

AM AIS

Shift

+ VIEȚI



MESERII

Parte a Ghidului de angajare a nevătătorilor, realizat de AMAIS prin proiectul Shift+Vieți, susținut de ING Tech.

Pentru a descărca toate documentele intrați pe <https://ghid.AMAIS.ro/>



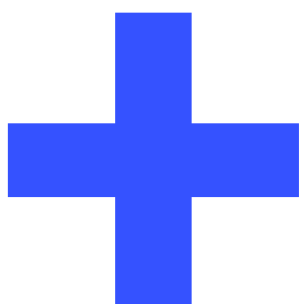
Disclaimer

Acest ghid studiază posibilele meserii pe care persoanele nevăzătoare le-ar putea practica în România, precum și măsurile pe care angajatorii ar trebui să le aplice pentru a crea un mediu de lucru incluziv. Ghidul nu este o listă exhaustivă a meseriilor persoanelor cu deficiențe de vedere, ci mai degrabă un exercițiu de a identifica cât mai multe meserii pe care nevăzătorii le pot face și de a le oferi și altora modelul după care pot obține aceste informații pentru alte tipuri de profesii.

Din experiența de până acum de la AMAIS, am realizat că obținerea unui mediu incluziv ține de măsurile luate în trei direcții: **amenajarea spațiului, integrarea în echipă și suportul tehnologic utilizat**. De asemenea, nu există o singură rețetă de aplicat. Putem stabili pașii de aplicat, dar ține de fiecare angajator/candidat în parte să personalizeze soluțiile în funcție de context și nevoi.

Lucrurile pe care angajatorii și cei care vor să se angajeze le pot face pentru a crea un mediu de lucru incluziv nu sunt dedicate exclusiv celor 9 meserii studiate, unele fiind valabile și în cazul altor joburi.

Ghidul se adresează persoanelor cu deficiențe de vedere în căutarea unui loc de muncă, angajatorilor și altor ONG-uri și persoane fizice interesate de construirea unui societăți incluzive.





Drepturi de autor

Informațiile din această publicație sunt protejate de legea drepturilor de autor. Copierea și/sau transmiterea fără permisiune a unor părți ale prezentului document poate constitui o încălcare a legislației în vigoare.

Cu excepția cazurilor în care sunt menționate sursele, toate ilustrațiile aparțin autorilor, iar fotografiile utilizate pentru lucrarea de față au fost realizate de autori sau colaboratori ai asociației, în timpul activităților AMAIS.

Pentru a obține permisiunea de a copia sau reutiliza orice parte a acestei lucrări, vă rugăm să trimiteți o cerere către: contact@AMAIS.ro

Întreaga documentație a „Ghidului de angajare a nevăzătorilor” a fost colectată de echipa Asociației Metodelor Alternative de Integrare Socială (AMAIS) alături de colaboratori. Ghidul a fost realizat în cadrul proiectului „Shift+Vieți”, lansat în iunie 2018 de Fundația Comunitară București și finanțat de ING Tech Romania.



Mulțumiri

Mulțumim echipei de lucru și tuturor oamenilor care au alocat timp să ne povestească din experiențele lor profesionale - ca angajatori sau candidați.

Mulțumim ING Tech și Fundația Comunitară București pentru realizarea proiectului Shift+Vieți și pentru implicarea în integrarea pe piața muncii a persoanelor cu dizabilități.

„Ghidul de angajare a nevăzătorilor” poate fi descărcat de pe site-ul <https://ghid.AMAIS.ro/descarca-ghidul/>

De aici puteți obține documentația completă sau capitolele care vă interesează, în format pdf. Acestea sunt:

Ghid

[Anexa 1 - Date demografice](#)

[Anexa 2 - Interviu](#)

[Anexa 3 - Meserii](#)



Descriere ilustrație:
Desen cu o persoană care stă pe fotoliu cu căști și un laptop. Pe fundal apare o fișă mare care poate reprezenta fișă unui pacient.

+ PSIHOLOG

Una dintre specializările universitare cele mai căutate în rândul tinerilor cu deficiențe de vedere este Psihologia. Este un job destul de accesibil pentru un nevăzător, iar o pregătire bună în domeniu îi poate ajuta pe mulți să atingă un nivel profesional înalt.

RESURSE UMANE

Categorie:	Psihologie
Domeniu activitate companii:	În funcție de specializarea din timpul facultății
Tip de muncă:	În general, joburile de psiholog sunt de birou, fie că sunt în cabinete individuale, clinici sau companii. Este un job care presupune interacțiune cu oamenii, și în multe cazuri este mult mai facilă discuția față în față cu un client, consilieră directă, decât prin mediul virtual. Totuși, în ultima perioadă este din ce în ce mai răspândit serviciul de consiliere online.
Tip contract:	• Exercițarea profesiei de psiholog se desfășoară: • în sectorul privat, în regim salarial, sau independent cu drept de liberă practică, potrivit dispozițiilor legii și ale altor reglementări și acte normative în vigoare; • în sectorul public, în care psihologii au, după caz, statutul de funcționar public, cadru didactic și alte funcții, potrivit prevederilor legilor speciale și regulamentelor sau statutelor instituției respective. • Psihologii cu drept de liberă practică pot înființa, la alegere, potrivit legii, cabinete individuale, cabinete asociate, societăți civile profesionale sau își pot desfășura activitatea în temeiul unor contracte de muncă, potrivit legii. • Există varianta de liber profesionist, ce îți permite să realizezi diferite colaborări, de exemplu cu un medic psihiatru pentru serviciile decontate de Casa Națională de Asigurări de Sănătate, sau colaborare cu diferite grădinițe particulare pentru programe speciale de dezvoltare personală.



