

Prístupné mesto – rady a tipy pre pracovníkov miestnych samospráv

9. február 2021

Zrakové postihnutie – čo to je?

- **nevidiaci**
- **prakticky nevidiaci**
- **slabozraký**
- **osoba s poruchami binokulárneho videnia**
- **ľudia s viacnásobným postihnutím**

Čo spôsobuje zrakové postihnutie?

Katarakta: ochorenie šošovky

- šošovka stráca svoju priehľadnosť
- spôsobuje neostré videnie



Čo spôsobuje zrakové postihnutie?

Makulárna degenerácia: ochorenie sietnice v mieste najostrejšieho videnia, tzv. žltej škvrny

- dochádza k strate centrálného videnia



Čo spôsobuje zrakové postihnutie?

Diabetická retinopatia: ochorenie sietnice, spôsobené diabetom - cukrovkou

- krvné cievy vyživujúce sietnicu praskajú a rozvetvujú sa, dochádza k výpadkom zorného poľa



Čo spôsobuje zrakové postihnutie?

Glaukóm: ochorenie spôsobené zvýšeným vnútroočným tlakom

- spôsobuje zníženú zrakovú ostrosť, poruchy zorného poľa až stratu zraku



Dôsledky zrakového postihnutia

- Orientácia + informácie + komunikácia

**Prístupnosť pre ľudí so zrakovým
postihnutím**

Prístupnosť a dostupnosť

Oblasti prístupnosti

Access City Award

- Fyzické prostredie a doprava
- Informácie
- Medziľudská komunikácia

Fyzické prostredie - prirodzené a umelé orientačné prvky



Čo je dôležité?

- Označené sklené vstupné dvere
- Označené začiatky a konce schodísk
- Prirodzené vodiace línie vo vnútornom priestore
- Upozornenie na akékoľvek nepravidelnosti v priestore

Príklady orientačných prvkov



Informácie

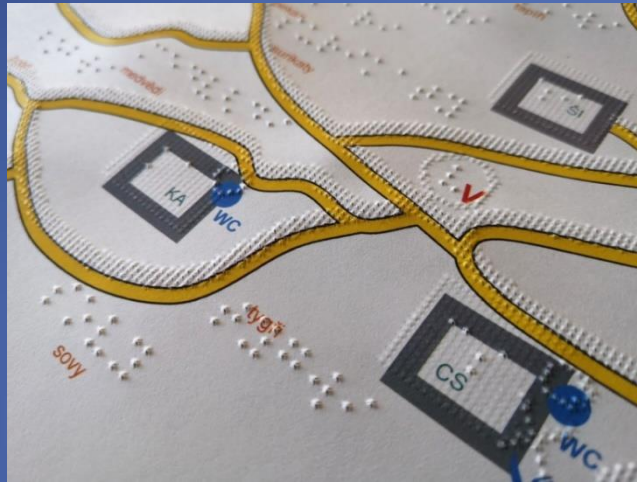
- **Nevidiaci** – orientujeme sa na ostatné zmysly – sluch, hmat, prípadne čuch (vo veľmi výnimočných prípadoch chuť 😊)
- **Slabozrakí** – zameriame sa na zrakové informácie s väčším kontrastom, resp. dostatočnou veľkosťou a využívame aj ostatné zmysly
- Informácie v elektronickej podobe (prístupné webstránky)
- **Užitočné pre všetkých občanov**

Informácia vo forme zvuku

- sprievodcovia vo verejných budovách spúšťaní prostredníctvom aplikácií
- Ľudský faktor - informátor pri vstupe
- Vyvolávacie systémy (väčšinou neprístupné)
- maják



Hmatové informácie



- Braillovo písmo
- Taktilné plány
- 3D modely
- Reliéfne značenie



Tlačené informácie

Pre slabozrakých – zväčšená čiernotlač

- Dostatočné veľké písmo
- Bezpätkové (toto je pätkové písmo)
- Kontrast (toto nie je dobrý kontrast)
- Nie ozdobné písmo (*napríklad toto, alebo takéto, a toto uôbec nie*)
- Viac textu – zarovnávať vľavo
- NIE VŠETKY PÍSMENÁ VEĽKÉ
- *Nie kurzíva*

Leták

letak_palica2020 (náhľad).pdf - Adobe Acrobat Reader DC
Súbor Úpravy Zobrazenie Podpísať Okná Pomocník

Domov Nástroje letak_palica2020 (n... x Prihlásiť sa

1 / 2 77,1%

Biela palica na ulici

Človek so zrakovým postihnutím má sťažnosť orientáciu a samostatný pohyb, predovšetkým v neznámom prostredí. Ako vyzerá povrch, po ktorom kráča, a priestor okolo neho neustále analyzuje z informácií získaných zvyškami zraku, sluchom, čuchom a najmä hmatom – prostredníctvom bielej palice a nášľapu.

