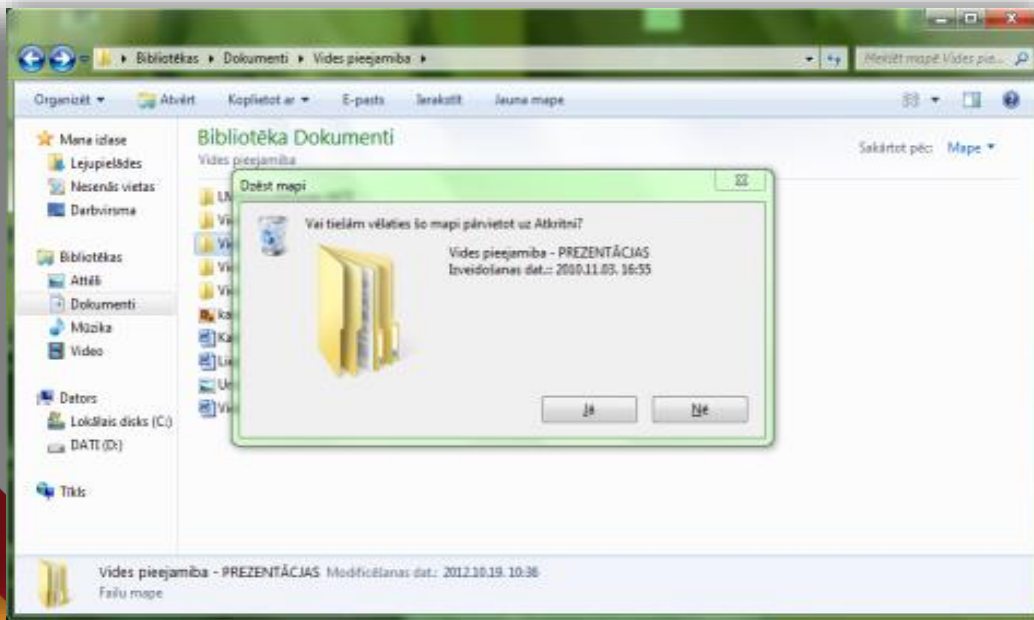
UNIVERSĀLĀ DIZAINA 7 PRINCIPI:

4. VIEGLI UZTVERAMA INFORMĀCIJA (PERCEPTIBLE INFORMATION)



UNIVERSĀLĀ DIZAINA 7 PRINCIPI:

5. SAMAZINĀTA IESPĒJA KĻŪDĪTIES (TOLERANCE FOR ERROR)



UNIVERSĀLĀ DIZAINA 7 PRINCIPI:

6. MINIMĀLA FIZISKĀ PIEPŪLE (LOW PHYSICAL EFFORT)



UNIVERSĀLĀ DIZAINA 7 PRINCIPI:

7. KUSTĪBAI UN LIETOŠANAI ATBILSTOŠS IZMĒRS UN TELPA

(SIZE AND SPACE FOR APPROACH AND USE)



Universālais Dizains ir nepamanāms...



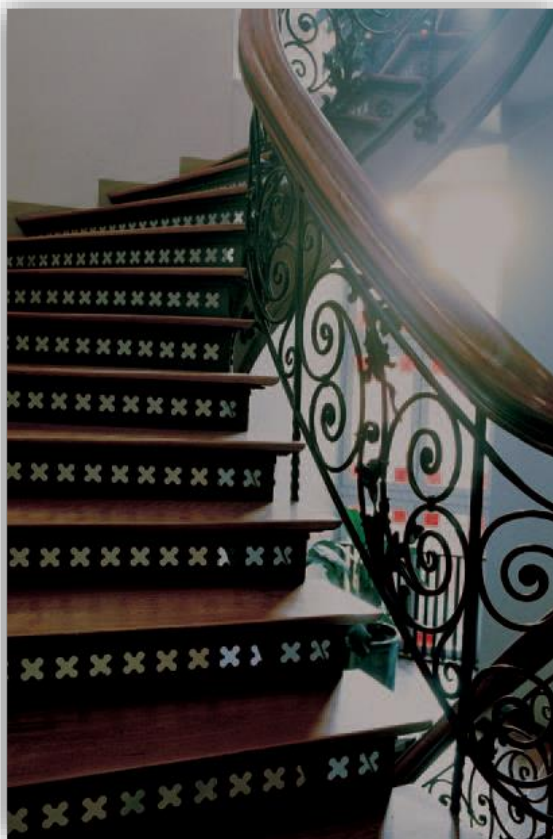
**...to pamana tad, kad
tas netiek ievērots!**