	• Poți colabora cu diferite clinici private medicale, unde procentul este de 50%/50%. • Dacă ai un atestat de formator eliberat de Ministerul Educației, Cercetării și Tineretului. respectiv Ministerul Muncii, Familiei și Egalității de Șanse poți elibera diverse programe, cursuri, workshop-uri în domeniul psihologiei. • Dacă nu vrei să devii liber profesionist, tot ai avea nevoie de Atestat de liberă practică eliberat de Colegiul Psihologilor din România, apoi poți aplica pe joburi de psiholog cu contract de muncă. De reținut însă este faptul că angajatorii caută de obicei, pentru rolul de psiholog, experiență în rol. • Formarea ca psiholog îți permite să accesezi și alte roluri, alte joburi, cum ar fi de exemplu domeniul Resurselor Umane. Foarte mulți angajatori caută candidați care au studii de Psihologie. Dacă ești atras de partea asta vei găsi și mastere la universitate pentru domeniul Psihologie organizațională și managementul resurselor umane sau Sănătate ocupațională și performanță resursei umane. În același timp, poți fi angajat în resurse umane sau într-un ONG ori la protecția copilului sau poți fi terapeut ABA de exemplu, iar în restul timpului ai câțiva clienți.
Nivel job/ range salarial:	• Psiholog în psihologia muncii: 1.836 - 4.760 RON • Psiholog în psihologie clinică - Medicină și asistență socială pe piața muncii: 1.377 - 4.480 RON. • Un psiholog cu o experiență cuprinsă între 3 și 5 ani în psihologie, poate câștiga în medie circa 2.455 de lei net pe lună, potrivit Paylab România, (www.paylab.ro), primul comparator de salarii din România. Veniturile salariale oferite de angajatori pot însă varia în funcție de regiunea în care locuiesc, de nivelul de experiență pe care îl au în domeniu, de studii și de dimensiunea companiei în care doresc să lucreze. • Dacă dorești să-ți deschizi un cabinet individual, trebuie să faci o investiție considerabilă într-un spațiu, iar apoi într-o firmă ce funcționează aproape asemenea unui PFA. Psihologii buni din București, cei care dețin astfel de cabinete, solicită în medie 200 de lei pe ședință (o oră). Atenție însă: pentru fiecare pacient, psihologul plătește impozit la stat, plus alte cheltuieli cu firma și se poate să rămână cu jumătate din suma încasată. Deci trebuie să îți asiguri clientela.
Nivel studii:	Prin psiholog cu drept de liberă practică, denumit în continuare psiholog, se înțelege persoanele care au absolvit o instituție de învățământ superior cu diplomă de licență în psihologie sau asimilată. Legea te obligă să faci și master după facultate dacă vrei să devii psiholog autonom.



	Formarea ca psiholog este una de lungă durată, și pe alocuri scumpă, dacă nu accesezi locurile subvenționate de la buget. În permanență va trebui să mergi la workshop-uri, cursuri de formare continuă, pentru că este un domeniu în plină dezvoltare și cu cât investești mai mult în tine, cu atât vei fi un psiholog și/sau psihoterapeut mai competent. Este un domeniu în care investești resurse emoționale și financiare, ce se vor întoarce apoi spre ție, însă în timp. Este un domeniu din care îți faci o carieră, dar timpul necesar pentru construirea carierei depinde doar de tine.
Specializare în domeniu:	În exercitarea profesiei de psiholog sunt recunoscute trei trepte de specializare: a) psiholog practicant; b) psiholog specialist; c) psiholog principal. Psihologia are diferite specializări: – Psihologie clinică; – Psihoterapie; – Psihologia muncii transporturilor și serviciilor; – Psihologie educațională, consiliere școlară și vocațională; – Psihologie pentru apărare, ordine publică și siguranță națională. Trecerea psihologilor în trepte de specializare superioare se poate realiza la solicitare, după minimum 5 ani de exercitare a profesiei, dacă sunt îndeplinite și celelalte condiții de formare profesională stabilite de fiecare comisie aplicativă. 1. Comisia de psihologie clinică și psihoterapie desfășoară proceduri și activități specifice de evaluare în vederea atestării dreptului de liberă practică al psihologilor în următoarele specialități: a) psihologie clinică; b) consiliere psihologică; c) psihoterapie. Competența în specialitatea psihoterapie poate fi dobândită și de absolvenți ai facultăților de medicină generală (medicii psihiatri), asistență socială, filosofie, pedagogie, teologie, cu condiția completării studiilor universitare cu un pachet de discipline de specialitate stabilit prin hotărâre a Comitetului director, precum și formării complementare. Psihologul atestat în specialitatea psihoterapie are și toate competențele psihologului atestat în specialitatea consiliere psihologică, pe trepte similare de specializare.



2. Comisia de psihologia muncii, transporturilor și serviciilor desfășoară proceduri și activități specifice de evaluare în vederea atestării dreptului de liberă practică al psihologilor în următoarele specialități:

- a) psihologia muncii și organizațională;
- b) psihologia transporturilor;
- c) psihologia aplicată în servicii.

3. Comisia de psihologie educațională, consiliere școlară și vocațională desfășoară proceduri și activități specifice de evaluare în vederea atestării dreptului de liberă practică al psihologilor în următoarele specialități:

- a) psihologie educațională, consiliere școlară și vocațională;
- b) psihopedagogie specială.

4. Comisia de psihologie pentru apărare, ordine publică și siguranță națională desfășoară proceduri și activități specifice de evaluare în vederea atestării dreptului de liberă practică al psihologilor în următoarele specialități:

- a) psihologie aplicată în domeniul securității naționale;
- b) psihologie judiciară - evaluarea comportamentului simulat prin tehnică poligraf.

Un job interesant este cel de psiholog criminalist, ce necesită un master în Psihologie aplicată în domeniul securității naționale. Cel mai probabil vei lucra ca psiholog într-un penitenciar sau în unități militare unde vei testa periodic personalul unității.

Competența în specialitatea psihologie judiciară - evaluarea comportamentului simulat prin tehnică poligraf poate fi obținută și de către absolvenții facultăților de Drept, cu condiția completării studiilor universitare cu un pachet de discipline de specialitate.

Psihologul atestat în specialitatea psihologie aplicată în domeniul securității naționale are toate competențele psihologului atestat în specialitatea psihologia muncii și organizațională, pe trepte similare de specializare.

5. Terapeut ABA (lucrezi cu copiii cu autism, diferite forme de retard, epilepsii, pe scurt cu copii care au întârzieri în dezvoltare). Dacă vrei să te dezvolti în domeniul acesta, va trebui să faci master (Psihopedagogie Specială) și formări în ABA.