Hmatom možno pozorovať len priestor vo svojej bezprostrednej blízkosti. Preto akékoľvek opatrenie určené na uľahčenie orientácie nevidiaceho, ktoré mu podáva hmatovú informáciu, musí byť umiestnené v dosahu jeho bielej palice a nôh, t. j. tak, aby bola pravdepodobnosť, že si ho všimne, čo najvyššia.

Nevidiacemu pri orientácii a pohybe na ulici pomáhajú orientačné body, vodiace línie (umelé a prirodzené) a orientačné znaky.



Ďakujeme, že nás vidíte

**Únia nevidiacich
a slabozrakých Slovenska**
Sekulská 1, 842 50 Bratislava
Tel.: 02/69 20 34 20,
www.unss.sk, unss@unss.sk

Zodpovedá zásadám jasnej tlače

Partner: NADÁCIA Allianz

Mediálny partner: **ZELENÁ VLNA**
0800 900 800

Ďakujeme spolupracujúcim mestám a obciam, Prezidiu Policajného zboru, Mestskej polícii hlavného mesta SR Bratislavy a všetkým zúčastneným.

Svetový deň bielej palice

Symbol ľudí so zrakovým postihnutím, pomôcka pri zvládaní samostatného a bezpečného pohybu nevidiaceho človeka.

Najspôhlivejší nástroj na orientáciu nevidiacich, ktorý dodnes neprekonal žiadna elektronická pomôcka.

Biela palica. Ako oficiálny znak nevidiacich bola vo Francúzsku prijatá v roku 1931 na návrh Guilly d'Herbemontovej. Postupne sa rozširovala do ďalších krajín, až v roku 1964 vyhlásila Svetová únia nevidiacich (WBU) 15. október za Svetový deň bielej palice.



Únia nevidiacich a slabozrakých Slovenska

FEBRUÁR

SAMOSPRÁVA PRE VŠETKÝCH

CELOROČNÝ VZDELÁVACÍ ONLINE CYKLUS

NA OBČANOCH ZÁLEŽÍ

Prístupná samospráva, samospráva pre všetkých / Neviditeľní ľudia a neviditeľné inštitúcie,
alebo prečo zohľadniť perspektívu zraniteľných skupín a menšín v tvorbe verejných politík
/ Ako budovať mestá pre všetkých?

9. FEBRUÁRA 2021 9:00 – 12:30 ZOOM

• základný modul • PRÍSTUPNÁ SAMOSPRÁVA – prístupnosť priestorov, informácií a služieb pre všetkých

16. FEBRUÁRA 2021 9:00 – 11:00 ZOOM

• doplnkový modul • NP VÝSKUM / MNO A SAMOSPRÁVA: sociálne služby a sociálna pomoc s dôrazom na sociálne inovácie, sociálne podnikanie, komunitné plánovanie a participáciu

23. FEBRUÁRA 2021 9:00 – 12:30 ZOOM

• základný modul • INKLUZÍVNE POLITIKY A ZAPÁJANIE ZRANITEĽNÝCH SKUPÍN



QR kódy

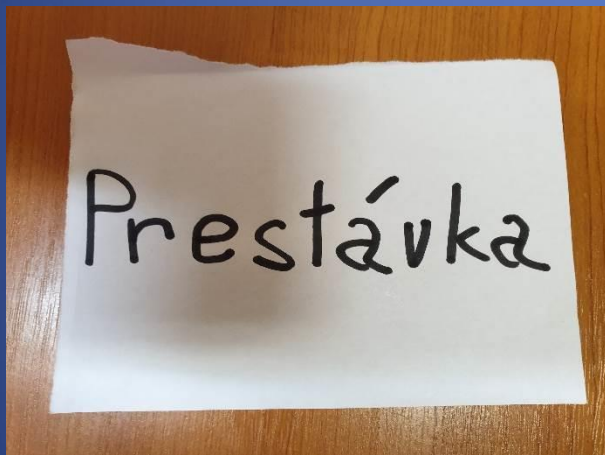
- QR kód doplnený informáciou v Braillovom písme
- Nevidiaci si budú môcť prečítať informácie na výveske online
- QR kód na letákoch – online všetky informácie, ktoré sa nachádzajú na letáku