**Universālais Dizains netraucē
nevienu – palīdz VISIEM!**

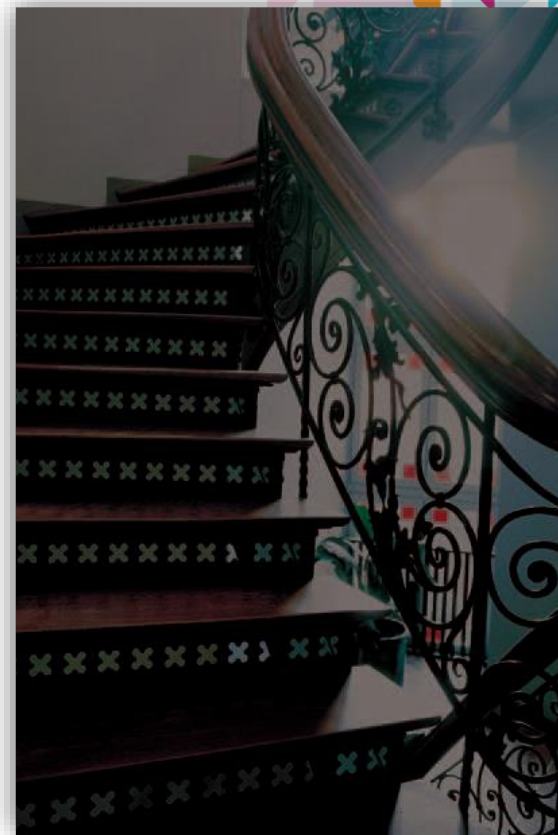
CILVĒKU REDZE DAŽĀDOS VECUMOS



20 gadi



40- 60 gadi



60 un vairāk gadu

LABA REDZE



KATARAKTA



GLAUKOMA VIENĀ ACĪ



GLAUKOMA



BOJĀJUMI STIKLVEIDA ĶĒRMENĪ



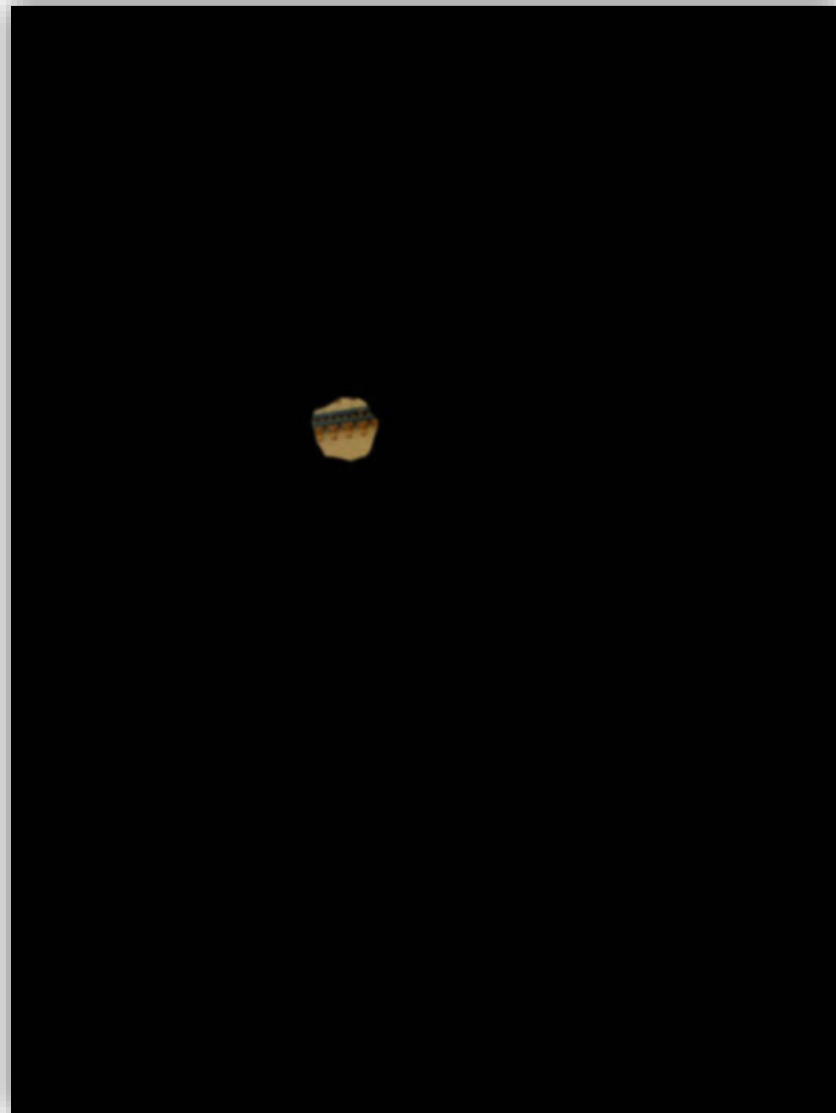
TĪKLENES ATSLĀŅOŠANĀS



SĀNU REDZE



TUNELREDZE





PAR PAŠVALDĪBĀM



3. pants.

Vietējā pašvaldība ir vietējā pārvalde, kas ar pilsoņu vēlētās pārstāvniecības — domes — un tās izveidoto institūciju un iestāžu starpniecību nodrošina likumos noteikto funkciju, kā arī šajā likumā paredzētajā kārtībā Ministru kabineta doto uzdevumu un pašvaldības brīvprātīgo iniciatīvu izpildi, ievērojot valsts un attiecīgās administratīvās teritorijas iedzīvotāju intereses.

12. pants.

Pašvaldības attiecīgās administratīvās teritorijas iedzīvotāju interesēs var brīvprātīgi realizēt savas iniciatīvas ikvienā jautājumā, ja tas nav Saeimas, Ministru kabineta, ministriju, citu valsts pārvaldes iestāžu, tiesas vai citu pašvaldību kompetencē vai arī ja šāda darbība nav aizliegta ar likumu.

Rīcības programma vides pieejamības nodrošināšanai Liepājā (UNIVERSĀLAIS DIZAINS). Paceļam latīņu augstāk nekā tobrīd prasa normatīvi – 2009



Pieredze materializējas ES fondu līdzfinansējuma infrastruktūras projektos 2010-2013



ĀRĒJĀ VIDE

IETVES – KAS PIEDALĀS SATIKSMĒ ?



VELOSIPĒDISTI

ĀRĒJĀ VIDE

IETVES



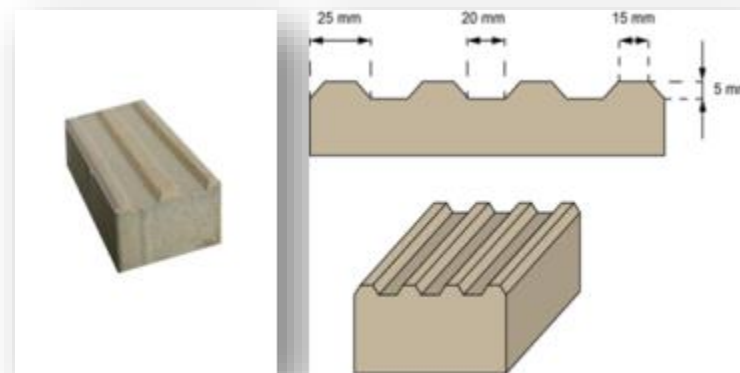
Visa veida stabi, kuri atrodas uz ietvēm – luksofora, ceļa zīmju, reklāmu, apgaismojumu u.c. – ir marķēti ar lenti dzeltenā atstarojošā kontrastējošā krāsā vai marķējums ir rūpnieciski iestrādāts dzeltenā atstarojošā krāsā 1,60 m, 1,40 m un 0,35 m augstumā no ietves līmeņa. Marķējuma lentām vai krāsai jābūt 0,10 m platā joslā.

ĀRĒJĀ VIDE

PĀRVIETOŠANĀS VADLĪNIJU SISTĒMA CILVĒKIEM AR REDZES TRAUCĒJUMIEM

VADLĪNIJA

- Vadlīnija vada cilvēku ar redzes traucējumiem paralēli pārvietošanās ceļiem, tā kontrastē ar esošo ietves segumu
- Vadlīnija ir gaiši pelēkā krāsā

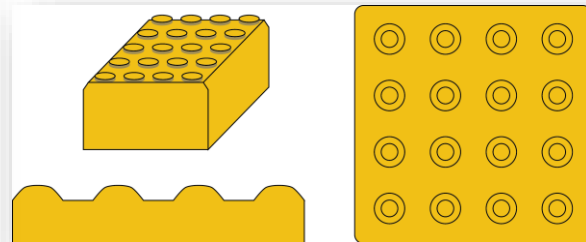


ĀRĒJĀ VIDE

PĀRVIETOŠANĀS VADLĪNIJU SISTĒMA CILVĒKIEM AR REDZES TRAUCĒJUMIEM

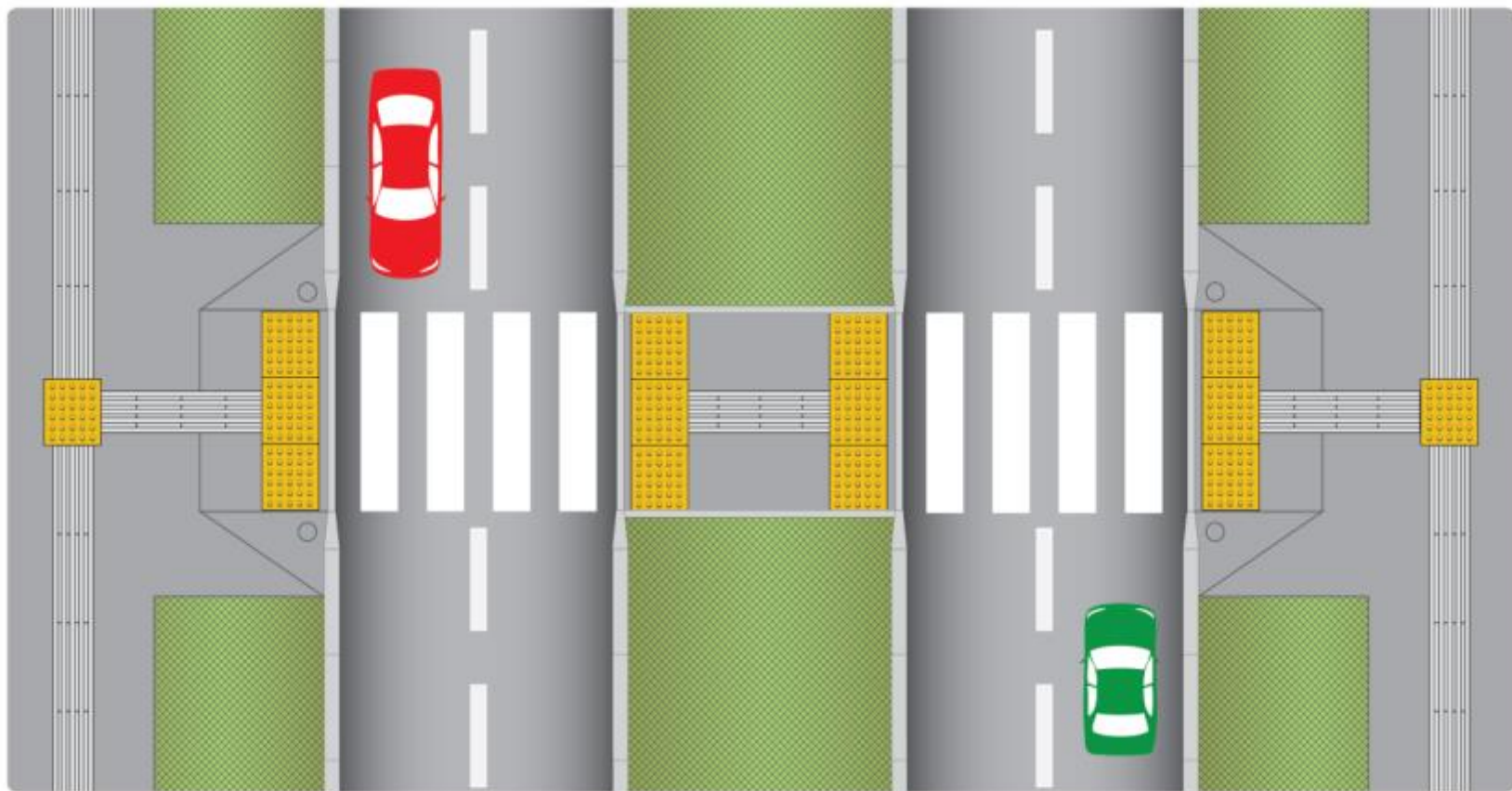
BRĪDINOŠĀ JOSLA

- Brīdinošā josla brīdina un informē cilvēkus ar redzes traucējumiem par kāpnēm, citām līmeņa maiņām, gājēju pārejas sākumu un beigām, par sabiedrisko transportlīdzekļu apstāšanās vietām, iekāpšanai un izkāpšanai pieturvietās
- Brīdinošā josla ir dzeltenā krāsā