6. Poți merge înspre cercetare în psihologie, dacă îți place statistica și vrei să continui după ce termini facultatea.

7. Psihoterapeut sau psiholog clinician: trebuie să știi că e un drum lung și poate fi costisitor.



	După 7 ani poți fi psihoterapeut sub supervizare. Sub supervizare înseamnă că ești încă înscris într-o școală de psihoterapie și îi urmezi cursurile de formare continuă. Abia după 8 ani vei fi psihoterapeut autonom.
Cerințe suplimentare:	Se poate cere și o limbă străină, engleza sau orice alta limba de circulație internațională.
Ce urmăresc angajatorii/ clienții în cazul psihologilor:	În cazul unui psiholog practicant: În momentul în care o persoană alege un psiholog cu care să discute, abordarea sa, metode și tehnici pe care le folosește, pregătirea pe care o are, experiență și dacă a mai lucrat cu cazuri similare cu cel cu care te duci la psiholog, stilul de lucru al psihologului. Foarte important aici e felul în care acesta interacționează cu oamenii, cum se conectează cu ei pentru a-și construi relațiile și mai ales și pentru a fi recomandați mai departe. Exemple de abilități urmărite de angajatori: • Doctorat în psihologie clinică sau echivalent • Licență de stat • Experiență de peste 2 ani în psihologia clinică, îngrijirea primară sau medicină comportamentală • Cunoștințe aprofundate și experiență în psihologia individuală, de grup, cupluri și familie • Abilitate demonstrată în supravegherea personalului clinic și a stagiarelor • Experiență dovedită în administrarea rezultatelor studiilor curente în programa clinică • Abilități excelente de comunicare scrisă și verbală.
Cum pot aplica:	În timpul facultății caută să faci voluntariat, în ce domeniu psihologic vrei, în baza unui Contract de Voluntariat, care ține locul experienței. Ideal ar fi să urmezi și ore de dezvoltare personală, esențiale în meseria de psiholog, ore cerute și de Colegiul Psihologilor din România la atestare. Aceste ore de dezvoltare personală te vor ajuta să te dezvolți și să lucrezi cu pacientul/clientul cât mai bine. După ce obții atestatul de liberă practică pe specialitatea care o dorești, îți cauți un supervisor pe care îl vei plăti, adică lunar vei merge cu activitatea ta profesională și obții îndrumare și validare, timp de un an. După această perioadă revii la Colegiul Psihologilor din România, îți depui dosarul pentru trecerea în următoarea treaptă de specializare - practicant autonom. Urmează după 5 ani, psiholog specialist, iar după alți 5 ani, psiholog principal pe specialitatea aleasă de tine.



Aplicare joburi

Platformele Social media: LinkedIn, Facebook.

Ideal este să ai cont pe platforma LinkedIn - care este folosită atât pentru postarea de anunțuri, dar și pentru recrutări directe. Există campanii de recrutare și pe Facebook și pe Instagram. Trebuie să urmărești profilele de companii care va interesează.

Se poate aplica și de pe diferitele platforme de joburi încă:

- Ejobs;
- Hipo.ro - folosit îndeosebi pentru internshipuri, joburi de entry level. Au o secțiune dedicată pentru internship & trainee marathon;
- Best jobs;
- Myjobs.

Se merge foarte mult și pe recomandări din partea prietenilor/ cunoștințelor, care te pot recomanda către alți prieteni, cunoștințe care lucrează deja în companii care au departamente de legal.

Se poate aplica și direct pe site-urile companiilor.

Grupurile de Psihologie sau de Resurse umane sunt o bună sursă nu numai pentru joburi, dar și pentru a citi din experiență altor specialiști din domeniu, de a interacționa cu ei și chiar pentru a construi o bază de clientelă.

Descrierea jobului: Taskuri și responsabilități

GENERAL

Psihologul cu drept de liberă practică desfășoară următoarele tipuri de activități:

- a) studiul comportamentului uman și al proceselor mentale;
- b) investigarea și recomandarea căilor de soluționare a problemelor psihologice;
- c) elaborarea și aplicarea de teste pentru măsurarea inteligenței, abilităților, aptitudinilor și a altor caracteristici umane;
- d) testarea psihologică, prevenirea și psihoterapia tulburărilor emoționale și de personalitate, precum și a fenomenelor de inadaptare la mediul social și profesional;
- e) interpretarea datelor obținute și elaborarea recomandărilor pe care le consideră necesare.

SPECIFIC

Cariere în psihologie: domeniul asistenței medicale și terapie

Psiholog expert

Cu studii și cursuri de formare vei putea dobândi calificare ca psiholog expert. În această calitate vei lucra cu oameni din toate mediile, atât pacienți, cât și clienți.

Vei analiza comportamente, gânduri și emoții, în scopul de a înțelege mai bine și de a oferi consiliere cu privire la anumite acțiuni și/sau probleme psihologice. Ca psiholog expert, poți alege să te specializezi într-o serie de domenii, inclusiv psihologie ocupațională, psihologie educațională, sportivă și mintală.

Atenție însă: Dacă dorești să devii psihiatru - medic specializat în diagnosticarea și tratamentul tulburărilor de sănătate mintală, va trebui să ai o diplomă în domeniul medical.



Psihoterapeut

Un psihoterapeut poate avea diverse volume de muncă, va lucra cu indivizi, cupluri, grupuri și familii, în scopul de a-i ajuta să depășească problemele psihologice, inclusiv problemele emoționale și cele legate de relație, stres și chiar dependență.

În funcție de ce alegi ca specializare în timpul facultății de psihologie, precum și în funcție de interesele personale, ai posibilitatea să lucrezi ca psihoterapeut, folosind un număr de abordări diferite, cum ar fi terapii psihanalitice și psihodinamice, precum și terapie prin artă, dramaterapie, psihoterapie umanistă și integratoare, hypno-psihoterapie și terapie experimentală. Tipurile de cariere de psihologie în domeniul terapiei includ terapeut, kinetoterapeut, terapeut muzical, mentor, terapeut de familie și terapeut existențial.

Asistent social

Un asistent social este o persoană care lucrează cu oamenii care trec prin perioade dificile din viață lor. Acestea includ adesea grupuri cum ar fi copiii sau persoanele în vârstă, persoanele cu handicap și victimele infracțiunilor și abuzului. Ca asistent social poți lucra în cadrul școlilor, în case, spitale sau alte instituții publice.

Un asistent social va fi specializat în lucrul cu copiii și familiile sau cu adulții vulnerabili. Se poate lucra inclusiv în domenii precum: pediatrie, dependență, dizabilitate, geriatrie, spitale și clinici, eliberare condiționată, probațiune, sănătatea mintală, sănătate publică, școli, centre de sprijinire a victimelor și abuzuri de substanțe.

