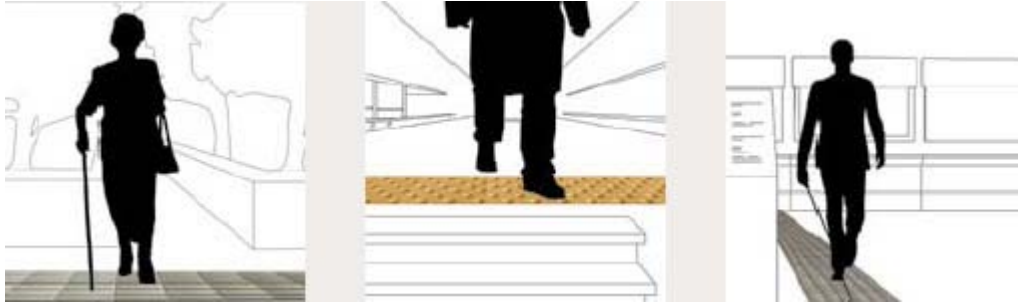


# IETEIKUMI CILVĒKU AR REDZES TRAUCĒJUMIEM VIDES PIEEJAMĪBAS STANDARTU IZSTRĀDĀŠANAI UN IEVIEŠANAI LATVIJĀ



## Telpu iekšējā vide

### • **Gaisma**

1. Svarīgs piemērots apgaismojums.
2. Ieteicams ierīkot dienasgaismas (fluorescent) lampas.
3. Apgaismojuma līmenim telpā dienā un naktī ir jāpaliek relatīvi nemainīgam.
4. Atbilstošs apgaismojuma novietojums.
5. Norāžu, telefona aparātu, kāpņu un ieeju atrašanās vieta tiek papildus izgaismota.
6. Izvairīties no ēnu un siluetu veidošanās, ierīkojot mākslīgo apgaismojumu.
7. Nodrošināt minimālu apgaismojuma līmeni kāpņu laukumos, gaitējos un citās vietās, kur apgaismojums bieži vien ir nepietiekams.
8. Nodrošināt kontrastējošus gaismas padeves slēdžus un elektriskos kontaktus.



### • **Sienas**

1. Izvietot kontrastējošas krāsas orientierus (margas) pie sienām visā to garumā.
2. Iezīmēt visus grūti saskatāmās stikla sienas, virsmas un citas bīstamās vietas.



### • **Grīda**

1. Svarīgs gluds grīdas klājums.
2. Vēlams sienu tuvumā grīdas segumu uzklāt no atšķirīga materiāla.
3. Izvairīties no nenostiprinātiem paklājiem vai citiem segumiem.



### • **Telpas**

1. Līmeņu maiņas iezīmēt ar kontrastējošu marķējumu vai atšķirīgu grīdas segumu, izvairīties no straujiem kāpumiem, kritumiem un sliekšņiem.
2. Svarīgi priekšmeti - ugunsdzēsšanas aparāti, telefoni u.tml. ir jāievieto padziļinājumos.
3. Koplietošanas telpās izvairīties piekārtiem plauktiem u.c. priekšmetiem, jo tos nevar sataustīt ar spieķi un tie apdraud neredzīga cilvēka pārvietošanās drošību.
4. Sēdvietu malām un stūriem jābūt noapaļotiem.
5. Sēdvietām jābūt pieejamām, tām pastāvīgi jāatrodas savās vietās, tās nedrīkst aizsprostot galveno pārvietošanās ceļu.
6. Izvairīties no zemu (zem ceļgalu līmeņa) priekšmetu novietošanas koplietošanas telpās.