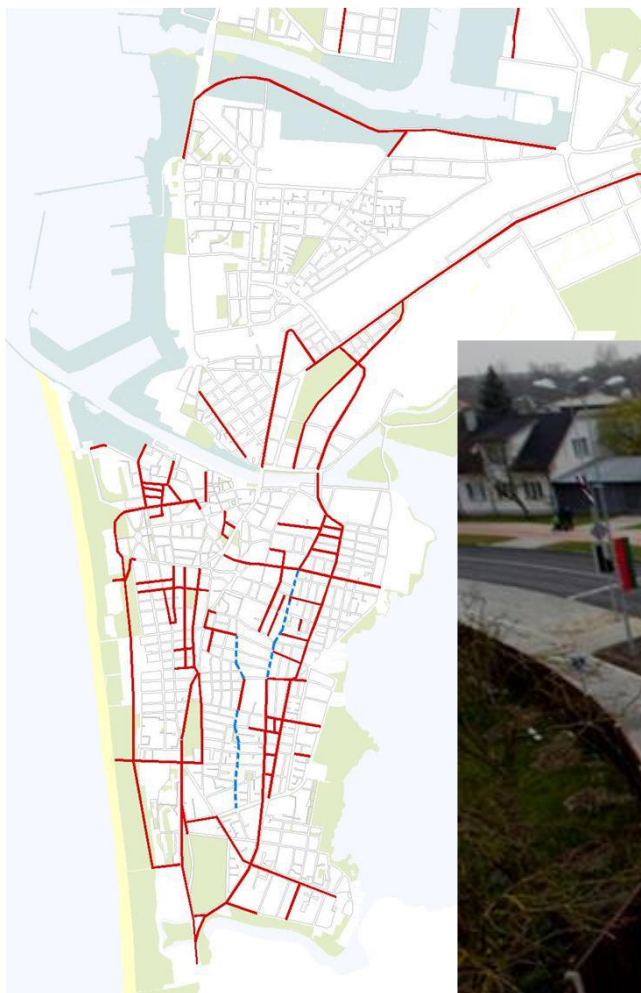


ĀRĒJĀ VIDE

PĀRVIETOŠANĀS VADLĪNIJU SISTĒMA CILVĒKIEM AR REDZES TRAUCĒJUMIEM



ES fondu līdzfinansējuma projektu Liepājā rezultāts – pilsētas ielas ar vadlīnijām - 2014 (no arhitektes G. Šnipkes prezentācijas)



ĀRĒJĀ VIDE

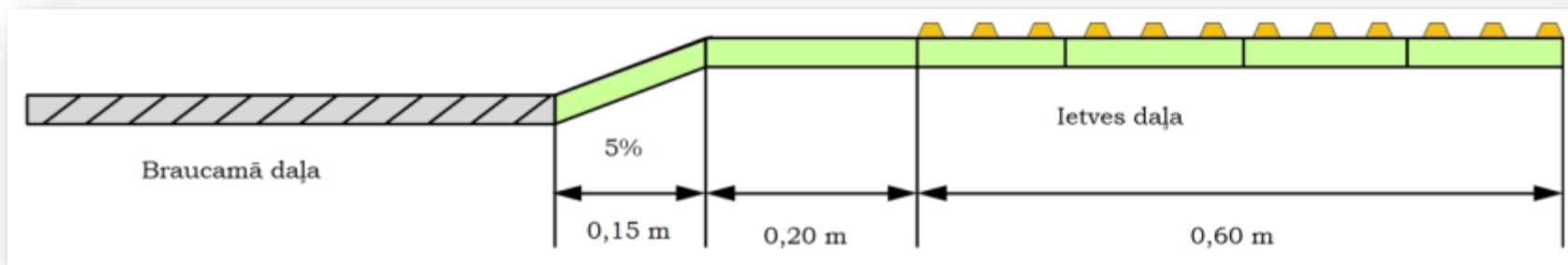
LAUKUMI UN SKVĒRI



ĀRĒJĀ VIDE

GĀJĒJU PĀREJAS

Ietves (uzbrauktuves) savienojums ar brauktuvi visā gājēju pārejas platumā tiek veidots brauktuves līmenī (nulles līmenī)



ĀRĒJĀ VIDE

GĀJĒJU PĀREJAS

- Iegrieztās uzbrauktuves gājēju pārejās ir bīstamas visiem gājējiem, īpaši cilvēkiem ar redzes traucējumiem
- Gājēju pāreju uzbrauktuves, kuras tiek veidotas visas gājēju pārejas platumā 1:20 (5%) sānu malas nedrīkst būt ar asiem stūriem, tās arī jāveido lēzenas 1:20 (5%)



ĀRĒJĀ VIDE

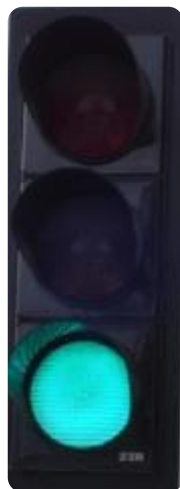
LUKSOFORI

- Ielu krustojumos uzstādītie luksofori ir aprīkoti ar skaņas signālu, signāla izsaukuma pogu un taktilajām norādēm
- Luksofora signāla izsaukuma pogas, skaņas un taktilo norāžu kastītes tiek piestiprinātas pie luksofora staba, kuras augšējai malai jāatrodas 1,20 m no ietves līmeņa. Tas nepieciešams, lai cilvēks, kurš pārvietojas ratiņkrēslā, to varētu viegli aizsniegt
- Ielu krustojumos, luksoforiem ar skaņas signālu, ielas šķērsošanas laikā, signāli ir sadzirdami ielas abās pusēs, lai cilvēks ar redzes traucējumiem varētu virzīties pāri ielai no skaņas uz skaņu abos virzienos