Cariere în psihologie: domeniul învățământ

Absolvenții de psihologie pot fi profesori la nivel primar, secundar sau terțiar, sau pot lucra în cadrul serviciilor sociale pentru a ajuta la susținerea învățării în cadrul comunității, sau în penitenciare, pentru a oferi suport tinerilor infractori. Pentru a fi psiholog educațional, vei avea nevoie de aceleași calificări ca orice psiholog (studii de master și formare continuă). Pentru a deveni profesor de psihologie, în funcție de nivelul pe care îl alegi, îți va trebui o calificare de predare suplimentară. Cu toate acestea, absolvenții de psihologie pot fi căutați în cadrul educației și învățământului datorită cunoștințelor lor psihologice. Pentru a avea o carieră în învățământul terțiar (colegii și universități), vei avea nevoie probabil de studii extra, cum ar fi master și/sau doctorat.

Cariere în psihologie: domeniul cercetării

Carierele în psihologie în domeniul cercetării sunt necesare în cadrul agențiilor de cercetare, organizațiilor publice și private, sau, așa cum se întâmplă adesea, în universități.

Carierele în cercetare din cadrul altor sectoare sunt chiar mai ample: contribuirea la dezvoltarea politicii guvernamentale (în domenii cum ar fi alimentația sănătoasă și exercițiile fizice) sau aspecte importante pentru industrie (îmbunătățirea productivității muncii, de exemplu). Ai putea lucra, de asemenea, pentru o organizație caritabilă sau o altă organizație non-profit, sau poți conduce cercetarea pentru a ajuta la rezolvarea problemelor cum ar fi cele de vorbire, leziuni cerebrale, dezvoltarea copilului sau impactul drogurilor legale și ilegale asupra sănătății psihice.

NIVEL EDUCAȚIE ȘI CALIFICARE

Facultăți

Orice facultate acreditată de Psihologie.

Dacă alegi să studiezi psihologia la universitate, este bine să știi că există multe domenii diferite, pe care poți să te concentrezi. Acestea includ sănătate, domeniul clinic, educațional, cercetare și predare, profesional, consiliere, neuro, sport și criminalistică.



De multe ori în timpul facultății de psihologie poți obține o cunoaștere largă în toate aceste domenii, înainte de a te specializa în una sau două zone de interes, după primul sau al doilea an. Aceste domenii de specializare te pot ajuta să pornești către o carieră în psihologie, după absolvire.

Cursuri în domeniu:

Orice curs în domeniu este binevenit, un plus față de studiile din facultate. Este un domeniu activ și este foarte important să știi să interpretezi legea. Iar formarea continuă este chiar de preferat, dacă nu chiar obligatorie, pentru a te forma ca psiholog.

ABILITĂȚI CERUTE

Absolvenții de psihologie pot oferi perspective valoroase în comportamentul uman, având capacitatea de a analiza probleme, asculta cu atenție și acționa cu empatie și rațiune.

Alte abilități căutate de angajatori includ capacitatea de a discuta și analiza probleme complexe, conștientizarea unei bune comunicări și abilitatea de a da sfaturi atent.

Abilități interpersonale: Deoarece această carieră are ca scop studierea și ajutorul persoanelor, va trebui să aveți abilități interpersonale puternice, ceea ce înseamnă că va trebui să relaționați bine cu oamenii.

Abilități de comunicare: Profesioniștii a căror muncă implică vorbirea și ascultarea clienților trebuie să aibă abilități excelente de comunicare verbală și ascultare activă.

Răbdare: Tratatamentul durează mult. Prin urmare, veți avea nevoie de multă răbdare pentru a vedea tratamentul până la încheierea acestuia.

Încredere: Un psiholog trebuie să fie de încredere, deoarece se așteaptă că informațiile despre pacienți să fie confidențiale.

Empatie: Trebuie să aveți capacitatea de a înțelege și de a va identifica cu experiențele altei persoane pentru a o ajuta să înțeleagă cauza sentimentelor lor.

Abilități de gândire critică: un psiholog trebuie să aibă abilități puternice de gândire critică pentru a stabili un diagnostic precis și pentru a dezvoltă un plan de tratament adecvat.

ABILITĂȚI PREFERATE

O limba străină, de circulație internațională – poate fi un atu

Specializare pe o anumită ramură, dar și cu experiență sau cunoștințe în alte ramuri – un atu

DETALII EXTRA

Surse importante de reținut, care vor fi de folos:

- Colegiul Psihologilor din România : <https://alegericpr.ro/>
- Codul Deontologic al meseriei de psiholog
- Legea nr. 213/2004 privind exercitarea profesiei de psiholog cu drept de liberă practică, înființarea, organizarea și funcționarea Colegiului Psihologilor din România.
- Norma metodologică de aplicare a Legii nr. 213/2004 privind exercitarea profesiei de psiholog cu drept de liberă practică, înființarea, organizarea și funcționarea Colegiului Psihologilor din România din 14.07.2005

Psihologia nu este domeniul potrivit oamenilor care vor să termine o facultate să-și ia un job și să aștepte să se întâmple lucruri pentru ei de la natură. Este un domeniu în care te implici, investești, îți faci relații.

Dacă ți-ai dat seama că nu vrei să fi psiholog îți poți cauta un loc de muncă în resurse umane. Cererea e mare, se caută candidați cu studii în Psihologie.



TEHNOLOGII

A. OBLIGATORII

I. Software

- **Cititor de ecran:** NVDA (open source), JAWS;
- **Browser:** Mozilla Firefox, Google Chrome;
- **Softuri speciale:** softuri de specialitate, cu mențiunea să aibă documentație minimă de accesibilitate pe site-ul producătorului;
- **Comunicare:** WhatsApp, Skype, Hangouts, Google Meet, Google Drive.

II. Hardware

- Computer cu Windows sau macOS.

B. RECOMANDATE

- Soft de transformare a imaginii în text: Abby Fine Reader;
- Telefon mobil cu sistem Android cu cititor de ecran android talkback/ Iphone voiceover;
- Scanner.

ACCESIBILIZAREA SPAȚIULUI



Work from home/lucrat de acasă: se personalizează în funcție de tipul de lucru.



