



FM))



AD)))

Inklusibitateko botikina osasun-zerbitzuetan

Argitaratzailea: Nafarroako Osasun Sistema Publikoa Humanizatzeko Estrategiaren Aholku Batzorde Teknikoa. Nafarroako Gobernuko Osasun Departamentua.

Laguntza teknikoa eta maketazioa: Luis Casado, Cristina García Aguayo eta Luisa Miranda (Iddeas Fundazioa).

Irudiak: Freepik; Iddeas Fundazioa; Patri de Blas; Humanizazio, Aseguramendu eta Departamentuarteko Koordinazio Zerbitzua.

2024ko abendua.



Gobierno de Navarra
Nafarroako Gobernua
Departamento de Salud
Osasun Departamentua

Humanizazio,
Aseguramendu eta
Departamentuarteko
Koordinazio
Zerbitzua
Humanizatzeko
Estrategiaren Aholku
Batzorde Teknikoa



ESTRATEGIA DE HUMANIZACIÓN
DEL SISTEMA SANITARIO
PÚBLICO DE NAVARRA
NAFARROAKO
OSASUN-SISTEMA PUBLIKOA
HUMANIZATZEKO ESTRATEGIA



Botikinaren edukiak

1. Zer da botikin hau eta zertarako erabiltzen da?	5
2. Nafarroako Administrazio Publikoaren Institutuak emandako prestakuntza.....	9
Modu irisgarria.....	9
Modu irisgarri digitala	12
3. Gida osagarriak.....	15
Komunikazio eta ekitaldi inklusibo eta irisgarrietarako gida.....	15
Komunikazio inklusiboko estrategiei buruzko gida.....	16
Komunikazio inklusiboa	17
Jardunbide egokiak desgaitasunen bat duten pertsonenganako interakzioan	18
4. Espazio kolektiboak eraldatuz: humanizazioa eta irisgarritasuna osasun laguntzan.....	19
Espazio kolektibo humanizatu eta irisgarrien dekalogo.....	21
5. Komunak.....	22
Komun irisgarriak.....	22
Ostomizatutako pertsonentzako komuna	27
Aldagela inklusiboak	31



6. Irisgarritasuna sortzen duten baliabideen bankua	33
Indukzio-begiztak.....	33
Teleinterpretazioa SVIsual bidez.....	36
Visualfy.....	38
Telefono bidezko interpretazio-zerbitzua hainbat hizkuntzatan	41
Kulturarteko bitartekaritza komunitarioaren zerbitzua	43
Irakurketa erraza.....	44
Zeinu-hizkuntzako bideo lokutatuak, azpigituluak ere dituztenak	47
PDF irisgarriak.....	50
NaviLens	56
QR kodeak	60
NaviLens QR kode irisgarriak	62
7. Kalitate estandarizatuko arauen zerrenda.....	63
Gainera, inguruneei buruzko 3 arau hauek ditugu:	63
Hona hemen komunikazioan bermatu behar ditugun arauen zerrenda: ..	64



1. Zer da botikin hau eta zertarako erabiltzen da?

Irisgarritasun unibertsala Nafarroako Osasun Sistema Publikoa
Humanizatzeko 2024-2028 Estrategiaren ildoetako bat da.



Nafarroan desgaitasuna dutenei arreta emateari eta beren eskubideak bermatzeari buruzko azaroaren 28ko 31/2022 Foru Legeak honela definitzen du irisgarritasun unibertsala: inguruneek, prozesuek, ondasunek, produktuek eta zerbitzuek (...) bete behar duten baldintza, pertsona orok ulertu eta erabiltzeko modukoak izan daitezen, segurtasunez eta erosotasunez eta ahalik eta autonomia eta naturaltasun handienaz erabiltzekoak. **Irisgarritasuna beharrezkotzat jotzen du, ez desgaitasuna dutenentzat bakarrik, baizik eta bizitzaren hainbat etapatan haren onurak jaso ditzaketen guztientzat. Horrela, hautsi egiten da irisgarritasun unibertsalaren eta desgaitasunaren arteko binomio tradizionala.**



Irisgarritasun unibertsalaren onurak herritar guztientzat dira; izan ere, sortzen diren zailtasunak ez daude desgaitasun bat izatearen edo ez izatearen mende, baizik eta inguruneen, produktuen eta zerbitzuen ondorio dira.

Irisgarritasun unibertsalaz hitz egitea aukera-berdintasunaz hitz egitea da, eta hori funtsezkoa da gizarte inklusiboago bat eraikitzeko, inguruneak, produktuak eta zerbitzuak fisikoki, sentorialki, psikologikoki eta kognitiboki irisgarriak izan daitezen.

Horregatik, 2024-2027 programa markatzen duten Humanizazio Estrategiaren jarduketak testuinguru jakin baten barnean daude, Nafarroan desgaitasuna dutenei arreta emateari eta beren eskubideak bermatzeari buruzko azaroaren 28ko 31/2022 Foru Legeak ezarritakoan, hain zuzen, eta definizio hauek hartzen dituzte kontuan:

- **Irisgarritasun unibertsala:** inguruneek, prozesuek, ondasunek, produktuek eta zerbitzuek zein objektuek, tresnek, lanabesek eta gailuek bete behar duten baldintza da, pertsona orok ulertu eta erabiltzeko modukoak izan daitezen, segurtasunez eta erosotasunez eta ahalik eta autonomia eta naturaltasun handienaz erabiltzekoak, betiere. Printzipio horrek “diseinu unibertsalaren edo ororentzako diseinuaren” estrategia du abiapuntu, eta ulertzen da hori ez dela eragozpen izaneren egin beharreko arrazoizko egokitzapenetarako.
- **Diseinu unibertsala edo pertsona ororentzako diseinua:** jarduera honen bidez, inguruneak, prozesuak, ondasunak, produktuak, zerbitzuak, objektuak, tresnak, lanabesak, programak, gailuak eta antzeko elementuak jatorritik pentsatu eta diseinatzen dira pertsona orok erabiltzeko modukoak izan daitezen, ahalik eta hedadura handienarekin, egokitzapenik edo diseinu espezializaturik egin beharrik gabe. «Diseinu unibertsalak edo ororentzako diseinuak» ez ditu baztertuko desgaitasuna



dutenen talde partikularrentzako laguntza produktuak, halakorik behar badute.