Prístupný rukopis

Ktorý lístok by ste si nalepili za sklo na vašom pracovisku?

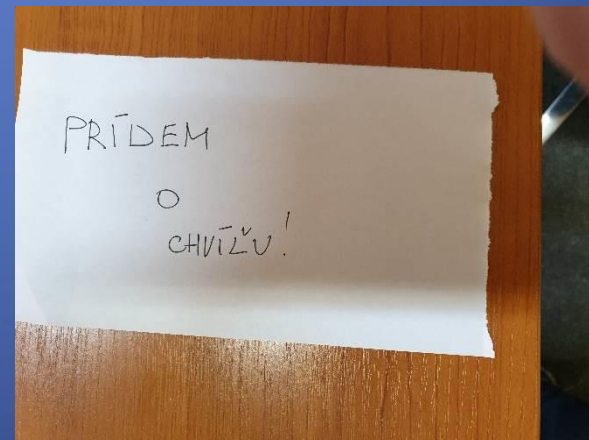
a)



b)



c)



Elektronické dokumenty

- Bezpätkové typy písma
- Písmo minimálne 12 bodov
- Deklarovanie nadpisov
- Nie všetky písmená veľké
- Zarovnanie vľavo
- Grafické prvky popísané
- Tabuľky, grafy vysvetlené

Veľkosť písma, typ písma, rez, štýly

The screenshot shows the Microsoft Word interface. The title bar reads "NA_OBCANOVCH_ZALEZI_opis_a_podmienky_ucasti - Word". The ribbon is set to "Domov" (Home). In the "Písmo" (Font) group, "Times New Roman" and "11,5" are circled in red. In the "Štýly" (Styles) group, "Normálny" (Normal) is also circled in red. The document content includes:

- → **doplňkový modul vzdelávania.**
- **AKO BUDE PREBIEHAŤ ZÁKLADNÝ MODUL?**
Základný modul bude naviazaný na prezentáciu existujúcich a ukončených participatívnych procesov, ako aj na trošku teórie, či nové zručnosti prostredníctvom tréningu, webinára, či workshopu. Základný modul bude prebiehať každý druhý utorok v mesiaci od 9:00 – 12:30 hod. Každý základný vzdelávací modul bude trvať 3,5 hodiny.
- **AKÁ JE ŠTRUKTÚRA ZÁKLADNÉHO MODULU?**
 - → 1. časť – **PARTICIPATÍVNY PROCES TVORBY VEREJNEJ POLITIKY** – príbeh participatívneho procesu s dôrazom na dizajn procesu, aktérov, výber metód a prínos procesu pre verejnú politiku.
 - → 2. časť – **SAMOSPRÁVA SAMOSPRÁVE** – séria krátkych desaťminútových prezentácií skúseností (maximálne 3–4) z ďalších miest, mestských častí, obcí a krajov k predmetnej téme. Javisko je voľné aj pre všetkých a teda aj pre vás. Ak máte za sebou, alebo realizujete vlastný participatívny proces, prihláste sa a podelte sa s ostatnými (info nájdete pri prihlasovaní v registračnom linku). Na základe záujmu účastníkov sa možno práve vaša verejná politika, prezentácia či problém stanú témou mesiaca. Obsah vzdelávania tak môžete tvoriť aj vy.
 - → 3. časť – **PRAKTICKÝ WORKSHOP/TRÉNING/WEBINÁR** – praktické školenie zamerané na konkrétne zručnosti a metódy participácie.
- **AKO BUDE PREBIEHAŤ DOPLŇKOVÝ MODUL?**
Doplňkový modul vám predstaví kľúčové témy súvisiace so samosprávou a občianskou spoločnosťou, ktoré sú predmetom ďalšieho národného projektu ÚSV ROS Výskum (NP VÝSKUM) a jeho Analýzy socioekonomického prínosu neziskového sektora a stavu a trendov občianskej spoločnosti. Nedajte sa odradiť názvom dokumentu, pretože cieľom je otvoriť priestor pre diskusiu so samosprávou o možnostiach využitia know-how mimovládnych organizácií v tvorbe a implementácii konkrétnych verejných politík. **Doplňkový modul bude prebiehať vždy ďalší voľný utorok v čase od 9:00 – 11:00 hod.**

