

NORME ERGONOMICE ȘI SOCIALE PENTRU PERSOANE CU DIZABILITĂȚI

Maria ȘLEPAC

Universitatea Tehnică a Moldovei, Departamentul Design Interior, Chișinău, Moldova

Autor correspondent: Lector universitar Plamadeală Stela, stela_plamadeala@mail.ru

Rezumat. Există lucruri ce ne ating și ne fac să luptăm. E despre cei pentru care merită să fie lumea mai frumoasă. E despre necesitatea de a le crea un ambient plăcut persoanelor cu dizabilități. Și pentru că nu e suficient doar să respectăm norme ergonomice ce-i vizează personal, e și despre încadrarea acestor persoane în societate. Vrem să cercetăm de dragul lor, pentru că ne pasă, pentru că putem să îi facem un pic mai fericiți dacă știm să le vorbim corect. Și nu e un moft de-al lor, e ceea ce ne obligă conștiința să facem, dar și normele legislației în vigoare. Se poate concorda o armonie perfectă între ergonomie și sociologie, de aceea, datoria noastră este să ne informăm în domeniu și să contribuim la construirea unei societăți ce știe să accepte în comunitate persoanele cu dizabilități.

Cuvinte-cheie: persoane cu dizabilități, norme ergonomice, societate, baie ergonomică

Introducere



„E bine să te înduioșezi de nenorocirea prietenilor tăi, dar mai bine este să le vii în ajutor.”
Voltaire

Cuvintele lui Voltaire trezesc în comunitatea socială o ducație constructivă ce va produce roade semnificative. Trăim într-o lume în care nimeni nu poate fi ocrotit de situații neplăcute, ce pot schimba total cursul vieții. Dar să fie oare aceste situații sfârșitul activităților cotidiene și a căii ce duce spre succes ? Nu ! Nicidecum ! Datoria noastră este să creăm o ambianță confortabilă și adaptabilă necesităților acestor persoane cu dizabilități.

I. Date informative din statistica și norme ergonomice

Primul pas necesar este documentarea, sau căutarea datelor veridice despre persoanele cu dizabilități din țara noastră, Republica Moldova.

Potrivit Statisticii Moldovei din 2017, persoanele cu dizabilități reprezintă aproximativ 5 la sută din populația țării. Numărul estimat al persoanelor cu dizabilități în Republica Moldova este de 182,0 mii persoane, inclusiv 11,7 mii copii cu vârsta de 0-17 ani. Persoanele cu dizabilități reprezintă 5,1% din populația totală a țării, iar copiii cu dizabilități constituie 1,7% din numărul total al copiilor din Republica Moldova.

Conform gradului de dizabilitate menționăm că 18,9% sunt persoane cu dizabilitate severă (gradul I), 50,9% cu dizabilitate accentuată (gradul II) și 30,2% cu dizabilitate medie (gradul III). Totodată, în structura persoanelor cu grad sever de dizabilitate, ponderea femeilor constituie 34,6%, 37,5% din persoanele cu dizabilitate accentuată și 41,7% din total persoane cu dizabilitate medie. De aceea, este o necesitate reală a ergonomiei ca știință indispensabilă în acest sens.

Principalele scopuri urmărite de ergonomie sunt:

- Adaptarea muncii la capacitatea de performanță a lucrătorului, cu scopul de a evita cerințele prea mari sau prea mici;
- Proiectarea mașinilor și uneltelor etc. pentru ca acestea să fie ușor de manevrat, iar utilizarea lor - lipsită de accidente;
- Dimensionarea locurilor de muncă în conformitate cu mărimea corpului, permițând o poziție naturală;
- Adaptarea influențelor din mediu, în special a luminii și climatului.

O problemă ergonomică foarte importantă este de a proiecta o baie accesibilă pentru persoanele cu dizabilități.

La planificarea spațiului vă rugăm să luați în considerare următoarele sfaturi:

- Ușa băii trebuie să aibă o lățime de minim 90 cm și să se deschidă către exterior (sau să fie o ușă glisantă), pentru a nu se bloca în caz de urgență.

O baie amenajată pentru o persoană în scaun cu roțile, conform normelor DIN, ar trebui să aibă un spațiu liber de 150 x 150 cm pentru a permite întoarcerea -căruciorului (pentru persoanele care nu sunt în scaun cu roțile este suficient un spațiu liber de 120 x 120 cm). Această suprafață trebuie asigurată în fața tuturor obiectelor sanitare (chiuvetă de baie / lavoar, WC, duș sau cadă de baie).