- **Gizarte inklusioa:** prozesu honen bidez, gizarteak balio konpartituak sustatzen ditu guztien ongia eta kohesio soziala lortzeko, horrela desgaitasuna duten guztiek behar diren baliabideak eta aukerak izan ditzaten, bizitza politiko, ekonomiko eta sozialean, hezkuntzan, lanean eta kultur arloan bete-betean parte hartzeko eta gainerakoen bizi-baldintza berdinak izateko.
- **Aukera berdintasuna:** desgaitasunak eragindako inolako diskriminaziorik, zuzeneko nahiz zeharkakorik, ez egotea da, barne harturik edozein bereizketa, bazterketa edo murrizketa, helburutzat edo emaitzatzat duena desgaitasuna duten pertsonei arlo politikoan, ekonomikoan, hezkuntzakoan, sozialean, lanekoan, kulturean edo bestelako arlo batean trabak jartzea edo haientzat indarrik gabe uztea giza eskubide eta oinarritzko askatasun guztiak baldintza berberetan aitortu, gozatu edo erabiltzeko modua.
- **Irisgarritasun fisikoa:** mugikortasun murriztua duten pertsonak munduan zehar mugitzea eta harekin modu eroso, seguru eta autonomoan elkarreragitea bermatzen du.
- **Ikusmen irisgarritasuna:** itsuak edo ikusmen urriko pertsonak modu seguru eta eraginkorrean mugitzeko, produktuak erabiltzeko edo informazioak kontsultatzeko aukera ematen du.
- **Entzumen irisgarritasuna:** gorrekiko edo, ingurune zaratsuetan, edozeinekiko komunikazioa bermatzen du.
- **Irisgarritasun kognitiboa:** ulertzeko zailtasunak dituzten pertsonei espazioak eta informazioak ulertzeko aukera ematen die.



- **Irisgarritasun soziala:** pertsonok elkarrengana egokitzen garenean sortzen da, eta gehiengoaren modukoak edo gu bezalakoak ez direnekiko aurreiritziak, estereotipoak eta bazterkeria ezabatzen ditu.
- **Irisgarritasun organikoa:** organo solidoetan desgaitasuna dutenen edo gorputz desgaitasun sistematikoak dituztenen beharrak konpontzen ditu; hau da, konponbide pertsonalizatuak behar dituztenenak.
- **Irisgarritasun digitala:** produktu edo zerbitzu digital bat ahalik eta pertsona gehienek ulertu eta erabili ahal izatea eragiten du, alde batera utzita banakako trebetasunak edo erabilera-testuingurutik eratorritako mugak.

Hori guztia kontuan hartuta, gida hau da eman beharreko lehen urratsetako bat, Nafarroako osasun-sistema publikoko zerbitzuek legeria eta Humanizazio Estrategian ezarritako konpromisoak bete ditzaten.

Honen bidez, dagoeneko ekipo profesionalen eskura dauden tresna, zerbitzu, prestakuntza eta eskuliburuaren katalogo bat eskaini nahi dugu. Horrela, neurriak ezarri edo herritarren eskura jarritako zerbitzuak, inguruneak eta produktuak egokitu nahi dituztenean, modu zuzen, azkar eta eraginkorra izanen dute horretarako.



2. Nafarroako Administrazio Publikoaren Institutuak emandako prestakuntza

Urtero sistematikoki eskaintzen den online prestakuntza.

Modu irisgarria

Irisgarritasun unibertsala eta gizarte inklusioa: hastapeneko ikastaroa.



- **Hartzaileak:** administrazio publikoetako langileak.
- **Iraupena:** 10 ordu.
- **Ziurtagiria:** aprobetxamendukoa.
- **Ikastaroaren helburuak:**
 - Herritarrentzako zerbitzuak hobetzea, irisgarritasunaren eta pertsona guztien inklusioaren bidez.
 - Erakustea zer den irisgarritasun unibertsala eta zergatik den hain beharrezkoa.
 - Ingurune, produktu eta zerbitzu irisgarriagoak nola egin irakastea.
 - Praktikoa eta egiazko adibideekin.
 - Atsegina eta dibertigarria.



- **Metodologia didaktikoa:** ikastaroa [NAPI Ikasgela Birtuala](#) plataforman (moodle) egiten da. 17 bideo ditu, eta 17 PDF (informazio gehiagorekin), baita ebaluaziorako 17 galdetegi ere, dena gaztelaniaz.

- **Edukiak:**

1. modulua. Irisgarritasun unibertsala ulertuz

- 1. gaia. Ikastarorako eta (erabiliko diren) tresnetarako sarrera.
- 2. gaia. Zer dira desgaitasuna, irisgarritasun unibertsala eta gizarte inklusioa?
- 3. gaia. Nork behar du irisgarritasun unibertsala?
- 4. gaia. Irisgarritasun fisikoa: zer den eta nola sortu.
- 5. gaia. Entzumen irisgarritasuna: zer den eta nola sortu.
- 6. gaia. Ikusmen irisgarritasuna: zer den eta nola sortu.
- 7. gaia. Irisgarritasun kognitiboa: zer den eta nola sortu.
- 8. gaia. Irisgarritasun organikoa: zer den eta nola sortu.
- 9. gaia. Irisgarritasun digitala: zer den eta nola sortu.
- 10. gaia. Irisgarritasun unibertsalaren Nafarroako lege-esparruaren berrikuspen laburra.