At the bottom, the status bar shows "Strana 2 z 4", "Počet slov: 868", "slovenčina", and "100 %".

Obrázky, tabuľky, grafy

The screenshot shows a Microsoft Word document with a poster inserted. The poster has a yellow background with blue and black text and graphics. A context menu is open over the poster, listing various actions like 'Vystrihnúť', 'Kopírovať', and 'Formátovať obrázok...'. The 'Formátovať obrázok...' option is circled in red. On the right side, the 'Formátovať obrázky' task pane is visible, with the 'Formátovať obrázok' icon also circled in red. Below the poster, there is a section titled 'PRE KOHO?' followed by a list of bullet points.

NA OBČANOCH ZÁLEŽÍ
PARTICIPÁCIA A SAMOSPRÁVA
celoročný vzdelávací online cyklus

Úrad splnomocnenca vlády SR pre rozvoj občianskej spoločnosti otvára pravidelné online vzdelávanie, ktoré rozšíri vaše poznatky o participácii. Dvakrát do mesiaca vám vždy na konkrétnu tému ponúkne šikovne namiešanú teóriu so živými príbehmi z praxe.

FEBRUÁR 2021: Samospráva pre všetkých
MAREC 2021: Zelená samospráva
APRÍL 2021: Digitálna samospráva

Pre viac informácií sledujte náš fb a web.

PRE KOHO?
Celoročný vzdelávací cyklus je určený pre:

- pracovníkov miestnej i regionálnej samosprávy, ktorí čoraz naliehavejšie vnímajú, že zapojenie občanov do rozhodovania im pri spravovaní úradu a vecí verejných jednoznačne pomôže.
- zapálených zamestnancov ústredných orgánov štátnej správy → pre študentov

Strana 1 z 4 Počet slov: 868 slovenčina

Ukladanie súboru docx do formátu pdf

The image shows the 'Uložiť ako' (Save As) dialog box in Microsoft Word. The main dialog is set to save the file as a PDF document. The 'Možnosti' (Options) sub-dialog is open, showing the following settings:

- Rozsah strán** (Page range): Všetko (All pages)
- Publikovať** (Publish as): Dokument (Document)
- Zahrnúť netlačiteľné informácie** (Include non-printing information):
 - Vytvárať záložky pomocou:
 - Nadpisy (Headings)
 - Záložky v programe Word (Word bookmarks)
 - Vlastnosti dokumentu (Document properties)
 - Značky štruktúry dokumentu na zjednodušenie ovládania (Check document structure tags to simplify navigation)
- Možnosti formátu PDF** (PDF options):
 - Kompatibilný so štandardom ISO 19005-1 (PDF/A) (Compatible with the ISO 19005-1 (PDF/A) standard)
 - Písmo nie je vložené, vytvoriť z textu bitovú mapu (Do not embed fonts that are not embedded in the document)
 - Šifrovať dokument heslom (Encrypt document with password)

The background shows the 'Uložiť ako' dialog with the file name 'NA_OBCANOCH_ZALEZI_opis_a_po...' and the format 'Dokument formátu PDF'. The 'Optimalizovať pre' (Optimize for) section is set to 'Štandardné' (Standard) for online and print.