Spațiul public (traseu până la locul de muncă)



Orientare și informații

- Marcarea tactilă și vizuală a obstacolelor / trecerilor de pietoni / schimbărilor de sens / reperelor prin marcaje standard sau chiar diferențe de texturi utilizate în rezolvarea pavimentului;
- Semnalizarea traseelor pietonale prin marcaje tactile și vizuale de direcționare;
- Utilizarea contrastelor vizuale și tactile sau a diferențelor de nivel pentru a demarca diverse zone: ex. carosabil versus zonă pietonală;
- Montarea semafoarelor cu semnal acustic sonor pietonal;
- Montarea unor plăci cu planul tactil al intersecțiilor pe stâlpii semafoarelor;
- Hărți tactile și sau machete cu intersecțiile sau zonele de interes;
- De evitat montarea sau folosirea diverselor elemente în consolă în zona de circulație pietonală;
- Pe traseele de deplasare trebuie evitată amplasarea diverselor elemente de mobilier urban;
- De evitat crearea unor obstacole prin elemente de design urban cu o

înălțime mai mică de 75 cm, deoarece creează situații periculoase pentru persoanele cu deficiențe de vedere (ex. garduri), dacă nu se pot evita, ar trebui marcate tactil și vizual.

Circulație

- Este recomandat să existe cel puțin 2m lățime, liberi de orice fel de obstacole;
- Lățimea minimă liberă a circulației poate fi de 90 cm pentru trafic într-un singur sens și foarte rar în sens opus, dar doar dacă există și zone mai generoase de-a lungul traseului;
- Orice întrerupere a pavimentului - ex. rigole sau rosturile plăcilor - nu ar trebui să fie mai mari de 10mm pentru a nu bloca bastonul;
- Dacă există un grătar metalic folosit ca suprafață de circulație, ochiurile ar trebui să fie de maxim 10x20mm;
- Căminele de vizitare pentru canalizare ar trebui evitat să fie proiectate pe traseul pietonal deoarece deschise (ex. în timpul unei avarii) pot reprezenta un risc de cădere sau de împiedicare;
- De evitat să fie legate biciclete de balustradele rampelor sau treptelor;
- Rampele de la trecerile de pietoni ar trebui făcute în direcția de circulație pentru a ghida persoana cu deficiențe de vedere în direcția corectă pe trecerea de pietoni.

Accesuri

- Semnalizarea tactilă și vizuală a accesurilor;
- Marcarea accesurilor pe hărțile tactile sau machete;
- De evitat ușile rotative, dacă nu se poate, ar trebui să existe și o altă variantă - o ușă batantă sau glisantă, automată, ușor de identificat;
- Marcarea ușilor de sticlă cu colant la 10 cm și 130 cm și marcarea conturului ușilor;
- Dacă există zone pietonale aduse la aceeași înălțime cu carosabilul (facilitează transferul dintr-un taxi în zona de acces pentru o persoană în scaun rulant) atunci acestea ar trebui să fie clar demarcate vizual și tactil, în lipsa bordurii.

Finisaje

- Antiderapante (chiar și în condiții de ploaie);
- Să existe o regulă între finisajele utilizate și funcțiunile zonelor respective;
- În general, finisajele pentru paviment sau mobilier urban nu ar trebui să creeze reflexii puternice pentru a nu dezorienta;

- Balustradele metalice trebuie evitate, deoarece pot deveni foarte reci în condițiile de iarnă. Persoanele care vor folosi balustrada în ghidare sau susținere o vor găsi rece extrem de incomodă și, chiar, dureroasă în utilizare;
- Atât balustradă, cât și alte elemente de mobilier urban (ex. coșuri de gunoi) ar trebui să aibă culori în contrast cu fundalul (pereți, paviment) pentru a putea fi mai ușor identificate.

Iluminat

- Iluminarea corespunzătoare a traseelor și a punctelor de interes;
- Luminile cu o sursă de strălucire ce creează contraste puternice cu zonele întunecate ar trebui evitate.

Vegetație

- Utilizarea plantelor pentru a reduce din poluarea acustică provenită din zona carosabilă intens circulantă;
- Toaletarea corespunzătoare a arborilor pentru a nu avea crengi pe traseul de circulație pietonală la înălțimi mai mici de 2100mm.

Mobilier urban

- Bolarzi: Pentru a fi sesizabili de către persoanele cu deficiențe de vedere, bolarzii vor avea o înălțime cuprinsă între 70 și 90 cm de la nivelul finit al trotuarului; de asemenea ar trebui marcați vizual (colant sau chiar sursă de lumină);
- Bolarzii nu ar trebui să fie niciodată legați între ei cu lanțuri sau sfori;
- Mobilierul urban ar trebui să fie poziționat în afara traseului de circulație și să fie în contrast cu fundalul pentru a fi ușor de identificat;
- Dacă anumite elemente au nevoie de instrucțiuni de folosire, acestea să fie cu caractere latine (mesaje scurte, concise) tactile, Braille și pictograme;
- Indicatoarele și panourile stradale trebuie să aibă cel 2100mm liber între ele și paviment;
- Elementele de aceeași culoare cu fundalul, care nu se disting ușor, ar trebui marcate vizual (ex. stâlpi de electricitate de aceeași culoare cu pavimentul - bandă roșie pusă la 1500mm de la nivelul pavimentului);
- Utilizarea cișmelelor cu surse de apă la mai multe înălțimi care au și vas pentru animale de companie/câini ghizi.



Mediul de lucru



Incintă

- Hărți tactile sau machete cu incinta pentru a putea înțelege mai ușor traseul, locurile de socializare, accesurile, pozițiile clădirilor sau ale altor repere/funcțiuni etc.;
- Elemente de signalistică cu informații în Braille, caractere latine, pictograme și/sau descrieri și indicații audio, QR Codes cu informații de citit cu voiceover sau de ascultat;
- Demarcarea zonelor de circulație de alte funcțiuni prin tratări diferite ale pavimentului.