2. modulua. Aniztasunarekin elkarreraginean

- 1. gaia. Desgaitasuna duten pertsonekiko tratua eta interakzioa: aholku orokorrak.
- 2. gaia. Desgaitasun fisikoa duten pertsonekiko interakzioa.
- 3. gaia. Ikusmen desgaitasuna duten pertsonekiko interakzioa.
- 4. gaia. Entzumen desgaitasuna duten pertsonekiko interakzioa.
- 5. gaia. Adimen- edo garapen-desgaitasuna duten pertsonekiko interakzioa.
- 6. gaia. Desgaitasun psikosoziala duten pertsonekiko interakzioa.
- 7. gaia. Goi-mailako gaitasunak dituzten pertsonekiko interakzioa.



Inklusibitateko botikina osasun-zerbitzuetan

Gobierno de Navarra
Departamento de Salud



Nafarroako Gobernua
Osasun Departamentua

- **Egilea:** Berrikuntzarako eta gizarte inklusiorako Iddeas Fundazioa.
Luis Casado eta Cristina García.



Modu irisgarri digitala

Web-orrien eta aplikazio mugikorren irisgarritasunari buruzko oinarrizko ikastaroa



- **Hartzaileak:** administrazio publikoetako langileak.
- **Iraupena:** 12 ordu.
- **Ziurtagiria:** aprobetxamendukoa.
- **Ikastaroaren helburuak:**
 - Herritarrentzako zerbitzuak hobetzea irisgarritasun digitalaren bidez.
 - Erakustea irisgarritasun digitala zer den eta zergatik den hain beharrezkoa.
 - Webgune eta eduki digital irisgarriak sortzeko gako nagusiak irakastea.
 - Hizkera argiaren, irakurketa errazaren, PDF irisgarrien eta sare sozial inklusiboen oinarriak ezagutzea.
 - Atsegina eta dibertigarria.
- **Metodologia didaktikoa:** ikastaroa [NAPI Ikasgela Birtuala](#) plataforman (moodle) egiten da. 20 bideo ditu, eta 20 PDF (informazio gehiagorekin), baita ebaluaziorako 20 galdetegi ere, dena gaztelaniaz.



- **Edukiak:**

- 1. modulua. Irisgarritasun digitalarekin konektatuz**

- 1. gaia. Irisgarritasun digitala: zer den eta zergatik den beharrezkoa.
 - 2. gaia. Irisgarritasun digitalaren arloko akats nagusiak.
 - 3. gaia. WCAG 2.1 eta sendotasunaren printzipioa.
 - 4. gaia. Hautemangarritasunaren printzipioa.
 - 5. gaia. Erabilerraztasunaren printzipioa.
 - 6. gaia. Ulergarritasunaren printzipioa.
 - 7. gaia. Nola identifikatu nire web-orriaren eta aplikazioaren akatsak.
 - 8. gaia. Nire webgunearen irisgarritasun-adierazpena.
 - 9. gaia. Irisgarritasuneko Unitate Arduradunaren zeregina.

- 2. modulua. Eduki digital irisgarriak sortuz**

- 10. gaia. Komunikazio argiaren gakoak.
 - 11. gaia. Irakurketa erraza: noiz eta nola erabili.
 - 12. gaia. Nola diseinatu dokumentu bisualki irisgarriak.
 - 13. gaia. Nola sortu testu-dokumentu irisgarriak PDFn.
 - 14. gaia. Nola sortu bideo irisgarriak.
 - 15. gaia. Eskaintzaren irisgarritasuna zure webgunean.
 - 16. gaia. Edizio digital irisgarriko dekalogoak.

- 3. modulua. Sare sozialetan inklusioa partekatuz**

- 17. gaia. Sare sozialetarako gakoak eta aholku orokorrak.
 - 18. gaia. Irisgarritasuna eta inklusiorako aholkuak Instagram eta Facebooken.
 - 19. gaia. Irisgarritasuna eta inklusiorako aholkuak LinkedIn, Twitter eta WhatsAppen.
 - 20. gaia. Irisgarritasuna eta inklusiorako aholkuak YouTube eta TikTok.



Inklusibitateko botikina osasun-zerbitzuetan

Gobierno de Navarra
Departamento de Salud



Nafarroako Gobernua
Osasun Departamentua

- **Egilea:** Berrikuntzarako eta gizarte inklusiorako Iddeas Fundazioa.

Luis Casado eta Cristina García.



3. Gida osagarriak

Komunikazio eta ekitaldi inklusibo eta irisgarrietarako gida



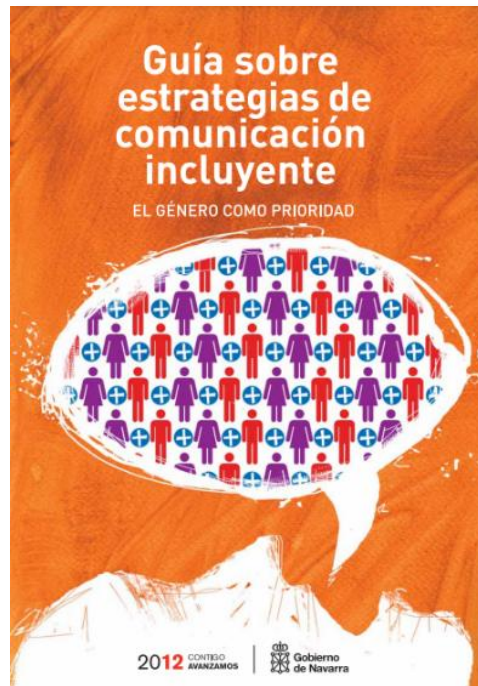
Nafarroako Gobernuaren gida komunikazioan irisgarritasuna sustatzeko. Nafarroako Gobernuko departamentu guztientzako tresna bat da, bai eta jarduketa-eskuliburu bat ere, ekintzen zabalkundea irisgarria eta inklusiboa izan dadin. Nahi da, halaber, gida edozein administrazio, enpresa edo erakunde interesdunek ere kontsultatzeko aukera izan dezan.

- **Formatua:** PDF irisgarria, 224 orrialdekoa, gaztelaniaz.
- **Deskargatzeko esteka:** <https://bit.ly/LaGuía>
- **Egilea:** Berrikuntzarako eta gizarte inklusiorako Iddeas Fundazioa.