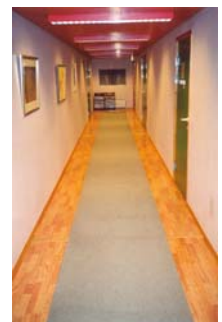
### • **Kartes un apzīmējumi**

1. Paredzēt taktilus (sataustāmus) apzīmējumus vai audio signālus avārijas izejai, WC un citām svarīgu telpu durvīm.
2. Zīmēm, uzrakstiem jābūt samērīga lieluma, Braila rakstā un izvietotām pieejamā vietā roku sasniedzamības līmenī.
3. Citiem apzīmējumiem jābūt labi saskatāmiem un salasāmiem, lietojot atbilstošu burtu formu, stilu un kontrasta fonu.
4. Nodrošināt zīmju apgaismošanu.
5. Skaidri un nepārprotami jānorāda visvieglākais maršruts.
6. Nodrošināt, lai sataustāmo brīdinājuma zīmju virsmas neizraisītu paklupšanu.
7. Pirms līmeņa maiņas vai pārejas citā telpā (lifts, kāpnes), izvietot vismaz 60 cm platu atšķirīgu grīdas segumu (reljefā) un kontrastējošu krāsojumu.



### • **Krāsas un kontrasti**

1. Izvēlēties savstarpēji kontrastējošas krāsas, piem. zils un dzeltens, sarkans un balts u.c.
2. Sienu un griestu piemērots apgaismojums, kā arī krāsu kontrasti vizuāli var padarīt telpu labāk pārskatāmu.
3. Durvīm, mēbelēm un grīdai jākontrastē ar sienām, bīstamām vietām, bet avārijas izejai ar pārējo vidi.
4. Apdarē pielietot skaidras, kontrastējošas krāsas un matētus vai reljefus materiālus.



- **Dzīvojamo telpu iekārtojums**

1. Neredzīgu vai vājredzīgu cilvēku dzīvi atvieglo „runājoša” sadzīves tehnika.
2. Virtuvē ieteicama ir elektriskā plīts.
3. Ierīkot telpās automātisko ugunsdzēsības signalizāciju.



- **WC un dušas**

1. WC iekārtu lietošanai jābūt vienkāršai un pieejamai visiem cilvēkiem.
2. Piederumiem jābūt izvietotiem loģiskā secībā.
3. Durvis izvietot tā, lai novērstu riska faktoros.
4. Tualetes galdiņa piederumu un roku mazgāšanas izlietnes malām jābūt noapaļotām.
5. Norādošās plāksnītes “sievietēm”, “vīriešiem” izveidot palielinātā drukā un Braila rakstā vismaz 20cm lielumā. Tām spilgti jākontrastē ar durvju krāsu.
6. Aukstā un karstā ūdens krāniem ieteicams būt atšķirīgiem pēc krāsas un reljefa.
7. Tualetes poda vākam jākontrastē ar pašu poda.
8. Nodrošināt kontrastējošos toņos papīra un dvieļu turētājus, dušas kabīni vai aizkarus, elektrības slēdžus.



- **Lifti**

1. Lifta jābūt ērti pieejamam.
2. Lifta ciparu pogas jāiezīmē Braila rakstā, ar reljefiem apzīmējumiem, kā arī palielinātā drukā, 90 – 120 cm augstumā virs grīdas.
3. Nepieciešams audio informācija par sasniegto stāvu.
4. Lifta durvis aprīkot ar laika aiztures mehānismiem.
5. Paredzēt sataustāmas informācijas zīmes par lifta atrašanos un izsaukšanas iespējām (audio atskaņojums, Braila raksts) lifta tuvumā.
6. Nodrošināt labu apgaismojumu lifta telpai.
7. Apgaismojuma spilgtumam liftā jāsakrīt ar spilgtumu priekštelpā.



- **Logi**

1. Logus jāizvieto, lai gaisma nebūtu pārāk spilgta.
2. Logu rokturiem jābūt skaidri atšķiramiem, vienkārši lietojamiem un viegli sasniedzamiem.

