

# Как приспособить жилище и общественные места для инвалидов

## ГЛАВА 51

### ПРИСПОСОБЛЕНИЕ ЖИЛЬЯ

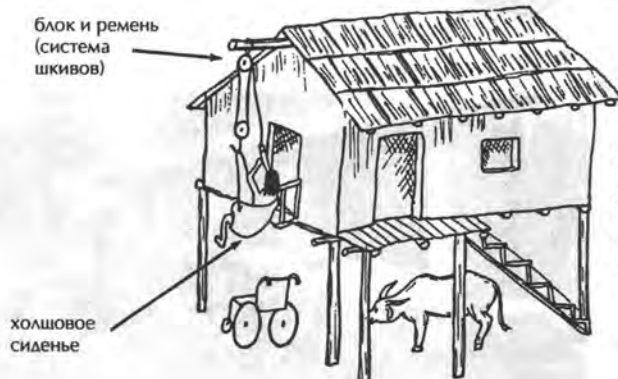
Выбор средств и приспособлений, которые необходимо иметь в домах, где живут дети-инвалиды, определяется их физическими недостатками, возрастом, ростом и весом. Приспособления для слепого ребенка отличаются от приспособлений, необходимых парализованному или передвигающемуся на коляске. Ребенок, который целиком и полностью зависит от окружающих, нуждается в специальных устройствах, способных помочь членам его семьи ухаживать за ним и облегчить ему передвижение – особенно по мере того, как ребенок взрослеет и становится тяжелее. Тем не менее, ребенок-инвалид, умеющий обслуживать себя почти полностью, с помощью приспособлений упростит себе самообслуживание и выполнение домашней работы.

Выбор типа приспособлений определяется условиями проживания, стилем дома и обычаями проживающих в нем. Например:

Простой скат значительно облегчит въезд в дом на коляске, если дом стоит на уровне земли.



Скат можно сделать деревянным, из камней или насыпать из земли, он может быть покрыт тонким слоем цемента (см. с. 489).



блок и ремень  
(система шкивов)

холщовое сиденье

Система блоков и веревок может оказаться лучшим способом передвижения для тех ребят, у которых сильные руки. В этом случае инвалид может подняться в дом, стоящий на сваях, без посторонней помощи.

Подъемник оборудуется платформой, на которой можно легко поднять инвалидную коляску. В тех случаях, когда кухня и столовая находятся внизу, а сами дома небольшие, коляску лучше не трогать и оставить на улице.

**Приспособления для ребенка, который учится ходить и сохранять равновесие**

**ПЕРИЛА**

Перила можно прикреплять к стене или мебели. Если необходимо, перила можно проложить вдоль дорожек, чтобы ребенок мог, держась за них, перемещаться по всему дому и даже по двору, сходить в туалет или в сад (см. с. 507).

Прежде чем закреплять эти перила, проверьте, удобно ли ребенку передвигаться, опираясь на них, это поможет найти оптимальное решение. По мере роста ребенка можно менять высоту перил. Перила на некоторых участках можно убирать для приобретения ребенком навыков независимого перемещения.



**МАТЫ**

Выключатели должны располагаться на достаточно низком уровне от пола.



Ручка на двери должна легко поворачиваться, чтобы ею мог пользоваться ребенок со слабыми руками.

Для ребенка, который передвигается только ползком или перекатываясь, на пол следует стелить соломенные маты или ковровые покрытия, которые будут защищать колени и локти ребенка.

Кувшин с водой и чашку следует держать на уровне, близком к полу, чтобы ребенок, не умеющий ходить, всегда мог подползти и достать их.

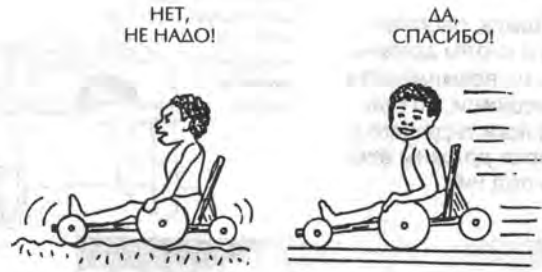
Типовой дом гостиничного типа имеет особенности, позволяющие облегчить уход за лицами с физическими недостатками, упрощает инвалидам самообслуживание и выполнение домашней работы. Посещая семьи, где живут дети-инвалиды, можно выявить, что является наиболее нужным для них. На фото показано, как рабочие распиливают стебли тростника (PROJIMO).