Luis Casado eta Cristina García.



Komunikazio inklusiboko estrategiei buruzko gida

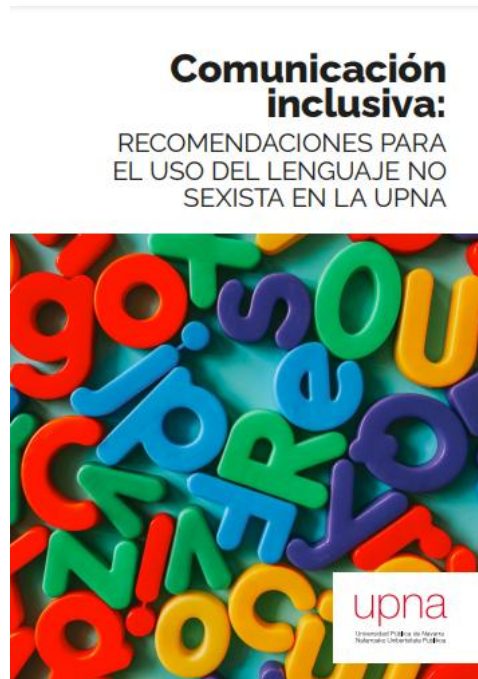


Gida honek azpimarratzen du garrantzitsua dela hizkuntzan eta irudietan sexismoa desagerraraztea berdintasunezko gizartea eraikitzeko. Hizkuntzan (gaztelaniaz) eta irudietan sexismoarekin lotutako arazoak aztertzen ditu, eta jardunbide egokiak azaltzen ditu. Erakunde publiko eta pribatuetan komunikazio inklusiboa sustatzea du helburu, tresna, araudi eta gomendioen bidez, gaiari buruzko prestakuntza eta sentsibilizazioa ere landuz.

- **Formatua:** PDF bat, 70 orrialdekoa, gaztelaniaz.
- **Deskargatzeko esteka:**
<https://www.igualdadnavarra.es/imagenes/documentos/-67-f-es.pdf>
- **Egilea:** Nafarroako Berdintasunerako Institutua.



Komunikazio inklusiboa



Gida praktikoa honek hizkuntza inklusiboaren erabilera sustatzen du, komunikazioan sexismoa saihesteko. Gaztelaniaz erabiltzeko estrategia praktikoa zehazten ditu, hala nola maskulino generikoa saihestea, emakumeak diskurtsoan ikusaraztea eta genero-tratamenduan simetria sustatzea. Administrazio-testuetan eta testu akademikoetan aplikatzeko adibide espezifikoak eta teknikak ematen ditu, eta hizkuntzak duen garrantzia nabarmentzen du, unibertsitateko eta lanbide-esparruko berdintasunerako eta errespeturako tresna gisa.

- **Formatua:** PDF bat, 16 orrialdekoa, gaztelaniaz
- **Deskargatzeko esteka:**
<https://www2.unavarra.es/gesadj/servicioComunicacion/Archivos-pdf/comunicacion-inclusiva-recomendaciones-uso-UPNA.pdf>
- **Egilea:** María Isabel Menéndez Menéndez.



Jardunbide egokiak desgaitasunen bat duten pertsonenganako interakzioan



Dokumentu honek oinarritzko gomendio batzuk egin nahi ditu, desgaitasuna duten pertsonen irisgarritasuna bermatuko duten jokabideak eta jarrerak errazteko.

- **Formatua:** PDF bat, 20 orrialdekoa
- **Deskargatzeko esteka:** <https://cermin.org/manual-buenas-practicas-interaccion-personas-discapacidad/>
- **Egilea:** CERMIN Nafarroa.



4. Espazio kolektiboak eraldatuz: humanizazioa eta irisgarritasuna osasun laguntzan

Espazio kolektiboak dira pertsonen osasun-sistematik jasotzen duten lehen inpresioa, eta, beraz, esperientziaren tonua markatzen dute.

- **Pertsonak ardatz dituen arretaren** barruan, espazio horien funtsezko eginkizuna osasun-jarduera **humanizatzea** da: normalean zaila eta traumatizatzailea den esperientzia bera partekatzen duten pertsonen arteko interakzioa errazten dute, eta tradizionalki gaixotasunari eta tristurari lotutako espazio bati aurpegi atseginagoa ematen diote.
- Pertsonak osotasun gisa ardatz dituen laguntza-eredu berri baten aurrean gaude. Osasuna ongizate-egoera bat da, eta norbera errazago iristen da egoera horretara baldin eta ingurunea atsegina eta lasaigarria bada eta maite dituenen laguntza badu. Horregatik, **espazio kolektiboak tratamendu- eta sendatze-prozesuaren funtsezko espazioak dira**.
- Gainera, pertsona guztiak hartu behar ditugu kontuan, hau da, entzumen-, ikusmen- edo adimen-desgaitasuna duten pertsonak, adineko pertsonak eta abar. Izan ere, oztopo horietako batzuek are gehiago zailtzen dute pertsona horiek osasun-sisteman egotea. **Irisgarritasun unibertsalaz** ari gara.

Espazio kolektiboez ari garenean, paziente, senide eta bisitariak erabiltzen dituzten eremu publiko guztiez ari gara. Zirkulazio orokorrekoak direnez, gainera, ospitalea egituratzen duten espazioak dira, eta horietatik ailegatzen da laguntza-eremuetara:

- Sarbideko atondoa.



Inklusibitateko botikina osasun-zerbitzuetan

Gobierno de Navarra
Departamento de Salud



Nafarroako Gobernua
Osasun Departamentua

- Korridore orokorrak.
- Igogailu eta eskaileretako atondoa, erabilera publikokoak.
- Itxarote-eremuak: itxarote-eremu orokorrak, itxarote-eremuak unitateetan.