ĀRĒJĀ VIDE

LUKSOFORI



ĀRĒJĀ VIDE

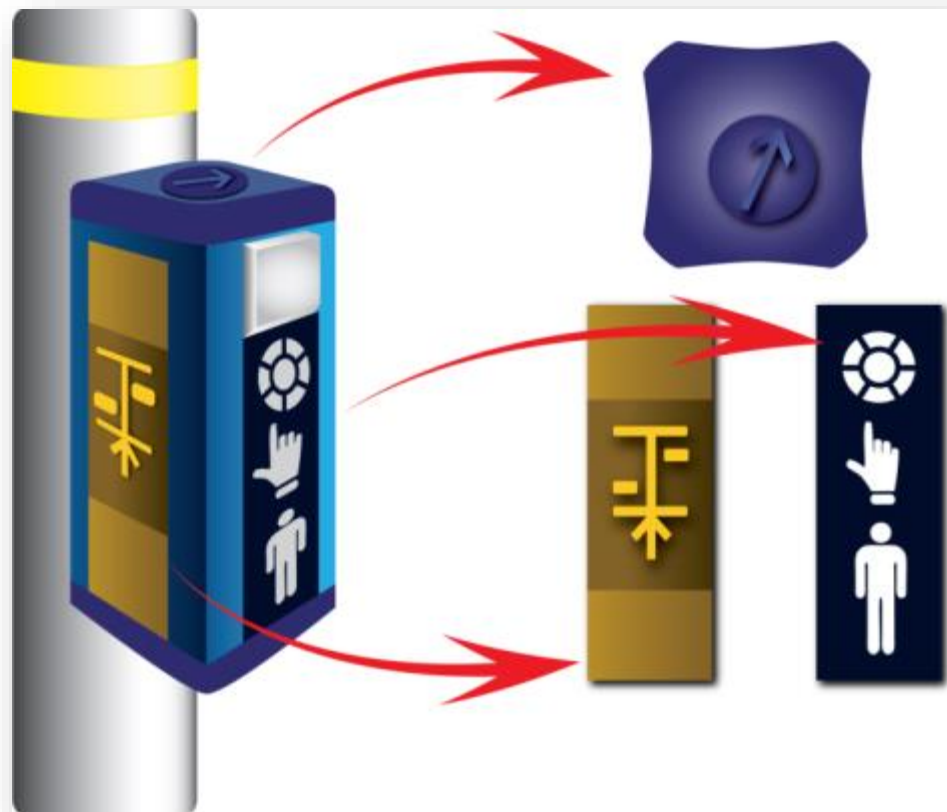
LUKSOFORI

- Izsaukuma pogas, skaņas un taktilo norāžu kastītes:

☐ Lai cilvēks ar redzes traucējumiem, bez citu cilvēku palīdzības, spētu šķērsot braucamo daļu un nenomaldītos ielu krustojumā, papildus skaņas signālam ir taktilās norādes par braucamās daļas joslu skaitu un arī informācija par transporta līdzekļu braukšanas virzieniem

☐ Taktilā informācija par braucamās daļas joslu skaitu un transporta līdzekļu braukšanas virzieniem ir izvietota perpendikulāri ietvei un paralēli braucamajai daļai, kuru šķērso cilvēks ar redzes traucējumiem

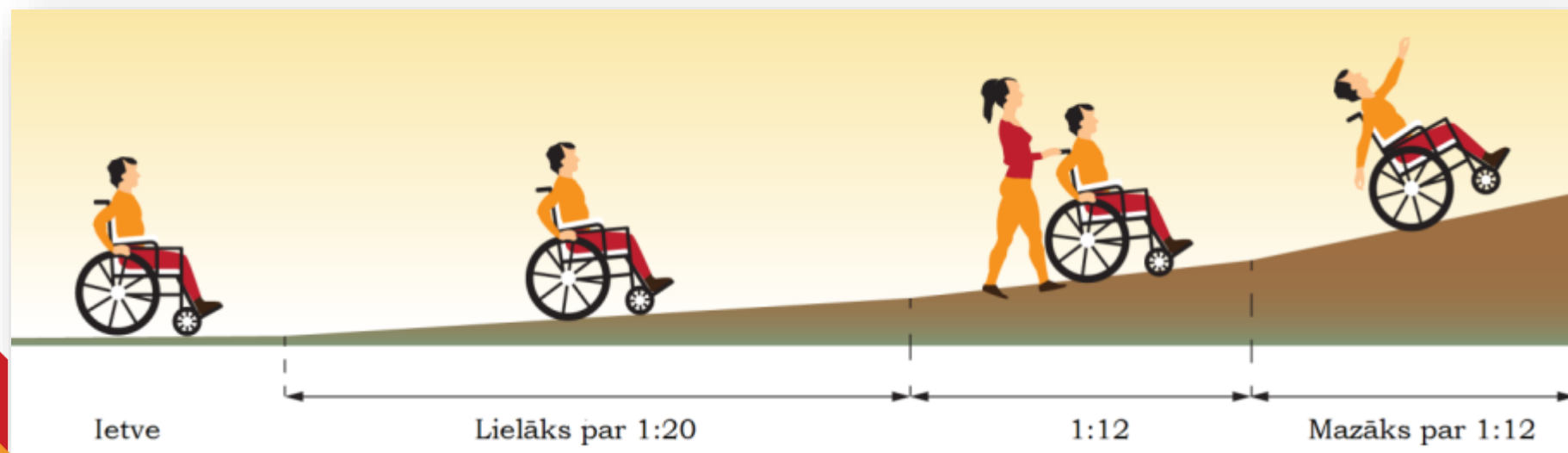
☐ Kastītes virspusē ir taktila virzienu norādoša bultiņa ielas šķērsošanai



ĀRĒJĀ VIDE

UZBRAUKTUVES

Līmeņa starpības pārvarēšana ar uzbrauktuves palīdzību jāprojektē 1:20 (5%), kas atvieglo pārvietošanos cilvēkiem riteņkrēslā, bez citu cilvēku līdzdalības



Liepājas Universitātes piemērs

**Pirms uzbrauktuves
izbūves**

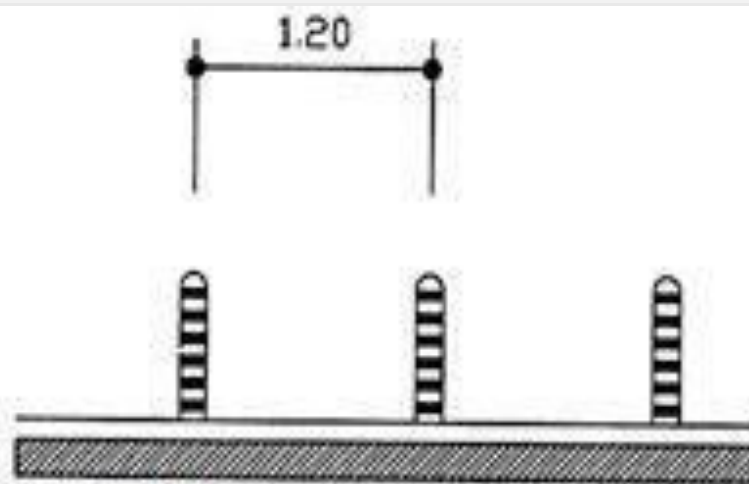


Pēc uzbrauktuves izbūves



ĀRĒJĀ VIDE

NOROBĒŽOJOŠĀS BARJERAS



- Norobežojošajām barjerām jākontrastē vai jābūt labi pamanāmā krāsā, kas kontrastē ar apkārtējo vidi, augstumā ne zemāk par 1,20 m
- Stabiņiem, puķu podiem, akmens, betona un citiem norobežojošiem un dekoratīviem priekšmetiem, jābūt marķētiem un kontrastējošiem apkārtējā vidē, lai brīvi varētu pārvietoties riteņkrēslā sēdošie cilvēki, attālums starp priekšmetiem 1,20 m un priekšmetu augstums 1,20 m

ĀRĒJĀ VIDE

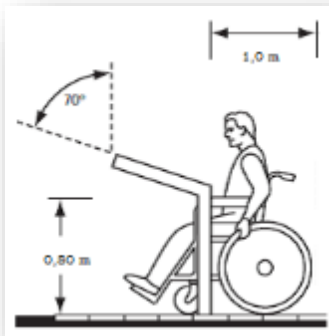
TRANSPORTA LĪDZEKĻU STĀVVIETAS CILVĒKIEM AR INVALIDITĀTI



- Vietās, kur ir līmeņa maiņas no transporta līdzekļu stāvvietas uz ietvi vai uz tuvāko publisko ēku, jāizveido uzbrauktuve
- Cilvēku ar invaliditāti transporta līdzekļu stāvvietu minimālais platums ir 3,60 m, minimālais garums ir 5 m. Stāvvietas platums ir ļoti svarīgs, jo cilvēkiem, kuri pārvietojas riteņkrēslā ir nepieciešama platāka stāvvietā, lai varētu izkāpt no mašīnas. Pārējās stāvvietas ir šaurākas, tāpēc cilvēkiem ar funkcionāliem traucējumiem nav izmantojamas

ĀRĒJĀ VIDE

INFORMATĪVĀS KARTES



- Publiskās vietās uzstādītās kartes ir no cietiem materiāliem (metāla, plastmasas, organiskā stikla un citiem izstrādājumiem), izturīgas pret laika apstākļiem (nerūsē, nepelē, viegli tīrāmas) un iespējamām mehāniskām bojājumiem
- Kartes ir pieejamas taktilā (sataustāmā) izpildījumā
- Taktilās kartes ir uzstādītas pieejamās vietās 0,80 m augstumā no zemes līmeņa
- Taktilās kartes laukums nav lielāks par 0,80 x 0,60 m