Programovanie webových stránok

Medzinárodné

- Pravidlá zhrnuté v štandardoch WCAG 2.1. (Pravidlá tvorby prístupného webu).
- príslušné vykonávacie predpisy v rozsahu podmienok podľa smernice (EÚ) 2016/2102 o prístupnosti webových sídel a mobilných aplikácií subjektov verejného sektora

SR

- Zákon o informačných technológiách vo verejnej správe č. 95/2019 Z. z.
- Vyhláška 78/2020 o štandardoch pre informačné technológie verejnej správy
- Jednotný dizajn manuál elektronických služieb verejnej správy

Prístupnosť webových stránok

Stránka sa musí dať ovládať len pomocou klávesnice – používame TAB


Grafika – musí byť popísaná

Sima Martausová: „Hudbu vnímam ako dar od boha“

https://okamih.eu/2020/05/26/sima-martausova-hudbu-vnimam-ako-dar-od-boha/

Domov Zdravie očí Rozhovor Môj príbeh Tipy pre vás Spektrum Z našich aktivít Kontakt

príde, je to taká sila a energia, ktorú mi odovzdáva, že by ste sa čudovali, kde to berie. Je veľmi múdra a vnímavá, a keď mi niečo povie, ostane to vo mne ešte niekoľko dní...



Aj Sima popriala zbierke Biela pastelka všetko najlepšie k 18. narodeninám...