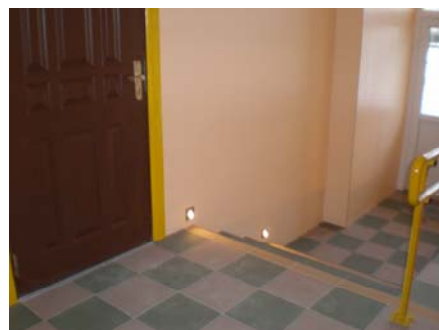
### • **Durvis**

1. Nodrošināt kontrastējošas durvju aplodas, kuras kontrastē ar pašām durvīm un sienu.
2. Paredzēt, lai durvis, kas veras uz ārpusi, neizvirzītos pārvietošanās ceļā.
3. Iekšējām durvīm jāveras uz iekšpusi vai abām pusēm.
4. Nodrošināt skaņu signālu pie iestāžu ieejas durvīm.
5. Uzrakstu plāksnītēm uz durvīm jābūt labi saredzamām, palielinātā drukā un Braila rakstā.
6. Sliekšņi nav vēlami, ja tie ir – pielietot kontrastējošu krāsu.
7. Rokturus nodrošināt kontrastējošus uz pārējā fona.
8. Zvana pogas kontrastējošas, izvietotas 85 – 90 cm no grīdas līmeņa.
9. Stikla durvju kontrastējošam krāsojumam jābūt noturīgam.
10. Automātiskām durvīm jābūt kontrastējošām ar apkārtējo vidi.
11. Durvīm jāpaliek atvērtām tik ilgi, kamēr lietotājs atrodas to darbības teritorijā.
12. Ieejai jābūt labi apgaismotai, un apgaismojumam ieejas apgabalā un telpā jābūt vienādā spilgtumā.
13. Nav ieteicams lietot rotējošās durvis.



### • **Kāpnes un pakāpieni**

1. Pirmajam un pēdējam pakāpienam jābūt skaidri iezīmētam dzeltenā, kontrastējošā krāsā. Kāpņu krāsojumam pakāpiena augšdaļā (horizontālais) jābūt 10cm platumā, bet kāpņu lejasdaļā (vertikālais) - 5cm platumā.
2. Kāpņu laukumam jābūt izgaismotam.
3. Margu lenteros jābūt stāvu apzīmējumam reljefā vai Braila rakstā.
4. Margām jābūt abās pusēs kontrastējošā krāsā un jāsniedzas vismaz 30 cm pāri pirmajam un pēdējam pakāpienam.
5. Margām ir precīzi jāseko kāpņu kontūrām, nodrošinot virziena orientāciju un drošību.





6. Eskalatora augšpusē un apakšpusē jāizveido reljefa josla. Eskalatoru pirmajam un pēdējam pakāpienam ieteicams būt izgaismotam – atšķirīgās krāsās augšdaļā un apakšdaļā (piemēram – augša zaļa, apakša sarkana).



### Ārējā vide

- **Suņi – pavadoņi**

1. Suņus – pavadoņus kopā ar to īpašniekiem jāielaiž visās publisko pasākumu vietās un sabiedriskajos transportos.



- **Pārvietošanās**

1. Pārvietošanās līnijai jābūt skaidri izšķiramai, ar izteiktām malām.
2. Jāizvairās no lielām, atklātām teritorijām bez atšķirības pazīmēm.
3. Pārvietošanās ceļiem jābūt brīviem no jebkādiem šķēršļiem.
4. Lai dotu virzienu vadības orientierus, var izmantot strūklakas vai citus tekošus ūdeņus, izmaiņas ietves reljefā, ietves un zālāja, vai ietves un asfalta apvienojumus.
5. Par līmeņa izmaiņām iepriekš jāziņo ar kontrastējošiem un taktīliem (reljefā) brīdinājumiem.



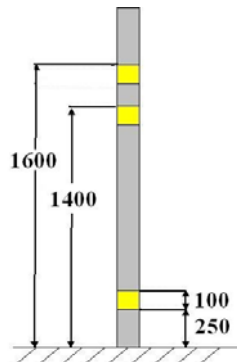
- **Ielas labiekārtojums**

1. Ielu aprīkojums jāizvieto rūpīgi un konsekventi, vienmēr vienā veidā, lai nodrošinātu virziena orientāciju.
2. Ielas aprīkojums - laternu stabi, soliņi, autobusu pieturas, nojumes, luksoforu balsti utt. – var tikt veiksmīgi lietoti, nodrošinot virziena orientāciju cilvēkiem ar redzes



traucējumiem.