Taktilā karte Liepājas ostas promenādē



Ekskursijas Liepājas pilsētvidē neredzīga gida Artūra Līvmaņa vadībā



ĀRĒJĀ VIDE

TAKTILIE APSKATES MODEĻI

Lai cilvēki ar redzes traucējumiem spētu iegūt tādu pašu informāciju, kā citi cilvēki, nepieciešams izveidot apskates objektiem proporcionāli samazinātus modeļus

Piemēram:

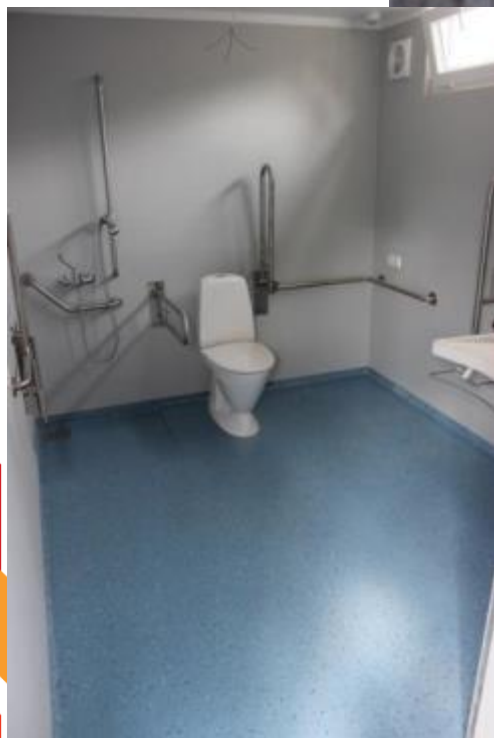
kultūrvēsturiski objekti, **SIGULDAS pilsdrupas**, kuru augstums nepārsniedz 0,20 - 0,50 m. Taktilie apskates modeļi ir labi sataustāmi un viegli izprotami



ĀRĒJĀ VIDE

PLUDMALES UN PELDVIETAS

Ģērbtuves ir
pieejamas
cilvēkiem ar
funkcionāliem
traucējumiem



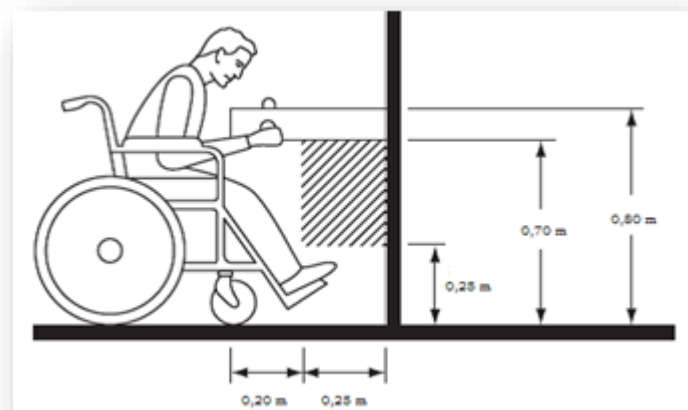
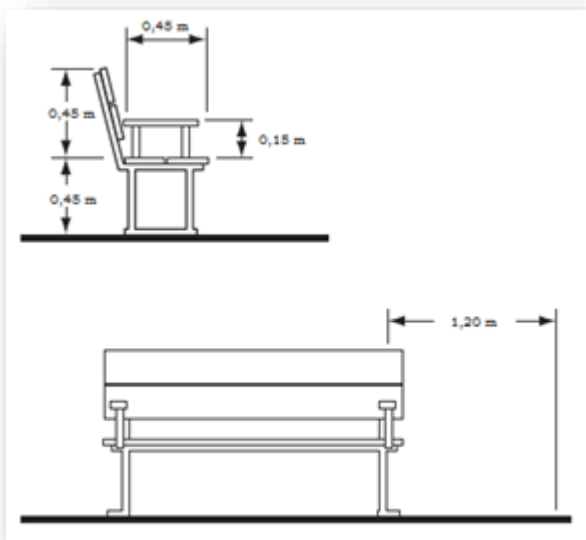
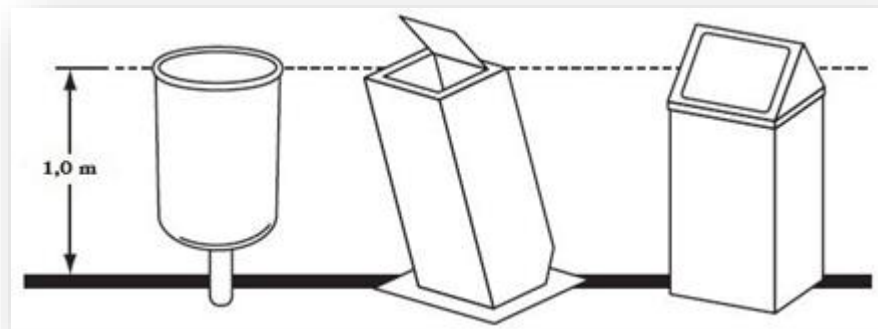
- 



ĀRĒJĀ VIDE

PUBLISKIE PARKI, SKVĒRI UN LAUKUMI

- Publisko parku projektēšanas principi
- Atkritumu tvertnes
- Soli un citas sēdvietas
- Velosipēdu statīvi
- Dzeramās strūklakas



ĀRĒJĀ VIDE

DABAS TAKAS UN ATPŪTAS ZONAS

- Dabas takas veidošanas principi
- Telšu vietas
- Kempingi
- Piknika vietas
- Ugunsкура vietas
- Laivu piestātnes un makšķerēšanas vietas



ĀRĒJĀ VIDE

CEĻA REMONTDARBI UN BŪVDARBI

- Būvniecības vietās, cilvēku drošībai, jāizveido drošības tuneļi, kas mazinātu apdraudējumu cilvēkiem ar funkcionāliem traucējumiem. Tajos ir jānodrošināta vide bez straujām līmeņa maiņām un pakāpieniem
- Cilvēkiem ar redzes traucējumiem, kuri izmanto balto spieķi, pārvietošanās ceļā būvniecības vietās visiem šķēršļiem un priekšmetiem jābūt sasniedzamiem ar balto spieķi
- Drošības tuneļos pārvietošanās platums ir vismaz 1,40 m un augstums 2,20 m
- Tuneļi, pagaidu objekta konstrukcijas, ir aprīkotas ar kontrastējošām margām, pārvietošanās drošībai cilvēkam ar redzes traucējumiem



Lamatas



ĀRĒJĀ VIDE

SABIEDRISKIE TRANSPORTLĪDZEKĻI - AUTOBUSS, TRAMVAJS, TROLEJBUSS UN VILCIENS

- Zemās grīdas
- Transportlīdzekļa iekšpusē nosauc pieturas
- Transportlīdzekļa iekšpusē uz tablo parāda pieturas
- Transportlīdzekļa ārpusē nosauc maršruta numuru
- Lielie maršruta numuri (pamatne ne mazāka kā 200x300) priekšējā logā



ĀRĒJĀ VIDE

SABIEDRISKIE TRANSPORTLĪDZEKĻI - AUTOBUSS, TRAMVAJS, TROLEJBUSS UN VILCIENS

- Rokturi, turēšanās margas kontrastējošā krāsā (ieteicams – dzeltenā)
- Līmeņa maiņa un pakāpieni transporta iekšpusē – marķēti kontrastējošā dzeltenā krāsā (platumā ne šaurāk kā 5 cm)
- Pasažieru izkāpšanas „stop” poga ir ar skaņas signālu, kontrastē uz turēšanās stangas
- Kompostieri kontrastē uz turēšanās stangas
- Riteņkrēslos sēdošajiem drošības jostas stiprinājumi