Accesuri

- Semnalizarea tactilă și vizuală a accesului;
- Ușile de acces ar trebui să fie în contrast cu suprafețe din jur, dacă nu este posibil, atunci ar trebui să existe un contrast între conturul ușii și restul finisajului;
- Poziționarea accesului principal în apropierea căii de circulație;
- Pot fi utilizate și repere sonore (ex. sursă de apă - fântână) sau olfactive (ex. plante cu o aromă ușor de identificat) pentru a marca accesul;
- Marcarea pe hartă tactilă / machete;
- De evitat ușile rotative și, dacă nu se poate, să aibă sistem de încetinire și un acces secundar cu uși batante sau glisante, automate;
- Control acces și interfon ușor de identificat și în contrast cu fundalul, de preferat, poziționate în apropiere mânerelor ușilor;
- Marcarea ușilor de sticlă cu colant la 10 cm și 130 cm;
- Mobilierul din zonele de așteptare ar trebui să fie în contrast cu fundalul pentru a fi ușor de identificat;
- De evitat utilizarea pragurilor în zona de acces.



Finisaje

- Creare contraste vizuale și tactile între diversele funcțiuni;
- De evitat utilizarea suprafețelor neregulate precum cele din nisip, pietriș sau pământ pentru zonele de circulație;
- Pentru utilizatorii de baston sunt recomandate suprafețele regulate și rigide și în interior. De exemplu, un covor foarte moale poate îngreuna utilizarea bastonului;
- De evitat utilizarea preșurilor, dar dacă sunt necesare (intrări, recepție) ar trebui să fie aibă marginile foarte bine prinse de pardoseală pentru a evita

alunecarea sau împiedicarea;

- Dacă se utilizează pietriș acesta ar trebui să fie compactat și/sau stabilizat;
- De evitat utilizarea suprafețelor lucioase pe care pot reflecta lumina soarelui sau/și alte surse de iluminat. Suprafețele lucioase pot da și senzația de ud și să creeze disconfort pentru persoana care circulă;
- În zonele de circulație nu ar trebui să fie utilizate modele grafice care pot da senzația unor obstacole sau linii care să creeze iluzia unor trepte;
- Pentru uși și panouri de sticlă este nevoie să existe marcaje vizuale la nivelul ochilor la 100mm și 1300mm sau 850-1000mm și la 1400-1600mm. Marcajele trebuie să fie în contrast cu fundalul și să fie vizibile din ambele părți și indiferent de lumina din cele două spații. Pentru același element perceput din interior și exterior se pot folosi culori sau nuanțe diferite;
- Este recomandată utilizarea finisajelor în contrast vizual și tactil pentru crearea unor trasee de circulație și pentru a facilitat orientarea în spațiu. De asemenea, diversele texturi sau culori ale pardoselii pot fi repere pentru a identifica etaje, zone, funcțiuni.

Iluminat

- Iluminarea corespunzătoare a traseelor și a punctelor de interes (ex. accesuri);
- de evitat utilizarea luminilor care creează umbre puternice pe pereți sau pardoseală deoarece pot da senzația că există obstacole acolo sau să mascheze existența unei diferențe de nivel;
- Luminile nu ar trebui să lase umbre puternice pe trepte sau pe rampe pentru a nu acoperi marginile acestor suprafețe.

Acustică

- De recomandat tratamente acustice din diverse materiale textile, panouri din lemn perforat, plante pentru a reduce din zgomotul de fond care se poate crea în spații mari (ex. la recepție unde ai nevoie să te orientezi și poate deveni foarte obositor dacă este mereu și un zgomot de fond).

Sisteme de alarmă

- Toate sistemele de alarmă ar trebui să ofere indicații vizuale și sonore și ar trebui să aibă instrucțiuni de folosire în caractere latine, Braille și pictograme;
- Sistemele de alarmă nu ar trebui să depășească 120dB pentru a nu crea dezorientare.



Utilizare

- Informații despre utilizare în negru, Braille, pictograme și/sau indicații audio (ex. indicații pentru întrerupătoare);
- Poziționarea funcțiilor importante (recepție, info, hărți tactile, machete, grupuri sanitare) în traseul de circulație sau în apropiere pentru a putea fi identificate ușor.



Altfel de repere

- Se pot crea repere în orientare prin mobilier, finisaje, plante (textură și miros), curenți de aer etc.;
- Orice fel de elemente de signalistică de orientare și informare ar trebui să ofere informații vizuale și tactile (opțional și audio);
- Pentru unele persoane este dificil de citit Braille-ul pe o suprafață verticală, este recomandat ca suprafețele în Braille să fie înclinate între 45 și 60 grade față de suprafața de călcare;
- Pentru hărțile tactile este recomandat să existe legendă, element pentru a înțelege scara la care este harta, puncte cardinale sau alte sisteme de referință pentru a identifica poziția. Opțional: pot exista și sisteme audio care explică cum se folosește harta respectivă.



Mobilier / echipamente

- Mobilierul sau echipamentele ar trebui să fie în contrast cu fundalul. Cu cât suprafața obiectului este mai mică, cu atât contrastul ar trebui să fie mai puternic pentru a facilita identificarea (valabil și pentru întrerupătoare, prize, butoane de alarmă, butoane pe un interfon, sonerii etc.);
- Este recomandată utilizarea suprafețelor care reduc reflexiile;
- Interfonul sau sistemul de acces este recomandat să fie poziționat în apropierea clanțelor ușilor;
- Utilizarea materialor cromate pentru interfon sau control acces poate deruta persoana cu deficiențe de vedere din cauza reflexiilor;
- Interfonul sau sistemul de control acces ar trebui să fie în contrast cu fundalul fie din finisajul lui sau utilizând lumini;
- Dacă există card de acces, ar trebui să aibă un simbol tactil pe partea activă pentru a putea fi poziționat corect de persoana cu deficiențe de vedere;
- Butoanele pentru diverse echipamente este recomandat să fie în relief și să aibă simboluri/litere/cifre embosate pe ele;
- Este recomandată utilizarea mobilierului modular – creează repere și facilitează orientarea;

- Biroul în formă de L ar putea fi mai ușor de utilizat – sau de tip alveolă, pentru a avea o suprafață mai mare de lucru;
- Pentru persoanele cu rest de vedere este importantă lumina naturală sau o lumină artificială corespunzătoare;
- Posibilitatea de a avea acces la diverse lupe în spațiul de lucru;
- Existența unui suport mobil de ecran;
- Existența unui suport pentru baston (ex. la birou sau în sălile de meeting);
- Depozitățile ar trebui să fie solide și stabile, fără colțuri sau muchii ascuțite, în contrast cu fundalul sau cu margini evidențiate. Mânerele și încuietorile ar trebui să urmeze aceeași regulă. Dacă există numerotări pe dulapuri acestea ar trebui să fie inclusiv tactile.