3. Uz ietvēm nedrīkst būt izvietots ielu aprīkojums (apgaismes un ceļa zīmju stabi u.c.)
4. Šaurās ielās aprīkojums jāierobežo līdz minimumam.
5. Aprīkojumam jāatrodas zemā līmenī, lai spieķa lietotājiem būtu vieglāk noteikt šķērslī.
6. Visa veida stabiem – luksofora, ceļa zīmju, reklāmu, apgaismojumu – jābūt nokrāsotiem vai aplīmētiem ar lenti dzeltenā, kontrastējošā krāsā 160 cm, 120 cm un 35 cm (augšējās malas) augstumā virs zemes. Visiem krāsojumiem vai lentām jābūt 10 cm platā joslā.



### • **Orientiera balsti**

1. Orientiera balstiem jābūt krāsotiem dzeltenā, kontrastējošā krāsā.



### • **Ietves**

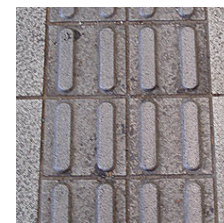
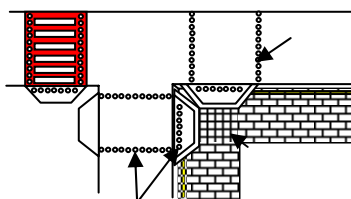
1. Ietves virsmai jābūt cietai, viengabalainai, ar labas kvalitātes segumu.
2. Ietvju minimālajam platumam jābūt 150 cm, lai dotu iespēju pavadonim vai sunim – pavadonim vadīt cilvēku ar redzes traucējumiem.
3. Ietvju malām jābūt skaidri izteiktām, ja nepieciešams, jāparedz aizsargmargas.
4. Ietves malai ieteicams būt kontrastējošai un/vai reljefā, kas brīdina par novirzīšanos uz braucamo daļu.
5. Brauktuves šķērsošanas vietai jābūt vienā līmenī ar brauktuvi.



6. Blīvas satiksmes krustojumos nedrīkst izvietot lūkas un restes.
7. Kur tas ir iespējams, starp ceļu un ietvi jābūt labam krāsojuma kontrastam – piemēram, melns ceļš un pelēki – balta ietve.

### • **Krustojumi**

1. Krustojumiem vēlams būt taisnos leņķos pret ielu.
2. Vietās, kur satiksmi regulē ar luksoforiem, jābūt skaņas signāliem.
3. Krustojumos ar skaņas luksoforiem šķērsošanas laikā signālam ir jābūt sadzirdamas no šķērsošanas uzsākšanas brīža virzienā uz kuru jāiet. Pirms sarkanās gaismas iedegšanās, ir jābūt atšķirīgam brīdinājuma signālam gājējiem.
4. Ietvju krustojumos paredzēt atšķirīgu grunts segumu, kurš palīdz neredzīgam cilvēkam orientēties virziena maiņai.
5. Gājēju pārejām no visām pusēm jābūt reljefai virsmai (sataustāmai), labi saredzamai kontrastējošā tonī.
6. Gājēju pārejas papildus tiek izgaismotas.



### • **Apgaismojums**

1. Jānodrošina labs apgaismojums vietām, kur notiek līmeņa un virziena izmaiņas.
2. Jānodrošina vienmērīgs ietvju un brauktuvju apgaismojums apdzīvotās vietās.

### • **Publiskie telefoni**

1. Telefona būdiņām ir jābūt vai nu ievietotām celtnes robežlīnijas padziļinājumā, vai arī apņemtām ar zālāju.
2. Būtu jāparedz atšķirīgu reljefa segumu, kas sniedzas 80 cm uz visām pusēm.



- **Publiskie parki**

1. Pastaigu takām jābūt ar pret slīdēšanu noturīgām virsmām, jābūt uzturētām labā stāvoklī.
2. Takas nedrīkst vest tieši uz nopietni bīstamiem punktiem - upe vai dīķis, vai stāvas nogāzes, ja vien tās nav aizsargātas ar sienu vai žogu vismaz 90 cm augstumā.
3. Ja ir pakāpieni, tiem ir jābūt nokrāsotiem dzeltenā, kontrastējošā krāsā un izveidotiem ar reljefu virsmu.