IEKŠĒJĀ VIDE

TELPU LABIEKĀRTOJUMS UN APRĪKOJUMS

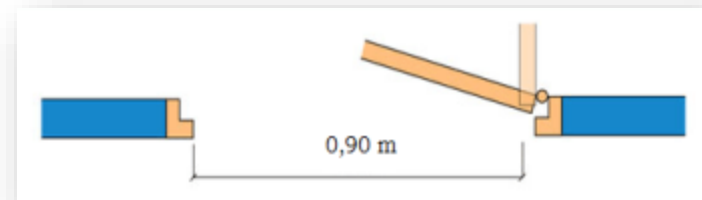
- Krāsas, kontrasti, toņi
- Sienas un gaitenī
- Grīdas virsmas
- Iekārtas un mēbeles



IEKŠĒJĀ VIDE

DURVIS UN STIKLOTĀS SIENAS

- Visām stiklotajām norobežojošajām konstrukcijām, stikla sienām un durvju virsmām, jābūt izgatavotām no rūdīta vai armēta stikla. Tās ir marķētas kontrastējošā (ieteicams spilgti dzeltenā, oranžā, salātu zaļā) krāsā. Marķējuma augšējās malas no grīdas līmeņa ir 1,60 m, 1,40 m un 0,35 m. Katrs kontrastējošais marķējums ir 0,10 m platā joslā
- Iekšējās sliekšņi nav pieļaujami, lai nodrošinātu brīvu pārvietošanos cilvēkiem ar funkcionāliem traucējumiem
- Stikla sienās, kurās ir stikla durvis bez redzama durvju rāmja, stikla durvis un durvju rāmi marķē, krāso vai aplīmē kontrastējošā krāsā atbilstoši telpas dizainam
- Durvīm, rokturiem un durvju aplodām jākontrastē ar sienām un grīdu



urvis ar
īmēm!



IEKŠĒJĀ VIDE

DURVIS UN STIKLOTĀS SIENAS



IEKŠĒJĀ VIDE

INFORMĀCIJAS PIEEJAMĪBA

- Uz informatīvajām plāksnēm informācija ir redzīga, Braila rakstā, un piktogrammas veidā
- Informatīvās uzrakstu plāksnes jānovieto 1,30 – 1,60 m augstumā no grīdas līmeņa, blakus durvīm, roktura pusē
- Burti, cipari kontrastē ar pamatni
- Burtu lielums ne mazāks par 2,0 cm, bet cipari ne mazāki par 4,0 cm
- Burtiem un cipariem jābūt treknrakstā, ne mazāk par 3mm, tie jāveido simetriski burtu liekumam
- Burti un cipari ir veidoti reljefā (sataustāms, izvirzīts uz āru) ne mazāk par 1 mm
- Uz informatīvās plāksnes zem uzraksta redzīgo rakstā, atrodas tas pats teksts Braila rakstā, kas cilvēkam ar redzes traucējumiem ir ērti sataustāms ar „pusmēnestiņa” apzīmējumu, kas atrodas informatīvās plāksnes sānos



IEKŠĒJĀ VIDE

INFORMĀCIJAS PIEEJAMĪBA



ARRIVALS DECEMBER 01 12:45 AM

FLIGHT	DESTINATION	AIRLINE	GATE	TIME	STATUS
JZA8983	HARTFORD	DELTA	40	14:35	ARRIVED
JZA8983	OTTAWA	AIR CAN	23	14:40	ARRIVED
JZA8983	TORONTO	KLM	09	15:25	ARRIVED
JZA8983	N. YORK	N WEST	39	16:15	DELAYED
JZA8983	BOSTON	US AIR	12	16:25	ARRIVED
JZA8983	PARIS	AIR CAN	18	16:55	DELAYED
JZA8983	ZURICH	SWISS	14	17:10	ARRIVED

AVAILABLE TAXI OR LIMOUSINE SERVICES RAPID AND CONVENIENT ACCESS TO DO

INFORMĀCIJAS PIEEJAMĪBA CILVĒKIEM AR DZIRDES TRAUCĒJUMIEM

- Visa audio informācija, kura tiek sniegta no dažādiem skaņas avotiem, sinhroni ir nodrošināta vizuālajā informācijā cilvēkiem ar dzirdes traucējumiem (piemēram: informatīvie tablo, surdotulks, teleteksts vai bezvadu sistēma (FM))

INFORMĀCIJAS PIEEJAMĪBA CILVĒKIEM AR GARĪGA RAKSTURA TRAUCĒJUMIEM

- Cilvēkiem ar garīga rakstura traucējumiem nepieciešams sagatavot informāciju VIEGLĀ VALODĀ, kā arī izmantojot piktogrammas



IEKŠĒJĀ VIDE

LABIERĪCĪBAS

- TUALETES TELPA
 - ✓ Minimālie tualetes izmēri ir 1,60 x 2,20 m, lai pie klozetpoda varētu piebraukt riteņkrēslā sēdošais cilvēks no vienas puses
 - ✓ Minimālie tualetes izmēri ir 2,20 x 2,30 m, lai pie klozetpoda varētu piebraukt riteņkrēslā sēdošais cilvēks no abām pusēm
- KLOZETPODS
- ROKU BALSTI UN ATBALSTA MARGAS
- APRĪKOJUMS



IEKŠĒJĀ VIDE

LIFTI

VADĪBAS PANELIS

- Lifta pogas ir pietiekamā lielumā (2 cm) un ar sataustāmiem cipariem (taktilem), augstumā ne mazākiem par 0,5 mm). Blakus cipara vai citas informācijas pogām – cipars vai informācija ir Braila rakstā
- Lai cilvēki ar redzes traucējumiem varētu izmantot liftu, un zinātu kurā stāvā lifts ir apstājies, lifta kabīnē ir nodrošināta audio informācija
- Lai cilvēki ar dzirdes traucējumiem varētu izmantot liftu, un zinātu kurā stāvā lifts ir apstājies, lifta kabīnē ir nodrošināta vizuālās informācijas tablo.
- Lifta vadības paneli nedrīkst aprīkot ar skārienjūtīgām pogām, kas padara liftu nepieejamu cilvēkiem ar funkcionāliem, īpaši ar redzes traucējumiem



IEKŠĒJĀ VIDE

PACĒLĀJI, ESKALATORI

- **Pacēlājiem** jābūt nelielai maliņai (uzbrauktuvi), lai uz tā varētu uzbraukt cilvēks ar riteņkrēslu, kas nedrīkst būt pārāk stāva
- Pacēlāja platforma nedrīkst būt šaurāka par 0,90 m un īsāka par 1,00 m
- Pacēlājs ir aprīkots ar margām (piemēram: dzeltenas kontrastējošas), lai kustības laikā būtu kur pieturēties, tas ir nepieciešams drošībai
- **Eskalatoros** jāparedz poga, kas nodrošina, ka eskalatora pakāpieni izveido platformu, kuru var izmantot cilvēks riteņkrēslā. Platformas minimālais garums ir 1,20 m



IEKŠĒJĀ VIDE

KĀPNES

- Iekšējā un ārējā vidē visus pirmos un pēdējos pakāpienus, stāvos un pusstāvos marķē dzeltenā vai citā kontrastējošā krāsā (aizliegts marķēt divkrāsainu – dzeltens/melns). Pakāpiena horizontālās virsmas marķējums ir 0,10 m plats, bet vertikālās virsmas – 5 cm plats, visa pakāpiena platumā
- Margas ir kontrastējošā krāsā
- Margu augstums ir 0,90 m no grīdas līmeņa un tām jāsniedzas vismaz 0,30 m pāri pirmajam un pēdējam pakāpienam.
- Uz margu lenteriem ir taktilas (sataustāmas) cipara zīmes un cipars Braila rakstā, kas norāda par ēkas stāvu



IEKŠĒJĀ VIDE

INTERNETVIDES PIEEJAMĪBA

- Internetvides mājas lapās esošajiem attēliem pievienoti paskaidrojoši teksti, kas šajā attēlā ir redzams. Bildes, zīmējumi, norādes (uzklikšķini šeit u.c.) ir aprakstītas ar vārdiem, lai JAWS programma to spēj nolasīt
- Veidojot mājas lapas, tās jāveido W3C vai AAA standartā, tādējādi nodrošinot informācijas pieejamību cilvēkiem ar redzes traucējumiem, izmantojot specializētās programmatūras
- Web lapa cilvēkiem ar redzes traucējumiem ir izmantojama specializētajās programmās „JAWS” – uzrakstītais teksts tiek nolasīts sadarbībā ar „TILDES VISVARIS”, „ZOOM TEXT” – tekstu palielinoša programma, Braila rinda
- Video materiāliem ir nodrošināti subtitri cilvēkiem ar dzirdes traucējumiem