Alte cerințe

- Pentru o persoană cu deficiențe de vedere este important să existe reguli în amenajarea spațiului pe care le poate reține (ex. circulația este mereu delimitată de un anumit tip de depozitări, întrerupătoare cu aceleași funcțiuni să fie poziționate la fel în tot spațiul etc.), dar și spații cu identitate care pot crea repere (ex. un open space monoton ar putea fi întrerupt din când în când cu spații de relaxare în care identifici alte obiecte de mobilier și texturi), informații transmise tactil sau audio (de preferat ambele);
- Este recomandat, pe cât posibil, ca ușile din spațiu să se deschidă în același sens față de circulația principală;
- Ușile din spațiu ar trebui să fie în contrast cu pereții;
- Unde există uși fără amortizor, ce ar putea rămâne întredeschise, este recomandată marcarea cantului ușii într-o culoare în contrast cu restul foii de ușă;
- Clanțele ușilor ar trebui să fie în contrast cu foaia de ușă.

Adaptări după funcțiuni:



Recepție

- Ar trebui să le ofere vizitatorilor o zonă de acomodare în trecerea de la lumina de afară, la cea din interior. De aceea lumina dintr-un lobby ar trebui să se modifice pe parcursul zilei odată cu contrastul interior/exterior;
- Suprafețele lucioase (ex. suprafețele vitrate) nu ar trebui să reflecte diverse lumini care ar putea induce în eroare sau crea disconfort;
- Corpul de recepție ar trebui să fie vizibil, poziționat pe traseul de circulație de la intrare și să nu existe obstacole pe drumul spre el;

- Blatul de recepție sau cantul lui ar trebui să fie în contrast cu restul corpului;
- Surse de lumină puternice (naturale sau artificiale) nu ar trebui poziționate în spatele recepționarului;
- Unde este necesară utilizarea turnicheților, este recomandat să existe și o poartă accesibilizată de cel puțin 950mm. Aceasta ar trebui să fie în contrast cu restul aparatului și să fie marcată cu pictogramă vizuală și tactilă.



Alimentație

- Marcarea în Braille, negru, pictogramă a conținuturilor dulapurilor; din zonele de cafeteria / săli de mese;
- Utilizarea unui contrast între blatul de lucru, uși, sertare și fundal sau marcarea muchiilor;
- Evitarea echipamentelor electrocasnice cu control exclusiv touchscreen;
- Hartă tactilă cu pozițiile meselor/mobilierului (de evitat schimbarea pozițiilor mobilierului sau folosirea unei hărți flexibile în care se pot repositiona elementele);
- Automatele cu diverse produse ar trebui să aibă indicații cu caractere latine în relief și Braille și/sau indicații audio (posibilitatea de a te conecta cu căști).



Comunicare cu colegii

- Existența unor elemente tactile prin care să poți recunoaște birourile/ zonele de lucru ale colegilor;
- O hartă tactilă a spațiului pentru a putea avea informații despre localizare echipelor.



Zone de relaxare

- Hartă tactilă a lor;
- Să nu fie schimbată poziția obiectelor foarte des sau acest lucru să fie comunicat prin hartă;
- Recomandate obiecte care oferă și o reducere a zgomotului.



Evacuare

- Existența unui plan tactil de evacuare;
- Ușa de evacuare marcată prin contrast față de fundal (ex. între panoul ușii și peretele pe care este);
- Delimitarea traseului de evacuare prin contraste vizuale și tactile;

- Contrast între trepte și contratrepte, balustradă și fundal;
- Marcate muchiiile treptelor;
- Utilizare materiale antiderapante.



Zona de lucru individual

- Organizată;
- Cu repere multi-senzoriale;
- Posibilitate de personalizare.



Zona de lucru la comun

- Tratare acustică pentru a reduce zgomotul produs de cei din jur;
- Demarcarea tactilă și vizuală a zonelor de lucru de cele de circulație.



Grupuri sanitare

- Ar trebui să fie marcate prin pictograme bine poziționate și ușor de găsit care indică dacă toaletele sunt împărțite pe sexe sau nu, dacă sunt accesibilizate etc.;
- Pictogramele utilizate ar trebui să fie în relief, în forme simple, ușor de perceput. Este de evitat ca simbolurile să aibă foarte multe detalii mici și greu de perceput tactil;
- Este important ca muchiile elementelor tactile ale pictogramelor să fie rotunjite pentru a evita disconfortul sau posibilitatea de a răni la atingere;
- Păstrarea unei reguli de amplasare a obiectelor – dispenser săpun, prosoape etc.;
- Contraste vizuale și tactile între echipamentele sanitare și fundal;
- Cabinele mai mari sunt utile și pentru persoanele însoțite de câine ghid;
- În toaletele accesibilizate ar trebui să existe un cablu pentru alarmă sau mâner în contrast cu fundalul și ușor de reperat, ce poate fi utilizat și de pe pardoseală;
- De evitat utilizarea suprafețelor lucioase în băi care pot crea reflexii puternice.



Facilități pentru câinele ghid (interior și exterior)

- Cișmele accesibilizate sau surse de apă la diverse înălțimi pentru a putea fi utilizate și de câinele ghid;
- Cabine de toaletă mai mari;
- Spațiu în zonele de așteptare/socializare lângă scaune sau pentru câinele ghid.



Circulație:



Trepte:

- Contratreptele este recomandat să fie pline pentru a evita confuzia vizuală;
- Este necesar contrastul dintre treaptă și contratreaptă;
- Marcarea vizuală a marginilor treptelor cu o bandă în contrast cu restul finisajului, aceasta ar trebui să fie și antiderapantă;
- Nu este recomandat să fie folosite două benzi de culori diferite pentru a face această marcă deoarece pot confuza persoana în legătura cu poziția muchiei treptei;
- Utilizare materiale antiderapante;
- Este necesar să existe balustradă pe ambele părți și să fie continuă de-a lungul circulației verticale;
- Aceasta poate fi utilizată și pentru informare și direcționare;
- Marcare vizuală și tactilă la începutul și finalul treptelor (ex. din finisajele utilizate ce se pot simți diferit la călcare și pot avea și sunete diferite) mai ales când treptele sunt poziționate în calea de circulație;
- De evitat diferențe de nivel de o singură treaptă deoarece reprezintă pericol de împiedicare;
- Suprafața de sub trepte ar trebui să fie închisă pentru a evita accidentele;
- Când scările sunt obiecte independente sau încastrate în perete, în orice zonă cu o înălțime liberă până la pardoseală sau paviment sub 2100mm ar trebui să fie împiedicat accesul (ex. prin utilizarea jardinierei cu plante cu înălțime de 90cm sau cu parapet).