- **Celtnes**

1. Celtnei pieguļošā zemes gabala un ceļa robežai jābūt iezīmētai ar skaidru krāsojumu un reljefa virsmu. Atšķirībām jābūt gan vizuālām, gan taktīlām.
2. Jāparedz orientieris, lai varētu noteikt durvju atrašanās vietu.
3. Pie valsts iestāžu durvīm jābūt ierīkoti skaņas sensoriem, lai neredzīgs cilvēks varētu atrast durvis.
4. Iestādes telpās pie durvīm jānorāda uzrakstu plāksnītes kontrastējošā tonī, palielinātā drukā un Braila rakstā.
5. Ēku numuru un ielu nosaukumu plāksnītes veidot palielinātā drukā un kontrastējošā tonī. ( zemākā līmenī, atbilstošā lielumā?)

- **Autostāvvietas**

1. Autostāvvietai, kas atrodas blakus ietvei, ir jābūt atdalītai no tās ar dzeltenu, kontrastējošu orientiera margu.
2. Autostāvvietu ieejām un izejām jābūt skaidri iezīmētām, lietojot kontrastējošo krāsojumu un reljefa izmaiņas.

- **Ceļa remontdarbi**

1. Ceļa remontdarbu vietai jābūt pilnīgi norobežotai ar stingrām, spilgti krāsotām barjerām.
2. Ja ietve tiek pilnīgi bloķēta, ir jāuzstāda apgaismojuma sistēma, lai ļautu gājējiem šķērsot ielu un izmantot pretējo ietvi.
3. Kad ceļa remontdarbi pabeigti un barjeras noņemtas, reljefs jānotīra un jāatstāj tāds, lai tas būtu drošs gājējiem.

- **Būvgružu konteineri**



1. Konteinerā pretējo leņķu dēļ, cilvēks, ar redzes traucējumiem, satausta konteinerā pamatni jau pēc tam, kad galva sadūrusies ar konteinerā augšējo malu. Konteinerā priekšā nepieciešama vertikāla barjera. Šai barjerai jābūt stingrai, spilgti krāsotai, droši nostiprinātai pie konteinerā un jāsniedzas līdz zemei.
2. Būvgružu detaļām nedrīkst ļaut izspraukties ārpus konteinerā malām.

## **SABIEDRISKAIS TRANSPORTS**

1. ZEMĀS GRĪDAS – *VĀJEDZĪGIEM UN NEREDZĪGIEM, NEPIECIEŠAMS RATIŅKRĒSLOS SĒDOŠAJIEM, VECĀKIEM AR BĒRNU RATIŅIEM, VECUMA PENSIONĀRIEM*

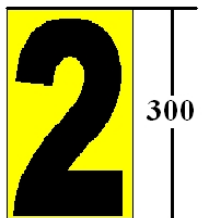
2. TRANSPORTA IEKŠPUSĒ NOSAUC PIETURAS – *NEREDZĪGIEM UN VĀJREDZĪGIEM*

3. TRANSPORTA IEKŠPUSĒ TABLO PARĀDA PIETURAS – *NEDZIRDĪGIEM*

4. TRANSPORTA ĀRPUSĒ NOSAUC MARŠRUTA NUMURU – *NEREDZĪGIEM*



5. LIELIE MARŠRUTA NUMURI SĀNU LOGOS – *VĀJREDZĪGIEM*



6. ROKTURI, MARGAS KONTRASTĒJOŠĀ KRĀSĀ (IETEICAMĀ – DZELTENĀ) – *VĀJREDZĪGIEM*



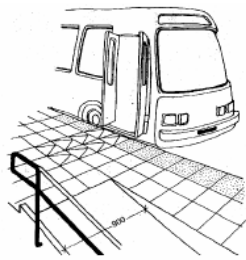
7. LĪMEŅA MAIŅA TRANSPORTA IEKŠPUSĒ – PAKĀPIENI KONTRASTĒJOŠĀ DZELTENĀ KRĀSĀ – *VĀJREDZĪGIEM*