Foto: Eva Amzler

marec 2020

január 2020

Katégorie

Môj príbeh

Nezaradené

Rozhovor

Spektrum

Tipy pre vás

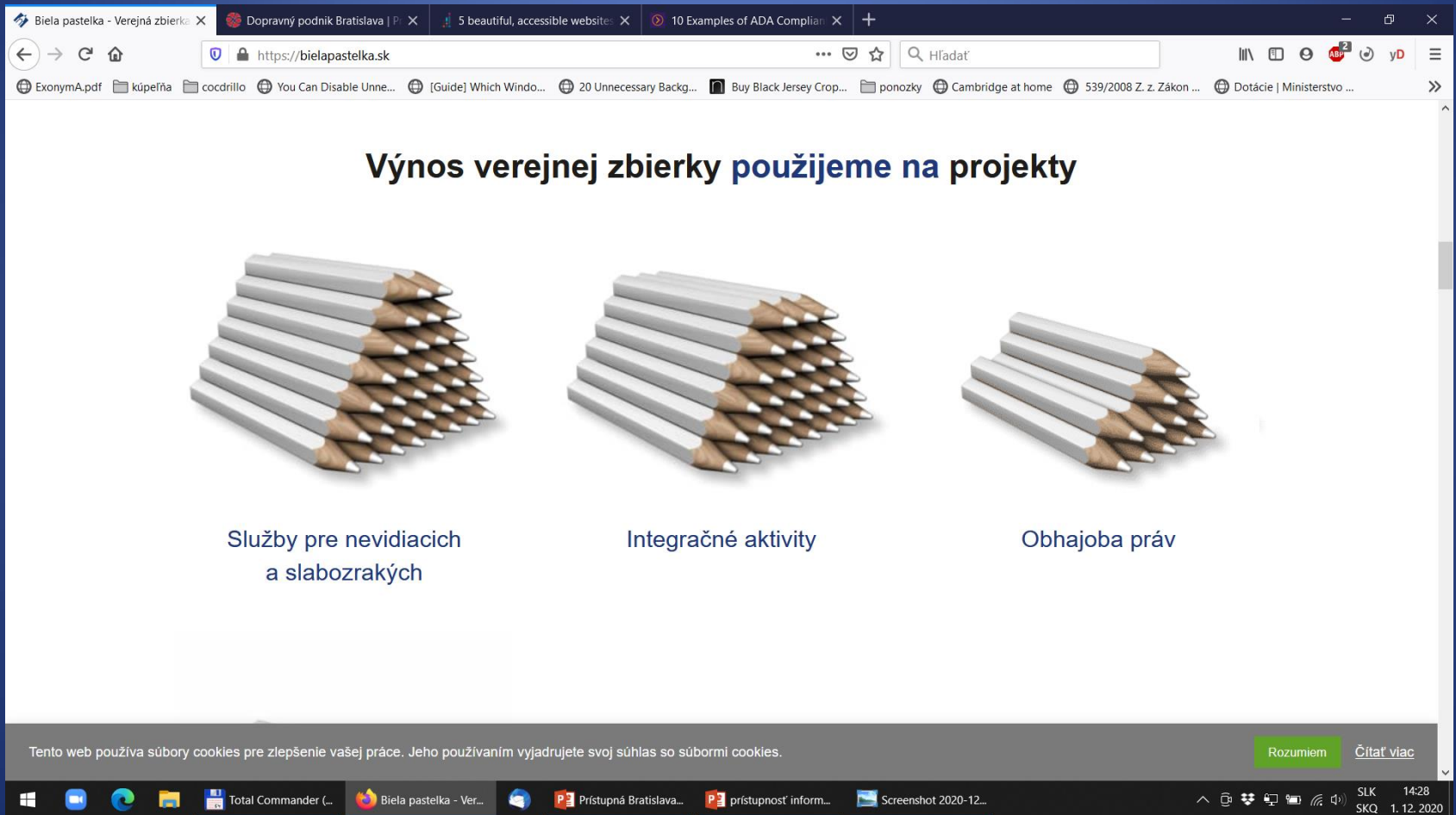
Z našich aktivít

Windows Taskbar: Total Commander, Sima Martausová, Prístupná Bratislava, prístupnosť inform..., Screenshot 2020-12-12, 14:21, 1. 12. 2020

Stránka musí byť štrukturovaná – ako obsah knihy

The screenshot shows a web browser window displaying the website of Únia nevidiacich a slabozrakých Slovenska. The browser's address bar shows the URL <https://unss.sk>. The website's header includes the logo of the organization and the title "Únia nevidiacich a slabozrakých Slovenska". Below the header is a navigation menu with the following items: "Úvodná stránka", "O nás", "Ako vám vieme pomôcť", "Aktivity a projekty", "Ako nám pomôcť", and "Kontakty". A search bar labeled "Vyhľadávanie" is located on the right side of the navigation menu. The main content area features a large banner with the text "Len vďaka vám môžeme pomáhať už 30 rokov. Pomôžte nám ísť ďalej." and a background image of a group of people. Below the banner, there are two columns of content: "Novinky" (News) and "Aktuálne" (Current). The "Novinky" section includes a link titled "Ako poskytujeme sociálne služby od 18.11.2020" dated 18. novembra 2020. The "Aktuálne" section includes a link titled "TS: 13. november – Medzinárodný deň nevidiacich" dated 11. novembra 2020. The footer of the website contains a sidebar with links for "Zrakové postihnutie", "Braillovo písmo", and "Prístupnosť informácií". The browser's taskbar at the bottom shows several open applications, including Total Commander, the website, and a screenshot utility. The system tray in the bottom right corner displays the date and time as 1.12.2020, 14:40.

Dostatočný farebný kontrast a dostatočná veľkosť a čitateľnosť textu



The screenshot shows a web browser window with the URL <https://bielapastelka.sk>. The page content includes a main heading and three columns, each with a stack of pencils and a corresponding label.

Výnos verejnej zbierky použijeme na projekty

Project Category	Visual Representation
Služby pre nevidiacich a slabozrakých	A large stack of approximately 20 pencils.
Integračné aktivity	A medium stack of approximately 10 pencils.
Obhajoba práv	A small stack of approximately 5 pencils.

Tento web používa súbory cookies pre zlepšenie vašej práce. Jeho používaním vyjadrujete svoj súhlas so súbormi cookies. [Rozumiem](#) [Čítať viac](#)

Windows taskbar: Total Commander, Biela pastelka - Ver..., Prístupná Bratislava..., prístupnosť inform..., Screenshot 2020-12...

System tray: SLK SKQ, 14:28, 1. 12. 2020

Dostatočne odlišené odkazy, na ktoré sa dá kliknúť

The screenshot shows a web browser window displaying the website <https://bielapastelka.sk>. The browser's address bar and tabs are visible at the top. The website's header features the logo for "BIELA PASTELKA" and a navigation menu with the following items: Domov, Ako pomôcť, Darcovská výzva, Výnos, Projekty, Médiá, Galéria, and Kontakt. The main content area is a large banner with a background image of a smiling woman. A prominent red button with the white text "CHCEM DAROVAŤ" is positioned on the left side of the banner. Below the banner, there are three white buttons with blue upward-pointing triangles: "Zbierka Biela pastelka", "Novinky", and "O organizátorovi zbierky". At the bottom of the page, a cookie consent notice reads: "Tento web používa súbory cookies pre zlepšenie vašej práce. Jeho používaním vyjadrujete svoj súhlas so súbormi cookies." To the right of this notice are two buttons: "Rozumiem" and "Čítať viac". The Windows taskbar at the bottom shows several open applications, including Total Commander, the website, and a presentation slide titled "Prístupná Bratislava...". The system tray on the right indicates the time as 14:27 and the date as 1. 12. 2020.