## Как приспособить дом для инвалидов, передвигающихся на колясках

### ПОЛЫ

Почти для всех инвалидов и особенно для тех, кто пользуется колясками или самокатами с небольшими колесами, полы должны быть **ровными и твердыми**, насколько это возможно (но не скользкими и не гладкими). Очень удобны полы, которые используются в Индии, — это утрамбованные полы из глины и коровьего навоза. Цементный пол дороже, но передвигаться по нему легче, кроме того он долговечен.



### ДВЕРНЫЕ ПРОЕМЫ

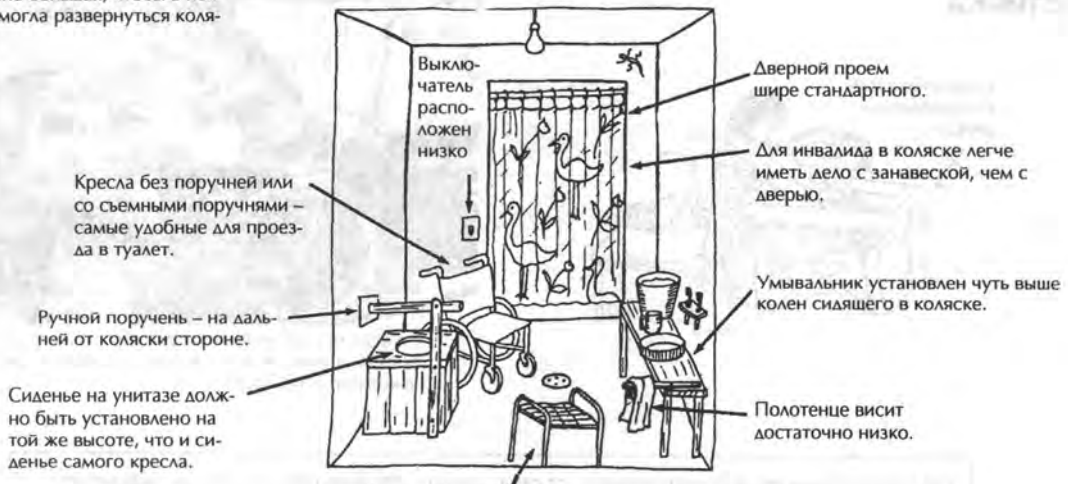
Делайте все **дверные проемы шире стандартных**. Помните, ваш ребенок будет расти и ему понадобится другая, более широкая коляска. Если в вашем доме узкие двери, прежде, чем купить коляску, убедитесь, что она сможет пройти в них. Большая часть колясок имеет ширину, значительно превышающую необходимую, особенно это относится к детским коляскам.

Постарайтесь избежать выступа или впадины непосредственно возле дверного проема. Если же такой порог все-таки есть и вы ничего не можете с ним сделать, устройте из него скат, чтобы можно было легко съезжать и въезжать (это поможет детям со слабыми руками).



### ВАННАЯ И ТУАЛЕТ

Убедитесь, что комната достаточно большая, чтобы в ней легко могла развернуться коляска.

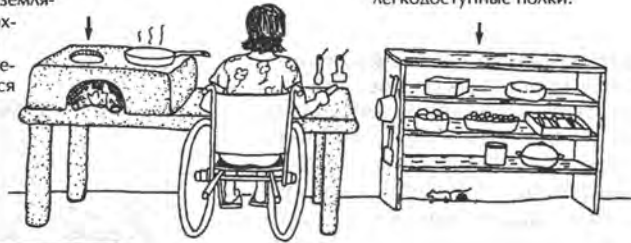


Стул для умывания имеет ту же высоту, что коляска, его каркас — металлический, а сиденье — из пластика или каучука.

## КУХНЯ

Плита, рабочая зона и столы должны быть по возможности невысокими, но при этом ноги сидящего в коляске должны входить под них.

Земляная печь устанавливается на земляной поверхности, по которой перемещается каркас.



Невысокие, легкодоступные полки.



Зона готовки и приема пищи в типовом доме PROJIMO оснащена многими приспособлениями.