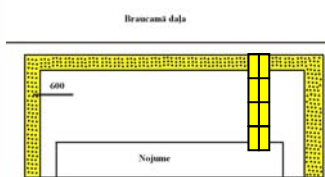
8. PIETURAS STACIJĀ UN PILSĒTĀ IR VIENĀ LĪMENĪ AR TRANSPORTA LĪDZEKĻA GRĪDAS LĪMENI – *RATIŅKRĒSLOS SĒDOŠIEM, VECĀKIEM AR BĒRNU RATIŅIEM, VECUMA PENSIONĀRIEM*



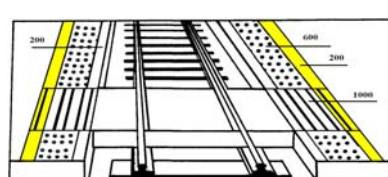
**9.** PILSĒTĀ IR VIENA PARAUGA PIETURAS, AR KONTRASTĒJOŠU MARKĒJUMU IEZĪMĒJOT PIETURAS VIETAS ROBEŽU (2.ATT.). AR ATŠĶIRĪGA RELJEFA MATERIĀLU NEPIECIEŠAMS IEZĪMĒT IEKĀPŠANAS VIETU PRETĪM TRANSPORTA LĪDZEKĻA PIRMAJĀM DURVĪM (SKATĪT 1., 2. UN 4. ATTĒLU) - *VĀJREDZĪGIEM UN NEREDZĪGIEM*



1.ATT.



2.ATT.



3.ATT.



4.ATT.

**10.** PIETURĀS IR IZVIETOTA INFORMĀCIJA PAR TRANSPORTA KUSTĪBAS MARŠRUTU UN ATIEŠANAS LAIKIEM (BRAILA RAKSTĀ) - *VĀJREDZĪGIEM UN NEREDZĪGIEM*

行き先	運賃	行き先	運賃
川口	290円	新日本橋	210円
川崎	290円	新橋	190円
川崎新町	380円	新横浜	540円
神田	190円	本宿橋	160円
朝内	540円	横濱	190円

**11.** SABIEDRISKAIS TRANSPORTS PILSĒTĀ VIENĀ (IETEICAMA KONTRASTĒJOŠA) KRĀSĀ, BET RAJONA VIETĒJO MARŠRUTU TRANSPORTS CITĀ KRĀSĀ – *VĀJREDZĪGIEM, NEREDZĪGIEM, BET ATVIEGLO ORIENTĒŠANOS PILNĪGI VISIEM*

**12.** INFORMĀCIJAI PAR STACIJAS/AUTOOSTAS PLĀNOJUMU UN PIEEJAMIEM SERVISIEM JĀBŪT BRAILA RAKSTĀ UZ TAKTILĀ (IR SATAUSTĀMS) STENDA IEEJAS TUVUMĀ. LĪDZ STENDAM VED KONTRASTĒJOŠA RELJEFA JOSLA - *VĀJREDZĪGIEM UN NEREDZĪGIEM*



**13.** STACIJĀ, AUTOOSTĀ UN AUTOOSTAS PIETURĀ IZVIETOTI ELEKTRONISKIE TABLO UN SKAĻRUŅOS TIEK ATSKAŅOTA INFORMĀCIJA PAR VILCIENU/AUTOBUSU ATIEŠANAS LAIKIEM VAI PAR TO IZMAIŅĀM – *NEDZIRDĪGIEM, VĀJREDZĪGIEM, NEREDZĪGIEM UN PILSĒTAS VIESIEM*

**14.** TRANSPORTA APZĪMĒJOŠAJĀM PIETURĀM JĀBŪT PALIELINĀTĀ FORMĀTĀ UN AR NORĀDI, KA IR PIEEJAMS CILVĒKIEM AR ĪPAŠĀM VAJADZĪBĀM



Pilnā pieejams  
pieejams bez kāpnēm, sliekšņa līdz 2,5 cm augstā  
rampas maksimālās slīpums līdz 8%, durvju un  
ogu platums ne mazāks kā 90 cm, aprīkots ar liftu,  
ja nepieciešams nokļūt uz vietu, kur ir lielu maks  
būti iespējams pārvietoties cilvēkam ar rokrīkli