- **Pardoseală antiderapantă** este absolut obligatorie.
- **Mânerele și scaunele pliabile** oferă la nevoie posibilități de suport sau ședere! Aceste aspecte trebuie planificate.
- Chiuveta de baie / lavoarul ideal are o formă ergonomică, iar în mod special în cadrul unei băi fără bariere ar trebui să fie accesibil și în poziție șezută. Pentru aceasta, este nevoie ca sub lavoar să existe spațiu suficient pentru genunchi și coapse. La cele mai multe tipuri de chiuvete de baie / lavoare, scurgerea este plasată în spate, astfel că se poate intra fără probleme sub lavoar cu scaunul cu roțile sau cu cadrul de deplasare cu roțile. Capacul de sifon servește în acest caz ca protecție împotriva temperaturilor înalte.
- Înălțimea chiuvetei de baie / lavoarului depinde de înălțimea persoanei care stă în fața acesteia. De regulă, pentru utilizarea în poziție șezută chiuveta se montează la cca.. 65 - 70 cm, iar la utilizarea în picioare la o înălțime de cca.. 80 - 85 cm.
- Un mâner de sprijin asigură o susținere suplimentară la chiuveta de baie / lavoar. Acesta conferă siguranță și suport când se stă mai mult în picioare.
- Conform DIN 18040-2, oglinda de deasupra chiuvetei de baie / lavoarului ar trebui să fie montată la minim 100 cm.
- În cazul WC-ului, trebuie să vă asigurați în primul rând că are dimensiunea potrivită.
- Pentru a permite, de ex., trecerea fără probleme de la un scaun cu roțile pe capacul de WC, conform DIN 18040-2, WC-ul trebuie să aibă o înălțime de 46 - 48 cm.
- WC-ul trebuie montat astfel încât să aibă o distanța minimă de 30 cm față de perete și de minim 90 cm față de peretele opus.
- Pe toți pereții învecinați trebuie montate mânere robuste de susținere sau măcar să se prevadă pentru început un element de întăritură pentru montarea ulterioară a unor mânere.
- Dușurile la nivel cu pardoseala conferă libertatea de a te putea mișca independent în baie, iar scaunul pliant permite dușul în poziție șezută.
- Plăcile laminate de construcții sunt ideale pentru construirea unui duș fără bariere. Elementele de duș pot fi placate cu gresie.
- Căzile de baie sunt ideale pentru relaxare și în scopuri terapeutice.
- Cada de baie fără bariere trebuie să vă permită să intrați în ea cu lejeritate. O ușiță integrată în cadă dintr-o singură placă de sticlă securizată se deschide către interior, rămânând de trecut doar un obstacol de cca.. 20 cm. După baie, garnitura de scurgere și de preaplin asigură o scurgere ultrarapidă a apei în numai cca. 2 minute.
- Mânerele sunt de mare ajutor în duș sau în cada de baie. În cadă, ajută mai ales la așezat și ridicat.
- Cabina de duș cu acces pe colț.

În cazul utilizării unui dispozitiv ajutător pentru deplasare sau a scaunului cu rotile, se recomandă montarea unei cabine de duș cu acces pe colț. Ușile pot fi deschise atât în interior, cât și în exterior, permițând accesul fără bariere. Cabina de duș se montează direct pe gresie sau pe o cadă de duș prinsă de podea.

La fel, un aspect nu mai puțin important pentru o persoană cu dizabilități este alegerea fotoliului rulant. Acesta ar trebui să corespundă normelor prezentate în Figura 1.

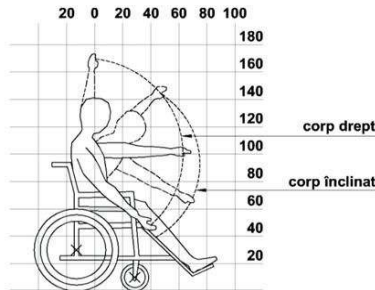


Figura 1 Normele alegerii fotoliului rulant

Deși, în general, autoritățile încearcă să adapteze mediul social la necesitățile acestor persoane, cel mai dificil pentru ei este să găsească un loc de trai perfect pentru modul de viață pe care îl duc. De aceea, Figura 1 prezintă un apartament amenajat pentru persoanele cu dizabilități.