Vides pieejamība un darba vietas pielāgošana personām ar REDZES funkcionāliem traucējumiem



- Iekārtojot darba vietu, ir nepieciešama līdzdalība no kolēģiem, kas pārzina instrumentu, iekārtu un tehnoloģiju darbību, izpildes norisi un galaprodukta un/vai pakalpojuma kvalitāti, lai kopā ar ergoterapeitu noteiktu, kādi darbam nepieciešamie palīgmateriāli un palīglīdzekļi ir vajadzīgi.
- Darbinieks jāiepazīstina ar telpu iekārtojumu un jāpārlicinās, ka novērsta iespēja nokļūt veselībai vai dzīvībai bīstamā situācijā. Izpētot telpas, cilvēks spēs informēt par vietām, kur būtu jāizvieto atbilstoši orientieri. Nav vēlams bieži mainīt darba vietas iekārtojumu, jo, ja darbinieks pie tā ir pieradis, viņam ir vieglāk orientēties.
- Svarīgi nodrošināt izteiktus krāsu kontrastus, atbilstošu apgaismojumu, drošu un pārskatāmu telpas iekārtojumu, izvairoties no šķēršļiem un sīkām detaļām.

Vides pieejamība un darba vietas pielāgošana personām ar REDZES funkcionāliem traucējumiem



Telpu iekārtojums

- Kāpņu pirmajam un pēdējam pakāpienam jābūt spilgtā kontrastējošā krāsā.
- Grīdas klājumam jābūt gludam, līdzenam un nostiprinātam.
- Jāizvieto kontrastējošas krāsas orientieri (vadmargas) pie sienām visā to garumā. Margām jābūt pie kāpnēm, telpās un gaitenīs.
- Nepieciešams kontrastains krāsojums uz durvīm un norādes taktilā, Braila rakstā, kā arī piktogramma.
- Jāiezīmē visas grūti saskatāmās stikla sienas, virsmas un citas bīstamās vietas.
- Līmeņu maiņas jāiezīmē ar kontrastējošu marķējumu vai atšķirīgu grīdas segumu, jāizvairās no straujiem kāpumiem, kritumiem un sliekšņiem.
- Svarīgi priekšmeti – ugunsdzēsamie aparāti, telefoni u.tml. – ir jāievieto padziļinājumos.
- Koplietošanas telpās jāizvairās no piekārtiem plauktiem u.c. priekšmetiem, jo tos nevar sataustīt ar spieķi un tie apdraud neredzīga cilvēka pārvietošanās drošību.
- Sēdvietu malām un stūriem jābūt noapaļotiem.
- Jāizvairās no zemu (zem ceļgalu līmeņa) priekšmetu novietošanas koplietošanas telpās.

Vides pieejamība un darba vietas pielāgošana personām ar REDZES funkcionāliem traucējumiem



Apzīmējumi un norādījumi

- Jāparedz taktili (sataustāmi) apzīmējumi vai audio signāli avārijas izejai, WC un citām svarīgu telpu durvīm.
- Zīmēm, uzrakstiem jābūt samērīga lieluma, Braila rakstā un izvietotiem pieejamā vietā roku sasniedzamības līmenī.
- Citiem apzīmējumiem jābūt labi saskatāmiem un salasāmiem, jālieto atbilstoša burtu forma, stils un kontrasta fons. Vislabāk saskatāmi ir melni burti uz dzeltena fona vai balti burti uz melna fona.
- Jānodrošina zīmju un norādījumu papildu apgaismojums. Apdarē jālieto skaidras, kontrastējošas krāsas un matēti vai reljefi materiāli.
- Celtnei piegulošā zemes gabala un ceļa robežai jābūt iezīmētai ar skaidru krāsojumu un reljefa virsmu. Atšķirībām jābūt gan vizuālām, gan taktilām (sataustāmām).
- Jāparedz orientieris, lai varētu noteikt durvju atrašanās vietu.
- Iestādes telpās pie durvīm jābūt uzrakstu plāksnītēm kontrastējošā tonī, taktilā, Braila rakstā, kā arī piktogrammai.

Vides pieejamība un darba vietas pielāgošana personām ar DZIRDES funkcionāliem traucējumiem



- Vietās, kur par ierīču, aparātu un sistēmu funkcijām vai bīstamu situāciju brīdina skaņas signāls, nepieciešams arī vizuāls brīdinājuma signāls cilvēkam ar dzirdes traucējumiem labi redzamā vietā.
- Telpām jābūt labi apgaismotām, lai personai ar dzirdes traucējumiem ir viegli sazināties ar citiem (lasīt no lūpām, ar mīmikas un žestu palīdzību).
- Lai brīdinātu cilvēkus, veido signalizatorus ar gaismu vai vibrāciju.
- Nepieciešams uzstādīt speciālas norādes un informatīvas zīmes.
- Nepieciešams veikt darbības, kas mazina troksni un veicina vizuālo uztveršanu.
- Telpā var ievietot akustiskas cilpas, ja apkārt ir pārmēru liels troksnis.
- Vēlams, lai telpai ir troksni absorbējoša apdare.
- Lifti jāaprīko ar vizuālo signālu, kas norāda sasniedzamo stāvu.
- Trauksmes signāliem jābūt vizuālā formā (gaismas pulsācija, vibrācija).

Vides pieejamība un darba vietas pielāgošana personām ar GARĪGA rakstura traucējumiem



- Komunikācijai vajadzētu būt vieglai, patīkamai, vieglā valodā, nepārprotamai.
- Informācijas sniegšanai var izmantot speciālas, skaidras, viegli izlasāmas un saprotamas, labi saskatāmas, apgaismotas piktogrammas.
- Piktogrammas nevajadzētu izvietot blakus stiklotām virsmām, jo tās var izraisīt atstarošanu un refleksiju.
- Stiklotās norobežojošās konstrukcijas (piemēram, stikla sienas, durvis) ir jāveido vizuāli viegli pamanāmas.
- Darbs nedrīkstētu būt ar augstu intensitāti un radīt stresu.
- Būtu vēlams sagatavot darba veikšanas instrukciju viegli uztveramā valodā vai shēmu, kurā attēloti darba veikšanas pamatsoļi.
- Darbavietā nepieciešams paredzēt atsevišķu atpūtas telpu, lai nodrošinātu psiholoģisku komfortu, jo darba laikā būs vajadzīgi pārtraukumi un atpūtas brīži.

Vides pieejamība un darba vietas pielāgošana personām ar PSIHISKĀM saslimšanām



- Darbs nedrīkstētu būt ar augstu intensitāti un paaugstinātu stresu.
- Darbiniekiem ar psihiskām saslimšanām būtu vēlams sagatavot darba veikšanas instrukciju viegli uztveramā valodā vai shēmu, kurā attēloti darba veikšanas pamatsoļi.
- Iepazīstinot ar darba pienākumiem, var būt nepieciešams uzskatāmi parādīt veicamās darbības un ļaut izmēģināt konkrētā darba posmus.
- Sākotnējā periodā bieži ir nepieciešams atbalsta personas pakalpojums.
- Cilvēki ar psihiskām saslimšanām jāiepazīstina ar darba pienākumiem un apstākļiem lietišķi labvēlīgā gaisotnē.
- Darba laikā šiem cilvēkiem var būt vajadzīgas dažu minūšu pauzes, kā arī pēc iespējas - elastīgs darba laiks.

Vides pieejamība personām ar KUSTĪBU funkcionāliem traucējumiem

Ērta piekļuve ēkai



- Ja ēkā var iekļūt pa vārtiem, jānodrošina, lai tie būtu pietiekami plati, automātiski atverami, ar zvana signālpogu.
- Celiņiem un ietvēm jābūt no cieta seguma, pietiekami platiem, ar līmeņu pārejām, bez apmalēm.
- Lai viegli varētu atrast ieeju no ielas vai mašīnu stāvvietas, durvis jānokrāso atšķirīgā krāsā nekā logi.
- Pie ieejas izvietotām komunikāciju iekārtām, zvana un signāla pogām, atbalsta margām vai vadmargām jābūt izvietotām 0,9 cm augstumā.
- Personai ar funkcionāliem traucējumiem piekļuve ēkai ir ērta tad, ja tā ir sasniedzama no sabiedriskā transporta pieturvietas vai autostāvvietas, pie ēkas ieejas ir uzbrauktuve, durvis ir atveramas automātiski, personai riteņkrēslā paredzēta apstāšanās vieta ārpusē vai ēkas iekšpusē.