Espazio kolektibo humanizatu eta irisgarrien dekalogo

Zerbitzuak humanizatzen laguntzeko:

1. Aztertu nola erabiltzen diren **banantzeko eta ixteko holtzak** mahai eta mostradoreetan. Kendu, ez badira beharrezkoak.
2. Aztertu profesionalen eta pazienteen arteko distantziak ezartzeko hesi-elementuak, pinturazko edo zintazko lerroak edo gurutze gorriak barne. Kendu, ez badira beharrezkoak.
3. **“Stop bisitariak” seinaleak:** jarri seinale positiboagoak horien ordezt, arrazoren batengatik bisitak mugatu behar badira.
4. **Kendu eserlekuetan jartzeko debekuak**, bai eta **informazio eguneratua ez duten** kartel guztiak ere.
5. **Ez erabili maskararik adimen- edo entzumen-zailtasuna duten pertsonekin ari zarenean**, asistentzia-arrazoiengatik beharrezkoa iruditzen zaizunean izan ezik.
6. **Aukera eman pertsoneri osasun-esparruaren barruan itxaroteko**, baita arnasketa-arazo batengatik etorri badira ere.
7. **Kendu oztopoak pazienteak igarotzen diren eremuetan.** Espazio seguruagoak, irisgarriagoak eta atseginagoak izateko.
8. **Eman aukera laguntzaile bat izateko** probetan, ahal den guztietan, batez ere dibertsitate funtzionala edo psikologikoa duten pertsonen kasuan.
9. **Erabili informazio-panelak beharrezko informazioa erakusteko**; ez itsatsi folioak eta kartelak edozein gainazaletan, eta kendu behar bezala jarrita ez badaude.
10. **Mantendu gelak egoera onean**, segurtasunagatik eta irudiagatik. Oro har, konpondu irisgarritasuna zailtzen duten eta justifikaziorik ez duten akats guztiak.



5. Komunikak

Komun irisgarriak

Jarraian, Eraikingintzaren Kode Teknikoak (EKT) [“Segurtasunaren, Erabileraren eta Irisgarritasunaren oinarritzko dokumentuan”](#) komun irisgarrietako kabinei buruz ezartzen dituen baldintza nagusiak laburbilduko ditugu.

Kabina irisgarrien oinarritzko baldintzak:

- Kabina irisgarriak ongi **seinaleztatuta** egon behar du kanpotik, bai eta modu irisgarrian ere, irisgarritasunaren nazioarteko ikurra (ISA) jarrita.



- Komun irisgarri bateko kabinaren barruan, **biraketa-espazio bat egon behar da oztoporik gabe, 150 cm-ko diametroko zirkulu baten tamainakoa**, aulki batek barruan maniobrak egin ahal izateko. Garbitzaileek eta mantentze langileek ere ezagutu behar dute baldintza hori, espazioa **ez baita oztopatu behar** paperontziekin eta edukiontzi higienikoekin.
- **Atea kanporantz ireki behar da, edo lerragarria izan**, balizko laguntzaileek leku gehiago izan dezaten, eta eroriko batean gorputzarekin atea blokeatzea eragozten baita.
- **Argiztapen-sistemak ez du sakagailu tenporizatua izan behar**. Bolumen-detekziokoa izan behar du, ez mugimendukoa, pertsona batzuk



komunean eserita daudenean ez baitira gai mugimendu-sentsoreak aktibatzeke.

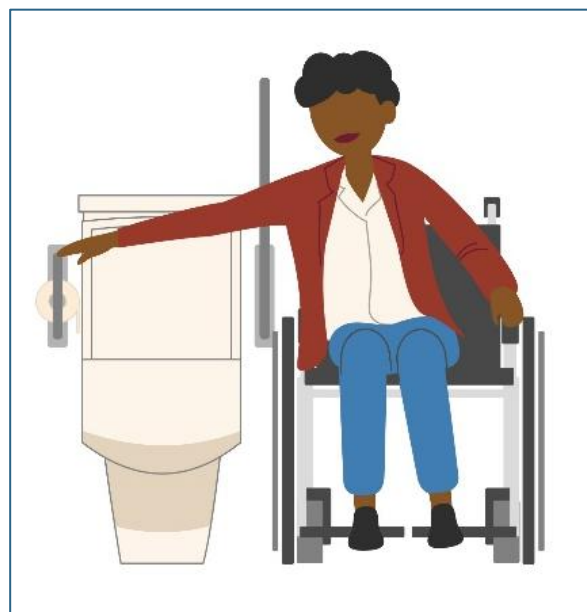
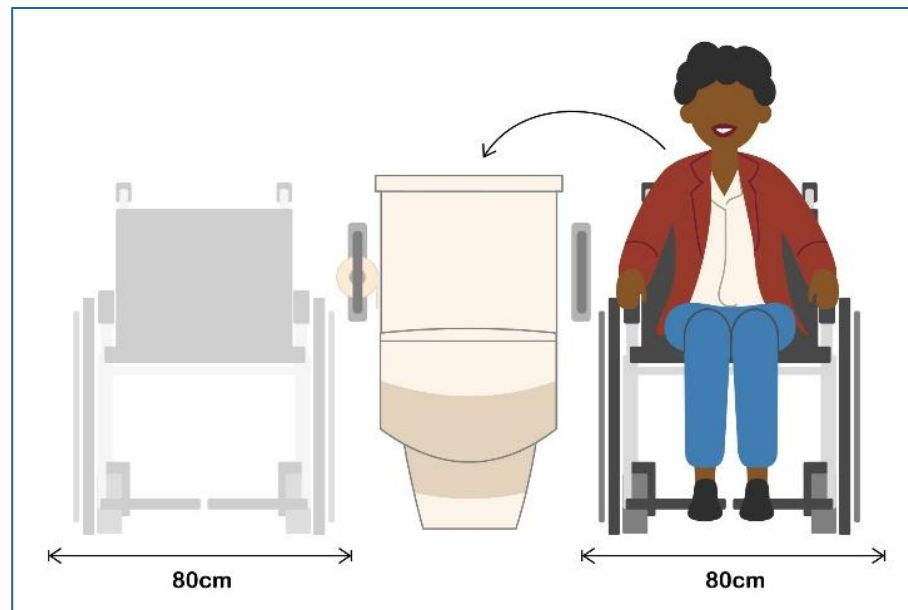
- Ateak **pasatzeko 80 cm-ko espazio librea utzi behar du, EKTaren arabera**. 58/2014 Foru Dekretuaren arabera, Nafarroan 85 cm-koa izan beharko luke.
- **Erorikoez abisatzeko sistema bat** eduki beharko luke, arreta-zentral batekin edo jendea ibiltzen den gunen batekin komunikatzeko. Alertak kabinaren edozein puntutatik aktibatzeke modua egon behar du, eta abisu-seinaleak, barrutik hautemateko modukoa.