Názov webovej stránky

- Webová stránka má zmysluplný názov, ktorý vystihuje jej obsah a účel.
- www.bratislava.sk
- www.dpb.sk

Reklamný smog 😊

- Množstvo reklám, ktoré vybehnú na používateľa hneď ako príde na webstránku
- Ako sa brániť? – napríklad rozšírením do prehliadača, ktoré zabráni zobrazovaniu reklamy

Informačná funkcia farieb

- Informácie prezentované prostredníctvom farieb sú prístupné a zrozumiteľné aj bez farieb – buď z kontextu alebo pomocou zvýraznenia.



Komunikácia s človekom so ZP

Nebojte sa podať ruku
a predstaviť sa



Pri komunikácii so ZP človekom majte tvár
otočenú k nemu

správne



Neobracajte sa s otázkami na sprievodcu



nesprávne

správne



Oznámte, keď odchádzate, upozornite, keď sa vrátite späť

nesprávne

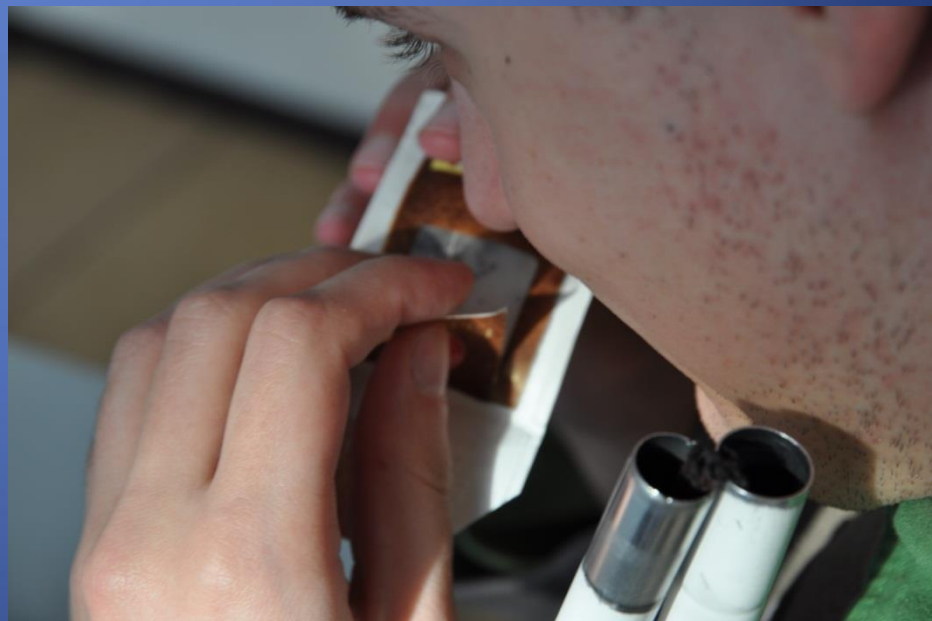


Bez zábran používajte slová ako „vidieť“, „pozrieť sa“ a názvy farieb



„prezeranie“ hmatom

„prezeranie“ čuchom



Presne informujte, kde ste čo človeku so ZP dali

správne:
„Tašku máte na
stoličke
vľavo od Vás.“

nesprávne:
„Tašku Vám položím sem.“



V neznámom prostredí dávajte ZP človeku dostatok informácií + pozor na gestá

nesprávne:
„Tam sú dvere.“



správne:
„Dvere sú asi 2 metre
vpravo od Vás.“

Nespoliehajte sa na gestá



Podpisovanie

1. Položenie ruky s perom na miesto podpisu.



2. Položenie prstu ľavej ruky na miesto podpisu.



3. Priloženie podpisovej šablóny na miesto podpisu.



Opýtajte sa človeka so ZP, či a aký spôsob pomoci potrebuje.
Dajte mu možnosť rozhodnúť sa.



Techniky sprievádzania

Nadviazanie kontaktu



Ponúknutie ramena slovne a jemným dotykom.