Rampe:

- Suprafața înclinată ar trebui să fie în contrast cu suprafața orizontală;
- Este necesar să existe balustradă pe ambele părți, se poate folosi și pentru a oferi informații în orientare și informare cu plăci cu simboluri tactile, Braille sau caractere latine în relief;
- Utilizare materiale antiderapante;



Lifturi:

- Panou comandă cu posibilitate de conectare căști pentru a asculta indicațiile, dacă este touchscreen, sau cu butoane în Braille, semnale sonore pentru identificarea liftului când ajunge);
- Ușile lifturilor ar trebui să fie în contrast cu pereții sau cu fundalul;

- Este indicat să existe o placă cu numărul etajului în relief în apropiere panoului de control exterior al liftului;
- Toate butoanele ar trebui să fie în contrast cu plăcile pe care sunt montate, iar aceste plăci în contrast cu fundalul pe care sunt montate;
- Butoanele de control este recomandat să aibă minim 50mm diametru sau 50x50mm, cu numere embosate sau simboluri tactile și Braille;
- Este indicat să existe și un semnal sonor pentru a indica venirea liftului sau direcția în care o ia (ex. un clinchet pentru liftul care urcă, două pentru cel care coboară). În cazul în care sunt mai multe lifturi în același hol care vin concomitent ar fi nevoie de diferențiere audio pentru a identifica liftul solicitat de persoana respectivă;
- De evitat utilizarea panourilor de control touchscreen, dacă nu se poate, atunci acestea au nevoie de un colant în Braille peste ele sau de posibilitate de a te conecta cu căștile și a folosi un voiceover pentru ecranul respectiv;
- Este recomandat ca suprafața de călcare din lifturi să nu fie închisă la culoare și în contrast foarte puternic față de pereții liftului pentru a asigura persoana că nu calcă în gol;
- Totuși, pereții liftului ar trebui să aibă un contrast cu pardoseală pentru a putea fi identificate dimensiunile spațiului și este recomandat să reflecte cât mai puțin lumina pentru a nu crea disconfort sau a deruta.



Circulație orizontală

- Suprafața căilor de acces trebuie să fie regulată, cu o rigiditate ridicată și cu o bună aderență;
- Este de evitat ca elementele structurale să intre mai mult de 100mm în zona de circulație. În situațiile în care acest lucru este inevitabil, cum ar fi într-o clădire existentă în care elementele structurale nu pot fi modificate, ar trebui prevăzută o șină de protecție la nivelul pardoselii cu contrast vizual și tactil;
- Traseele de circulație (ex. acces-recepție) pot fi marcate vizual și tactil prin utilizarea de finisaje cu texturi și culori diferite, în contrast cu restul zonelor;
- Dacă sunt zone în care oamenii pot aduce apă pe pantofi - suprafețele ar trebui să fie antiderapante chiar și dacă sunt ude.
- Este recomandat să existe bare de susținere de-a lungul coridoarelor. Acestea ar trebui să fie în contrast cu fundalul și pot fi folosite și pentru a oferi ghidaje și informații tactile;
- Nu ar trebui să existe obiecte poziționate pe traseul de circulație și nici obiecte care ies în consolă mai mult de 100mm;
- De evitat suprafețele foarte lucioase pentru pardoseală.



Siguranța sanitară

De ce este mai dificilă criza sanitară actuală pentru nevăzători și cei cu surdocecitate?

- Se bazează în orientare și comunicare pe tactil;
- În cazul surdocecității sunt afectați și interpreții deoarece trebuie să fie în contact direct cu beneficiarii;
- Ating bastonul, trebuie curățat, ar fi de ajutor și un suport pentru baston în cadrul mediului de lucru;
- Nu pot aproxima distanțele la fel de ușor – este nevoie de repere tactile realizate din finisajele de pardoseală, mobilier sau marcaje tactile;
- Majoritatea marcajelor referitoare la distanțe sau număr de persoane au fost montate ca autocolant și nu există repere tactile.



Sugestie de amenajarea pentru pregătirea echipei

Realizarea unor zone de tip Empathy corners/Zone de empatie - ar putea ajuta la pregătirea echipei pentru a deveni mai incluzivă. Este important ca aceste zone să aibă o relație puternică cu simțurile (ideal toate 5) și să ofere o stare de siguranță, relaxare, să fie un mediu bun de socializare, dialog. Poate exista și o zonă de informare cu privire la diverse grupuri vulnerabile, povești ale unor oameni reali, informații despre nevoi etc.¹. Aceste zone pot fi amenajate chiar în cancelarie sau în apropierea zonelor administrative.

Aceste zone pot ajuta echipa să înțeleagă mai bine diversitatea umană și că, în funcție de abilități / dizabilități, vârstă, gen, etc. oamenii experimentează un spectru foarte larg de neportiviri permanente, temporare și de situație cu diversele medii, iar acestea au de foarte multe ori puncte comune.

Modificările realizate în spațiile de lucru pentru o persoană cu deficiențe de vedere pot îmbunătăți per total calitatea spațiului și aduc beneficii direct și altor categorii – persoane vârstnice, persoane cu dizabilități temporare, persoane care merg prin spațiu și în același timp folosesc o tabletă sau un telefon smart :).

¹ <https://www.empathymuseum.com/>



AM AIS

 Shift

+ VIEȚI



**Ghidul de angajare a nevăzătorilor
este realizat de AMAIS.**

**Proiectul face parte din inițiativa Shift+Vieți, lansată
în iunie 2018 de Fundația Comunitară București și ING Tech România,
prin realizarea unui studiu despre situația persoanelor
cu diferite tipuri de dizabilități din România.**

Asociația Metodelor Alternative de Integrare Socială (AM AIS)
București, sector 4, Splaiul Unirii nr.160
contact@amais.ro +40 757 526 247
<https://amais.ro/>