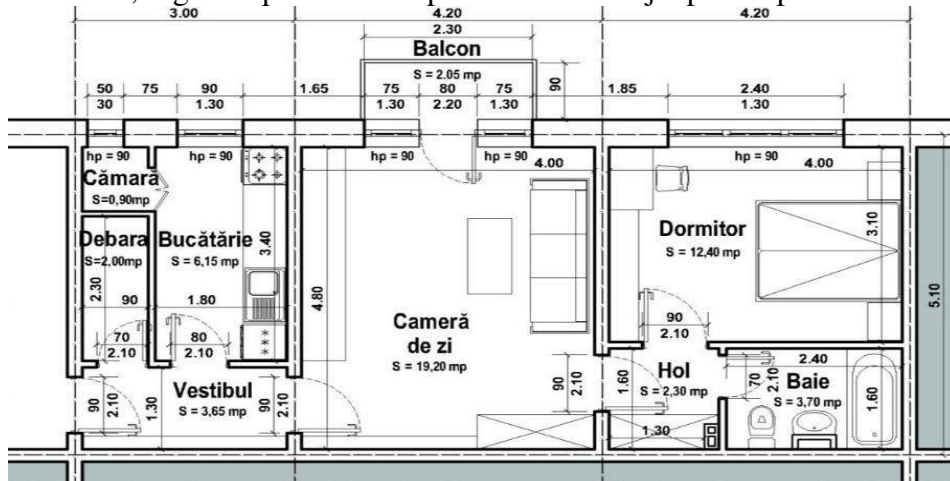


Figura 2 Plan apartament pentru persoane cu dizabilități

II. Norme sociale în interacțiune cu persoanele ce au dizabilități

Însă nu e suficient să le adaptăm doar nevoile acestor persoane, trebuie să învățăm cultura vorbirii, sau cum ar trebui corect să ne adresăm lor și ce fraze dureroase ar fi mai bine să evităm. Nu vrem să fim indiferenți față de oamenii care nu sunt vinovați de starea în care se află, de oamenii care tânjesc după viața asta a noastră în care nu mai rezistăm problemelor și ni se pare că nu suntem fericiți. Pentru ei fericirea ar fi măcar un strop din posibilitățile pe care le avem noi. Dar, le putem dărui fericire și dacă ne informăm special pentru ei, dacă depunem eforturi să învățăm să le vorbim corect și să-i integrăm în societate. Multe din cuvintele și frazele pe care noi le utilizăm în comunicare, de fapt reprezintă stereotipuri și sunt ofensatoare. Mesajul pe care noi îl exprimăm este strâns legat cu gândirea noastră și cu atitudinea pe care o avem față de o persoană sau alta.

Invaliditatea – este un termen social și nu medicinal.

Multe din cuvintele și frazele pe care noi le utilizăm în comunicare, de fapt reprezintă stereotipuri și sunt ofensatoare. Mesajul pe care noi îl exprimăm este strâns legat cu gândirea noastră și cu atitudinea pe care o avem față de o persoană sau alta.

Invaliditatea – este un termen social și nu medicinal.

Concluzii

Așadar, să depunem eforturi maxime pentru a simți durerea acestor persoane în inima noastră! Aceasta nu înseamnă că trebuie să ne arătăm mila față de ei sau să-i jelim cumva. Cel mai mult, ei își doresc să obțină ceea ce nu pot avea : viață socială nediferențiată de a celorlați oameni. De aceea, să încetăm să fugim de ei, ci să interacționăm cât mai mult, făcându-i să se simtă oameni obișnuți.

<i>UTILIZAȚI cuvinte și fraze care nu crează stereotipuri:</i>	<i>EVITAȚI cuvinte și fraze care crează stereotipuri:</i>
Persoană cu nevoi speciale, persoane cu dizabilități	Invalid, persoană cu abilități limitate, bolnav, calic, cu defect al sănătății, orbi, surzi
<i>În contextul comparației dintre o persoană cu nevoi speciale și una fără nevoi speciale:</i>	
Persoană fără nevoi speciale, persoană fără dizabilități	Normal, sănătos
Persoană care utilizează un scaun rulant.	Țintuit la pat, paralizat, năpăstuit, persoană în cărucior de invalid, imobilizat în scaun cu rotile, calic
<i>Căruciorist – un termen care se utilizează în mediul persoanelor cu dizabilități</i>	
Persoană cu dizabilitate de la naștere	Defect înăscut, invalidizare, invalid din copilărie, invaliditate înăscută, invalid pe viață
Persoană cu dizabilitate mentală	Persoane aliniat mintal; persoane cu dereglări psihice; persoane cu devieri mintale
Copii cu dizabilități	Copii invalizi, copii cu handicap
Copii cu necesități speciale în educație	Elevi invalizi
Persoane cu dizabilitate de vedere	Chior, orb
Persoană cu dizabilitate de auz	Surd

Avem nevoie de aceste persoane în comunitatea în care trăim. Perseverența lor ne poate motiva să nu mai murmurăm pe viața grea ce o ducem. Împreună, putem realiza o muncă enormă! Iar respectarea normelor ergonomice pentru persoanele cu dizabilități, ne va ajuta să colaborăm cu ușurință în acest sens!

Conducător: lect. univ. Stela PLĂMĂDEALĂ

Referințe

1. „Biroul Național de statistică”
2. „Asociația MOTIVAȚIE din Moldova