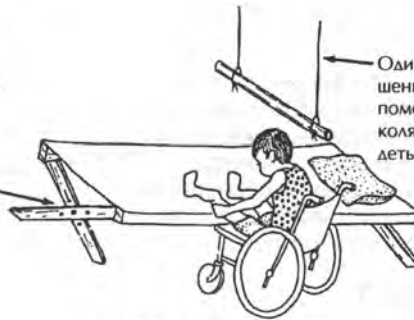
**ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ!** Если кресло имеет фиксированные по высоте подлокотники, столы и плиты должны быть выше. Или же коляска должна подъезжать к столу с той стороны, где стол окажется ниже.



## КРОВАТЬ ИЛИ ЛЕГКАЯ ЛЕЖАНКА

Кровать (или лежанка) должна иметь точно такую же высоту, что и коляска: в этом случае ребенку легче переходить с лежачего места на другое.

Высота лежачего места может регулироваться при помощи просверленных отверстий, позволяющих изменять положения крепежных болтов.



Один или несколько подвешенных брусов или опор помогут ребенку перейти с коляски на кровать или сидеть на ней.

## СТИРКА

Цементная стойка с рифленным дном



Стойка для стирки на улице рассчитана на то, чтобы ею мог пользоваться инвалид, сидящий в кресле-коляске (PROJIMO).

**ВАЖНО!** Прежде чем установить столы, печи, стойки для стирки и зафиксировать их по высоте, опробуйте временную конструкцию, чтобы с ее помощью выявить наиболее подходящий вариант. Помните, что ребенок растет, и поэтому не делайте такого крепления, которое потом нельзя изменить.

## КАК ПРИСПОСОБИТЬСЯ К ОКРУЖАЮЩЕЙ ОБСТАНОВКЕ

У людей с физическими недостатками наступает трудный момент, когда они решаются выйти из дому. Ведь улицы и дороги могут быть песчаными, каменистыми и просто неровными.

Помимо этого на пути могут встретиться высокие ступеньки, например, при входе в магазин, кинотеатр, школу, поликлинику или клуб.

Реабилитационная программа может обратить внимание жителей на то, что они должны сделать все необходимое, чтобы облегчить выход своим соседям-инвалидам на улицу и помочь им включиться в общественную жизнь.

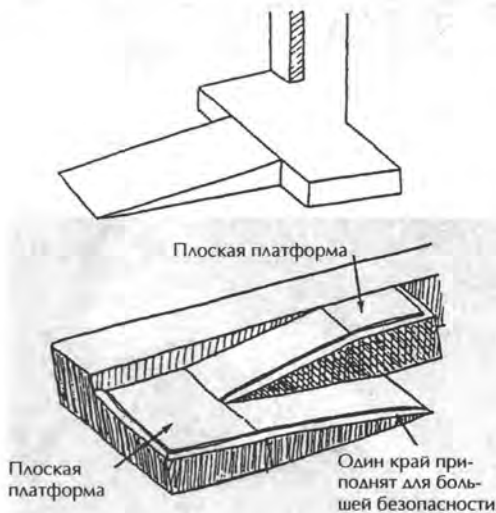
Можно попросить владельцев магазинов построить перед входом скат, чтобы инвалид смог въехать в магазин на коляске. Инвалиды и члены их семей могут дать обязательство сотрудничать с теми, кто им помогает таким образом, а если возникнет необходимость, бойкотировать (т.е. ничего не покупать) в магазинах тех владельцев, которые не идут им навстречу.



В деревне Ахойя участники реабилитационной программы убедили владельцев магазинов построить скат, чтобы живущие в деревне инвалиды, пользующиеся колясками, могли въезжать на ней прямо в магазин. Владельцы предоставили стройматериалы, а местные жители добровольно приняли участие в сооружении этого уклона.

## УКЛОНЫ

Чем плавнее наклон ската, тем легче коляске на него въехать.



Параллельно краю зоны подъема можно выложить один или более уклонов. Удостоверьтесь, что для разворота оставлено достаточно места.

Следует установить перила, это увеличит безопасность и облегчит перемещение инвалидов.