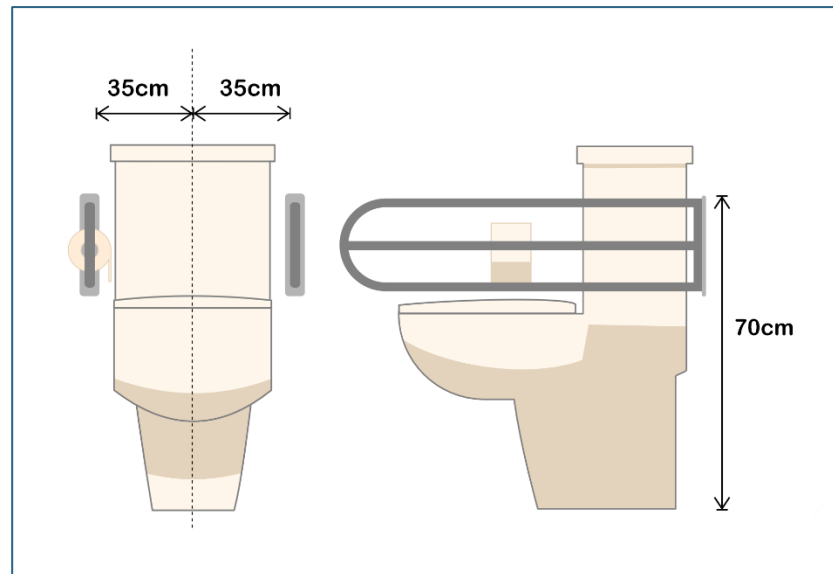
Komunontzien oinarrizko baldintzak:

- Leku publikoetan, **komunak transferentzia-espazio bana izan behar du bi aldeetan**. Leku pribatuetan, nahikoa da transferentzia-espazio bakarra izatea. Transferentzia-espazio bakoitzak 80 cm-ko zabalera izan behar du.
- **Komunontziaren altuera** aulkiaren eserlekuarena izan behar da gutxi gorabehera: 45 eta 50 cm artekoa.
- **Transferentzia-barrek** eraisgarriak izan behar dute transferentziaren aldetik. Barra bat horma batean badago, finkoa izan daiteke, baina inoiz ez transferentziaren aldean badago. Barrak komunontziaren ardatzetik 35 cm-ra egon behar dira, eta haien arteko distantzia 70 cm izan behar da gutxi gorabehera. Altuerak 70 edo 75 cm-koa izan behar du. Komunontziaren sakonera baino 20 cm luzeagoak izatea komeni da.
- **Paper-biribilkiak** barra eraisgarriek dituzten bi euskarrietan jarri behar dira, edo komunetik ahalik eta gertuen, pertsonen eroso eskura ditzaten. Barrak mugitzean biribilkiak ez erortzeko moduan diseinatuta egon behar dute euskarriek.



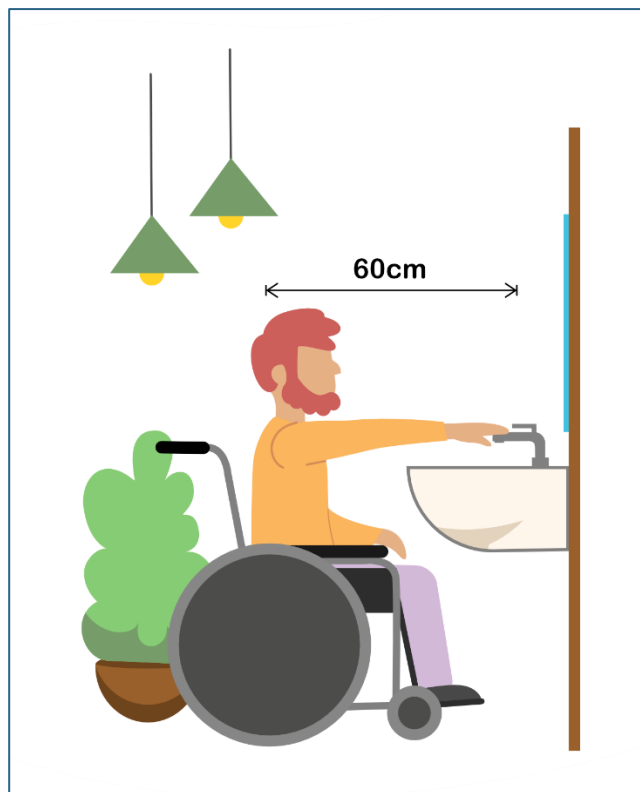
- **Zisternaren sakagailuak** zabala eta ukondoarekin edo ukabilarekin erabiltzeko modukoa izan behar du (motrizitate xeherik gabe erabiltzeko modukoa).





