

Esteettömyys

Iän myötä näkö, kuulo heikkenevät ja lihasvoima vähenee. Muutosten seurauksena liikkuminen hidastuu ja tarvitaan erilaisia apuvälineitä. Myös havainto- ja reaktiokyky heikkenevät ja sairaudet ja lääkkeet alentavat hahmotuskykyä.

Muistisairaiden ihmisten määrä lisääntyy, mikä täytyy ottaa huomioon asumista, palveluita, ympäristöä ja teknologiaa suunniteltaessa.

Tavoite:

- Esteettömyys huomioidaan kaikessa suunnittelussa. Esteettömät ratkaisut helpottavat kaikkien arkea kaikissa ympäristöissä.
- Tehdään näkyväksi, että esteettömät ratkaisut tuovat säästöjä, kun esim. liukastumiset ja lonkkamurtumat vähenevät ja ennakoiisiin palveluihin osallistutaan oikea-aikaisesti.

Ratkaisu:

- Hyödynnetään kokemusasiantuntijoiden ja eri järjestöjen asiantuntemusta sekä tietotaitoa ja kysytään eri-ikäisten nykyisten ja tulevien käyttäjien mielipidettä suunniteltaessa esteettä ympäristöjä tai palveluita.

Liikuntaesteettömyys

Liikkumisen apuvälineitä ovat kävelykeppi, kyynär- tai kainalosauvat, rollaattori, pyörätuoli tai moottoroitu kulkuväline. Suunnittelussa huomioitava myös apuvälineiden vaatima tila ja säilytys.

Keinoja:

- Minimoidaan korkeuserot ja kaltevuus
- Poistetaan kynnykset
- Portaiden rinnalle luiska
- Käsijohteet ja lepotasanteet
- Jalkakäytävät erilleen
- Keskisaareke kaistojen väliin
- Riittävästi penkkejä
- Levähdys- ja palvelualueiden yhteyteen esteettömät WC-tilat.

Näkövammaisesteettömyys

Liikkumisen apuna valkoinen keppi, opaskoira tai avustaja. Lukemisen apuna silmälasit, pistekirjoitus, tietokoneissa ohjelmat, jotka muuttavat tekstin ääneksi.

Keinoja:

- Ohjauslistat ja -värit
- Suuret fontit, riittävä kontrasti
- Painikkeisiin pistekirjoitus
- Lasiseiniin ja oviin merkit
- Reunakivet kevyen liikenteen reunaan
- Äänimajakat
- Väylien kunnossapito
- Paikannusta hyödyntävä teknologia
- Luotettava avustaja

Kuuloesteettömyys

Apuvälineitä ovat kuulokojeet, kommunikaattorit, induktiosilmukat ja tärinä- ja valohälyttimet. Kommunikoinnin apuna viittomakieli, tekstitys ja puhelimeen saatava tulkkausmahdollisuus. Taustamelu häiritsee ja estää informaation saamista.

Keinoja:

- Akustiikan parantaminen
- Taustamelun poistaminen
- Induktiosilmukka
- Opasteet ja viitat selvästi havaittavia ja johdonmukaisia
- Hyvä valaistus
- Tulkkausmahdollisuus
- Viestinnässä selkokieli
- Tärinähälytys

Muistiesteettömyys

Muistisairauden myötä ajan ja paikan taju sekä käsitys itsestä heikkenevät. Uudet asiat eivät kiinnity muistiin, nykyisten asioiden muuttaminen hämmäntää. Toisaalta yksitoiminen tai vieraan tuntuinen ympäristö passivoi.

Keinoja:

- Pysyvä kodikas koti
- Pysyvät kontaktit
- Suunniteltu arki
- Maamerkit
- Selkokieli
- Ympäristön kunnossapito
- Paikannusta hyödyntävä teknologia

Esteettömyys 2

Näkö-, kuulo- ja liikuntaesteiden lisäksi ikääntyvien toimimista vaikeuttavat digiesteet, aistiesteet, allergiat ja muut herkkyydet.

Kieliesteet tulevat eteen kun muistin heikkenemisen myötä elämän aikana opitut kielet alkavat unohtua.

Kuuluminen vähemmistöryhmään voi myös olla este osallistumiselle ja toimimiselle yhteiskunnan jäsenenä.

Tavoite:

- Varmistetaan monikanavainen tiedonkulku, jotta osallisuus yhteiskunnassa säilyisi koko elämän ajan.
- Taataan kaikille ihmisille oikeus turvalliseen tilaan.

Ratkaisu:

- Varmistetaan, että digitaaliset ratkaisut ovat saavutettavia ja esteettömiä ja järjestetään rinnakkaisia palveluita
- Nostetaan turvallisen tilan periaatteet ja toimintatavat keskiöön, kun suunnitellaan julkisia tiloja ja tapahtumia.

Digiesteettömyys

Osa ihmisistä ei kykene käyttämään digitaalisia palveluita. Toisen puolesta asiointi on vaikeaa, sillä rahaan ja terveyteen liittyviin asiointiin vaaditaan vahva tunnistautuminen.

Keinoja:

- Monikanavainen viestintä
- Saavutettavat digipalvelut
- Helppokäyttöiset laitteet
- Selkokieli
- Tekstivastineet kuva- yms. sisällölle
- Hyvät yhteydet
- Neuvonta ja ohjauspalvelut
- Tietokoneet yhteiskäytössä
- Puheen tunnistus- ja puheohjausmahdollisuus

Aisti- ja allergiaesteettömyys

Aistiyliherkkä henkilö reagoi näkö-, kuulo-, haju- tai muihin aistimuksiin voimakkaammin, nopeammin tai kauemmin kuin henkilö, jolla herkkyyttä ei ole.

Keinoja:

- Akustiikan parantaminen
- Taustamelun poistaminen
- Levolliset värit ja hillityt kuviot
- Hajusteiden käytön minimointi
- Voimakkaasti allergisoivien kasvien poistaminen
- Hiekoituksen puhdistaminen
- Sisäilman puhtaanapito julkisissa tiloissa
- Rauhallisia hiljentymistiloja julkisten tilojen yhteyteen

Kieli- ja kulttuuriesteettömyys

Aikuisena hankittu kielitaito voi kadota muistisairaudesta ja monilla on heikot perusvalmiudet, kuten luku-, kirjoitus- ja kielitaidon puute sekä matala pohjakoulutus, kulttuuriset ja sukupolvierot sekä stereotyyppiset asenteet.

Keinoja:

- Äidinkielen ja kulttuurin ylläpitäminen
- Kielenkääntöpalvelut
- Monikanavainen viestintä
- Selkokieli
- Asiakslähtöinen kohtaaminen
- Turvallisen tilan pelisäännöt
- VERTAISTUKI
- Etsivä ja löytävä vanhustyö

Vähemmistöihin kuuluvat

ovat voineet kokea syrjintää koko elämänsä ajan. Heikentyvän näön, kuulon ja liikkumisen vuoksi he voivat syrjäytyä loullisesti. Monet elävät näkö- ja kuuloesteissä ja heille kuuluvien palveluiden ulottumattomissa. Esteettömyys tarkoittaa turvallisuutta ja sallivuutta olla juuri sellainen kuin on.

Keinoja:

- Turvallisen tilan pelisäännöt
- Etsivä ja löytävä vanhustyö
- Monikanavainen viestintä
- Selkokieli
- Vakaumuksen ja yksityisyyden kunnioittaminen
- Asiakslähtöisyys
- VERTAISTUKI