Vides pieejamība personām ar VISPĀRĒJĀM HRONISKĀM SASLIMŠANĀM



- Vispārējas saslimšanas gadījumā cilvēkam var būt nepieciešams ievērot noteiktu režīmu, kā arī regulāri lietot nozīmētus medikamentus.
- Cilvēkus nedrīkst pakļaut slimības gaitu negatīvi ietekmējošiem faktoriem, piemēram, anēmijas vai ādas slimību gadījumā – ķīmiskiem faktoriem vai ja cilvēkam ir astma, tad viņam nav piemēroti darba apstākļi ar augstu putekļu koncentrāciju gaisā.
- Attiecībā uz darba vidi var būt kāda noteikta nepieciešamība, kas saistīta ar konkrēta cilvēka slimības specifiku, piemēram, - nepieciešamība pēc virtuves, kur ir iespēja glabāt medikamentus ledusskapī, iespēja nodrošināt siltas ēdienreizes. Tāpat var būt nepieciešamība pēc atpūtas telpas, kur darbiniekam ir iespēja periodiski atpūsties vai injicēt sev nepieciešamos medikamentus.
- Darba devējam ir svarīgi detalizēti pārrunāt ar darbinieku darba pienākumus, parādot kā rīkoties ar darba instrumentiem, lai cilvēks varētu novērtēt savas spējas un prasmes uzsākot darbu.
- Labi, ja kādam kolēģim ir informācija par darbinieka vispārējās saslimšanas raksturu un izpratne, kā rīkoties slimības paasinājuma gadījumā, kas var paātrināt pirmās palīdzības sniegšanu.

Iespēju stāsts

Praktiskais uzdevums

**Lūdzu, nosauciet 5 iemeslus,
kādēļ pieņemt darbā
cilvēku ar invaliditāti!**



Universālā dizaina piemēri «Dvēseles veldzes dārzā»

Rehabilitācijas centra izveides mērķis ir nodrošināt sociālās rehabilitācijas iespējas cilvēkiem ar redzes un cita veida invaliditāti lauku vidē - iespēju baudīt dabu, darboties dārzā, pilnveidot prasmes, maņas dažādās nodarbībās un nodarboties ar fiziskām aktivitātēm.



Universālā dizaina piemēri «Dvēseles veldzes dārzā»





Universālā dizaina piemēri «Dvēseles veldzes dārzā»



Universālā dizaina piemēri «Dvēseles veldzes dārzā»



Universālā dizaina piemēri «Dvēseles veldzes dārzā»



Universālā dizaina piemēri «Dvēseles veldzes dārzā»



Universālā dizaina piemēri «Dvēseles veldzes dārzā»



Universālā dizaina piemēri «Dvēseles veldzes dārzā»



Universālā dizaina piemēri «Dvēseles veldzes dārzā»



Universālā dizaina piemēri «Dvēseles veldzes dārzā»



Universālā dizaina piemēri «Dvēseles veldzes dārzā»



Universālā dizaina piemēri «Dvēseles veldzes dārzā»



«Sajūtu parks», kas dod iespēju baudīt dabu, strādājot un atpūšoties dārzā



«Sajūtu parks», kas dod iespēju baudīt dabu, strādājot un atpūšoties dārzā



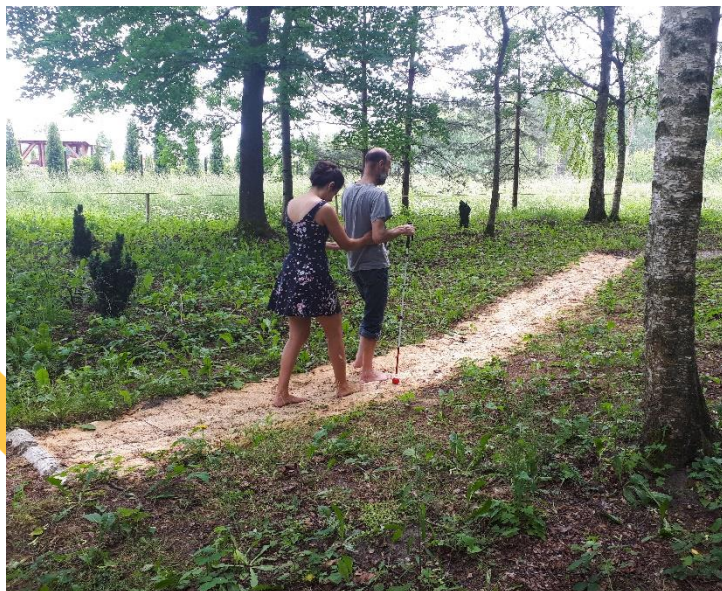
«Sajūtu parks», kas dod iespēju baudīt dabu, strādājot un atpūšoties dārzā



Baso pēdu taka



Baso pēdu taka



Ūdens prieki





Labirints



Veselības dienas pieaugušajiem ar invaliditāti









Kas vēl jādara?



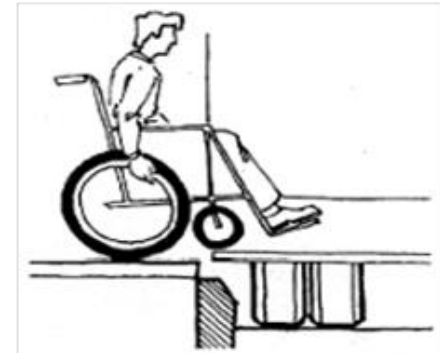
Attēls 107



Attēls 108



Attēls 109



Attēls 110

- Pieturvietas pilsētā ir vienā līmenī ar sabiedriskā transportlīdzekļu grīdas līmeni (līmeņa starpība nav lielāka par 1,5 cm), kas atvieglo iekļūšanu transportlīdzeklī cilvēkiem ar kustību traucējumiem, vecākiem ar bērnu ratiņiem, vecuma pensionāriem.
- Sabiedriskā transporta pieturvietas aprīkot ar audio un vizuālo informāciju.

KĀDU SABIEDRĪBU

MĒS



GRIBAM REDZĒT ?





MAINOT DOMĀŠANU
UN PERSONĪGO ATTIEKSMI –
SPĒSIM RADĪT VIDI KOŠĀKU UN DROŠĀKU !



**Plašāku informāciju par
UNIVERSĀLO DIZAINU
(vides, produktu, pakalpojumu un
informācijas pieejamību
visiem cilvēkiem)
skatīt:**

www.lm.gov.lv

www.apeirons.lv

www.videspieejamiba.lv

www.redzigaismu.lv



PALDIES!



Liepājas Neredzīgo
biedrība

Tel. 634 31535

Mob. 26544442

info@redzigaismu.lv

www.redzigaismu.lv



UZMANĪBU



LABĀS PRAKSES PIEMĒRI Universālam Dizainam



Labās prakses piemēri Apvienotā Karalistē















Atziņas no Svētiem rakstiem

1. Ja es runātu ar cilvēku un eņģeļu mēlēm un man nebūtu mīlestības, tad es būtu skanošs varš vai šķindošs zvārgulis.

3. Un, ja es visu savu mantu izdalītu nabagiem un nodotu savu miesu, lai mani sadedzina, bet man nebūtu mīlestības, tad tas man nelīdz nenieka.

(Pāvila 1. Vēstule korintiešiem 13. nodaļa)

Svētīgs, kas rūpējas par grūtdieni! Tas Kungs viņu izglābs ļaunā dienā.

(41.psalms 2.)

PALDIES PAR UZMANĪBU

MĀRIS CEIRULIS



Liepājas Neredzīgo biedrība
Ganību iela 197/205
Liepāja, LV - 3407

(+371) 63431535, 26544442
info@redzigaismu.lv
www.redzigaismu.lv