Konketen oinarrizko baldintzak:

- Konketek gurpil-aulkian dagoen pertsona bat **aurrez aurre hurbiltzeko** aukera eman behar dute; beraz, ez dute oinik izanen, eta beheko hutsuneak 70 cm-ko altuera, 80 cm-ko zabalera eta 50 cm-ko hondoa izanen ditu. Konketa-gainekoak 80 eta 85 cm arteko azalera izanen du.
- **Txorrota** ez da inoiz giltza birakarikoa edo botoi gogorrekoa izanen. Aginte bakarreko txorrota luzea edo gerontologikoa gomendatzen da, edo zelula-sistema duena.
- Gehieneko **irismen horizontala** 60 cm-koa da, gurpil-aulkiaren bizkarraldetik neurtuta. Beraz, txorrotak konketaren aurreko ertzetik gehienez 50 cm-ra egon behar du.
- Gurpil-aulki batetik, **irismen bertikala** 40-140 cm tartean dago, lurretik neurtuta. Erabilerarik erosoena 80-120 cm tartekoa da. Beraz, xaboiontziak, esku-lehorgailuak, etengailuak edo beste gailu batzuk gutxi gorabehera metro bateko altueran erabiltzeko modukoak izanen dira.

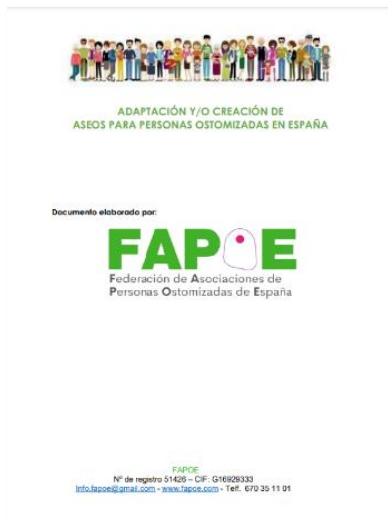




Ostomizatutako pertsonentzako komuna

Garraioetako, Mugikortasuneko eta Hiri Agendako Ministerioak ostomizatutako pertsonentzako komunak sartuko ditu Eraikingintzaren Kode Teknikoan (EKT), eta, beraz, nahitaezkoak izanen dira eraikin publiko berri guztietan eta birgaitzen direnetan.

FAPOEk, Espainiako Pertsona Ostomizatuen Elkartearen Federazioak, modu praktikoan egiaztatu du zer elementu eta eraikuntza-modu izan behar dituen halako komun batek, eta dossier bat editatu du, argazkiak, bideoak, krokisak eta behar bezala instalatzeko argibideak dituen.



Jarraibideak pertsona ostomizatuen esperientzia errealetan eta instalazio-sistema desberdinekin egindako egiaztapenetan oinarritzen dira, bai eta aurkitu dituzten hainbat arazotan ere. Horregatik, oso garrantzitsua da jarraibide guzti-guztiak **betetzea; Espainian komunak egokitu edo/eta sortzeari buruzko dossierrean zehazten dira (gaztelaniaz). Txosten horren arabera, hauek izan behar dira pertsona ostomizatuentzako komuneko elementuak:**

- **Husteko komunontzia:** ostomia-poltsa husteko eta estomaren higieena egiteko. Lurretik 73-75 cm-ra jarri behar da, komunontzi-gainekoaren ezkerreko ertzetik gutxienez 20 cm-ra, eskuineko ostomia izanez gero ezkerreko horma ez ukitzeko komunontzia horma horri itsatsita dagoenean. Ur beltzen saneamendu-sarera konektatuta egon behar du.
- **Komunontzi-gainekoa:** komunontziari euskarria ematen dio, bertan sartuta baitago. Poltsa aldatzeko behar diren produktuak jartzeko balio



du. Komunontziaren maila berean egon behar du, produktuak lurrera eror ez daitezen. Gutxienez 60 cm-ko zabalera izan behar du, eta zuloak komunontzi-gainekoaren ertzetik 7 cm baino gutxiagora egon behar du, erabiltzaileak gehiegi makurtu behar izan ez dezan.

- **Eskuzko dutxa, kakoa eta kable hedagarria dituen:** eskuineko aldean egon behar du, ur hotzari bakarrik konektatuta (ur beroak estomari kalte egiten dio). Garrantzitsua da esku bakarrarekin erabili ahal izatea, beste eskuak ostomia-poltsari eutsi behar baitio. Diametroa ez da 2,5 cm-tik gorakoa izanen, horixe baita ostomia-poltsaren ahoaren zabalera. Oso garrantzitsua da kakozkoa izatea. Ez da egokia txorrota hedagarria, eskuaren erpuruarekin eragiteko modukoa izan behar baitu. Horrela bakarrik ziurtatzen dugu ura zuzenean sartzen dela poltsan.