НАКЛОН СКАТА ЗАВИСИТ В ОПРЕДЕЛЕННОЙ СТЕПЕНИ ОТ ТОГО, КТО И КАК БУДЕТ ИМ ПОЛЬЗОВАТЬСЯ

**Очень крутой подъем**  
(от 1 до 6 м)



Такой уклон может преодолеть только коляска с электроприводом. В редких случаях инвалид сможет преодолеть такой крутой подъем без посторонней помощи. В любой момент коляска может опрокинуться.

**Не очень крутой подъем**  
(от 1 до 10 м)



Этот подъем может преодолеть сидящий в коляске, только если у него сильные руки.

**Плавный постепенный подъем**  
(от 1 до 14 м)



Такой скат удобен для инвалидов со средними физическими возможностями. Это самый лучший тип уклона для общественных зданий и реабилитационных центров.

## Как улучшить пешеходные дорожки и тропинки

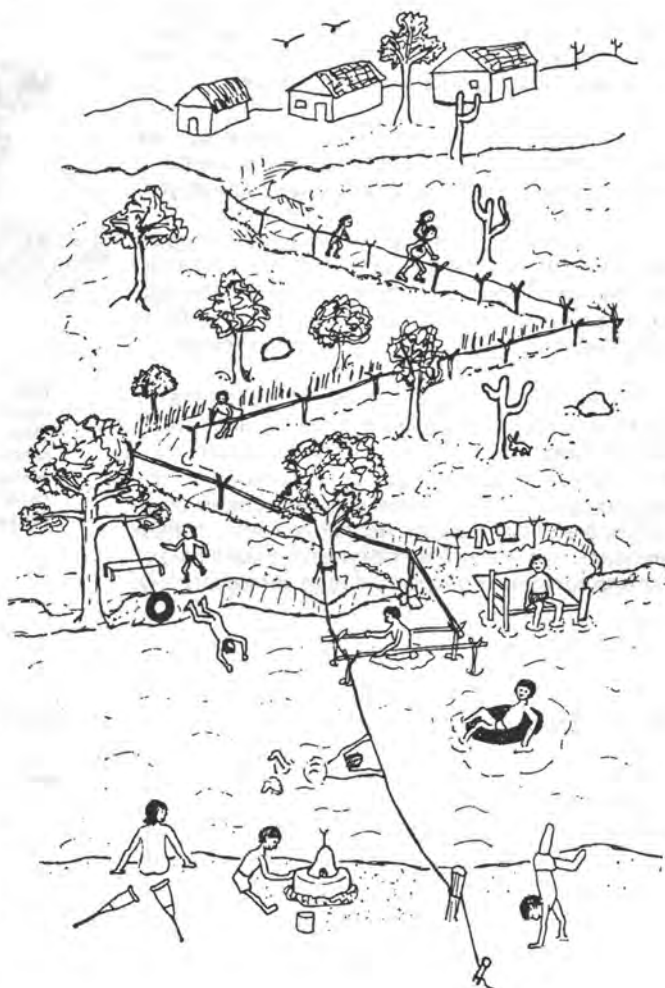
Группы сельских рабочих или школьники могут собраться вместе и помочь сделать все дороги, проходящие через деревню, ровными и твердыми, чтобы инвалиды, пользующиеся костылями или колясками, смогли перемещаться, расходуя как можно меньше сил.

Если позволяют условия, хорошо сделать игровую площадку и подходы к ней таким образом, чтобы на ней было удобно проводить свое свободное время всем инвалидам, взрослым и детям. Желательно соорудить для жителей деревни и свой пляж.

### ПОРУЧНИ

Размещение вдоль склонов поручней позволит детям с физическими недостатками – слепым, плохо передвигающимся, с нарушениями вестибулярного аппарата – перемещаться без посторонней помощи и добираться до пляжа или места рыбной ловли.

В одной деревне участники реабилитационной программы и местная детвора улучшили спуск к воде так, что деревенские дети с физическими недостатками получили возможность самостоятельно спуститься к реке – поплавать и поиграть на песке.



Работники здравоохранения – участники проекта Пьякстла – соорудили этот скат, теперь все передвигающиеся в колясках могут без труда приехать в поликлинику (Фото Джона Феджо).



Такой узкий деревянный уклон с бортами по сторонам позволил девочке втянуть себя наверх, не прибегая ни к чьей помощи.