Úchop a pozícia



úchop za rameno



úchop za lakeť

Prechod cez dvere a zúženým priestorom

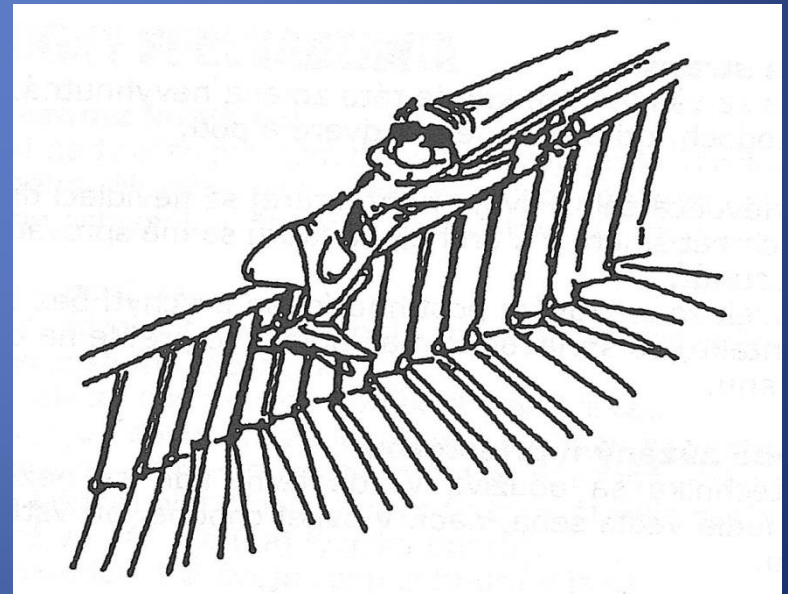


Usádzanie



Ďalšie techniky sprevádzania

- Schody a iné nerovnosti
- Sprevádzanie po budove (vodiaca línia a orientačné body)



?

Čo a kto?

- Od vzdelávania k inklúzii (From Education to Inclusion – EDI)
- September 2019 – február 2022

Kto?

1. Únia nevidiacich a slabozrakých Slovenska (SR)
2. FUNKA (SE)
3. Teiresiás, Středisko pro pomoc studentům se specifickými nároky Masarykovy univerzity (ČR)

Prístupné prostredie – školenie

Bezplatné online školenie pre mestá a obce

- Kedy: 3 dni - apríl – jún 2021
- Pre koho: Pracovníci stavebných úradov, zamestnanci zodpovední za stavebné riešenia a úpravy
- Kto: Švédski a slovenskí lektori (+ tlmočenie)
- O čom:
- „Ako mám nájsť lacné a dobré riešenie, ktoré zjednoduší orientáciu nevidiacemu?“
- „Ako môžem podporiť samostatné cestovanie ľudí so zrakovým postihnutím?“
- „Aké sú legislatívne požiadavky týkajúce sa prístupnosti prostredia?“

Prístupné informácie - školenie

- Bezplatné online školenie pre mestá a obce
- Kedy: 3 dni - apríl – jún 2021
- Pre koho: správcovia webov, pracovníci zodpovední za informovanie
- Kto: českí a slovenskí lektori
- O čom:
- „Ako mám spraviť leták, aby bol dobre čitateľný pre všetkých?“
- „Môžem na FB stránke obce zverejniť informáciu len cez fotografiu?“

Komunikácia - školenie

- Bezplatné online školenie pre mestá a obce
- Kedy: 3 dni - apríl – jún 2021
- Pre koho: klientski pracovníci, miestni organizátori podujatí / participačných diskusií, pracovníci oddelení sociálnych služieb...
- Kto: slovenskí lektori
- O čom:
- „Ako mám komunikovať s nevidiacim, keď príde so svojim asistentom?“
- „Môžem povedať dovidenia?“
- „Ako mám s nevidiacim vyplniť a podpísať formuláre?“

Napíšte nám:

- Tímea Hóková, hokova@unss.sk
- Michaela Hajduková, hajdukova@unss.sk
- Únia nevidiacich a slabozrakých Slovenska
- EDI projekt:

<https://unss.sk/edi/>

Ďakujeme za pozornosť.

Únia nevidiacich a slabozrakých Slovenska