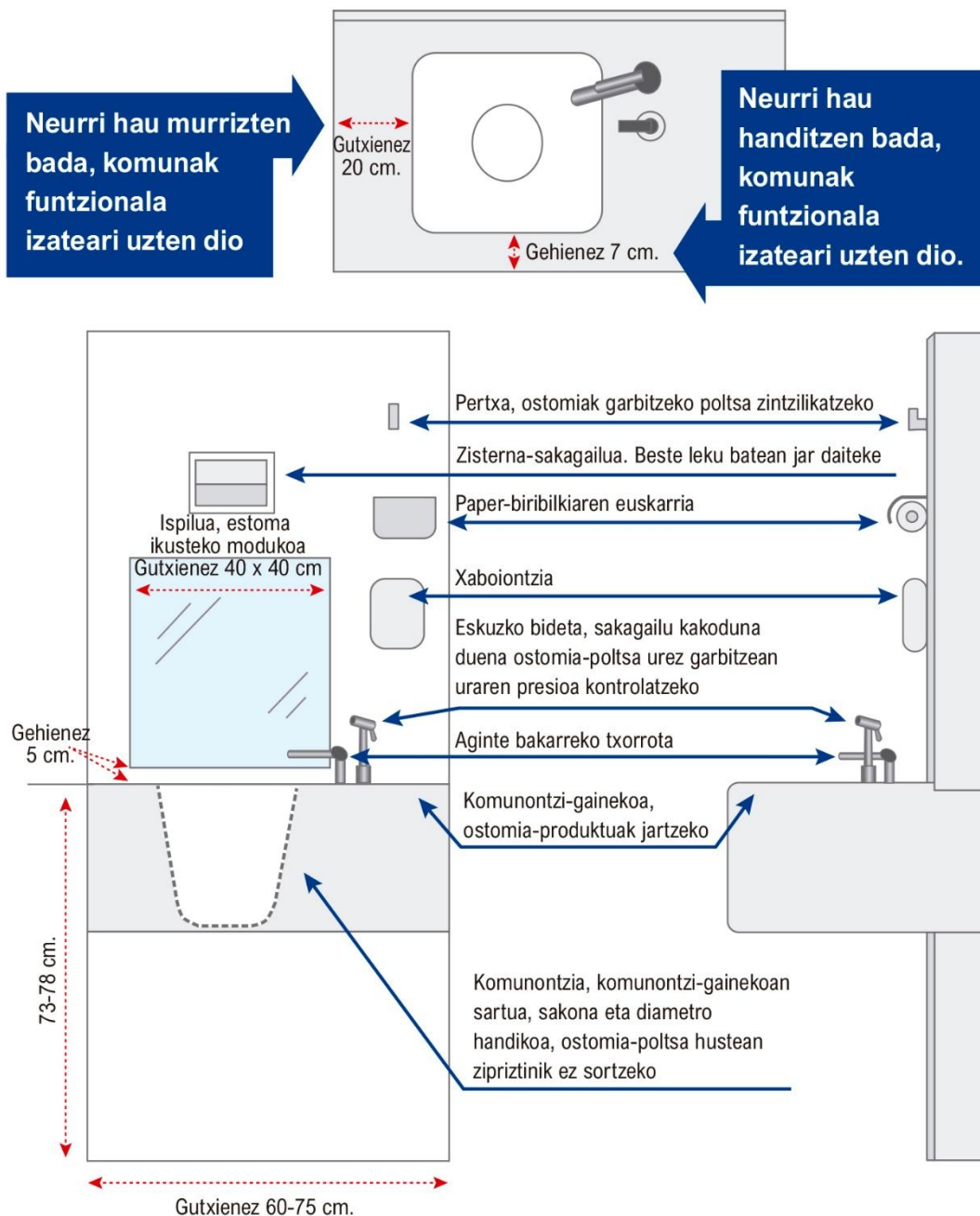
- **Aginte bakarreko txorrota:** ez du inolaz ere balioko eskuzko dutxa kakoduna ordeztzeko. Txorrotak eskuak garbitzeko balioko du, ostomizatutako pertsonak zikintzen baditu ostomia garbitzen duen bitartean.
- **Xaboiontzia:** ahal dela, erabiltzailearen aurrean egon behar du, paper-biribilkiaren euskarriaren azpian.
- **Ispilua:** pertsonaren aurrean egon behar du, komunontzi-gainekotik 5 cm-ra gehienez. Abdomeneko estoma ikusteko balio behar du. Ez du zisterna-sakagailua erdian izan behar, ezta estoma ikustea zailtzen duen beste osagarri ere. 40 x 40 cm neurtu behar ditu gutxienez .
- **Paper-biribilkiaren euskarria:** alde batean kokatuta, 1,30 m-ko altueran gehienez ere.
- **Maila bakarreko eskailera eramangarria:** pertsona baxuek komuna erabili ahal izateko. Gutxieneko neurriak 50 x 30 x 20 cm-koak izanen dira



(neurri horiek sakonerari, zabalerari eta altuerari dagozkie, hurrenez hurren).

- **2 pertxa:** bat komunontzitik edo aldaketa-gunetik hurbil, eta bestea zorroak eta jantziak esekitzeko; izan ere, ostomizatutako pertsonak horiek erantzi beharko ditu poltsa aldatzeko eta/edo husteko.
- **Esku-lehorgailua, sentsorea duena:** poltsaren diskoa berotu ahal izateko; itsasgarria beroarekin aktibatzen da.
- **Pixoihalen edukiontzia:** aldatutako poltsak botatzeko, usain txarrik hedatu ez dadin.
- **Argiztapena:** argia itzaltzeko sistemak ez du tenporizadorerik edo mugimendu-sentsorerik eduki behar. Argia itzaltzen bada, pertsona ostomizatua zikinduko da seguruenik.
- **Seinaleztapena:** ongi ikusteko moduan eta erliebean jarriko da atearen markoaren ondoan, baita instalazio sanitarioan bertan ere komun irisgarriekin batera badago.





Informazio gehiago:

- **Espainiako Pertsona Ostomizatuen Elkarten Federazioa:**
<https://www.fapoe.com/>
- **Telefonoa:** 670 35 11 01
- **Helbide elektronikoa:** info.fapoe@gmail.com



Aldagela inklusiboak



Aldagela inklusiboa kontzeptu berritzailea da, non bainugela irigarria eta inklusiboa den: **higienarako espazio zabal eta segurua, bainugelan laguntza-premia handiak edo konplexuak dituzten eta pertsona bat edo biren laguntza behar dutenentzat.**

Aldagela inklusiboak eta komun estandarrak instalatzeak hainbat pertsona-talderen beharrak asetzen ditu. Horregatik, lehendik zeuden komunetatik aparte instalatu behar dira, modu independentean. Aldagela inklusiboek oinarrizko 5 printzipio dituzte, egungo komun irigarrietatik bereizten dituztenak:

- Giro segurua eta garbia.
- Gutxienez 12 m²-ko azalera erabilgarria.
- Osasun-ekipo eta instalazio egokiak.
- Higienean laguntzen dutenentzako segurtasun-espazioak.
- Sarbide-kontrol kudeatu eta koordinatua.



Aldagela inklusibo batek elementu hauek izan behar ditu gutxienez:

- Altuera erregulagarriko ohatila.
- Polipasto-sistema, errail mugikorra duena.
- Altuera erregulagarriko komunontzia, pribatutasun-errezel bilkorra eta altuera erregulagarria duen konketa.
- Ate zabala, esekitokiak eta barra horizontal eraisgarriak.
- Dutzako eserlekua, barra duen dutxa-unitatea, xanpu eta gelaren banagailua eta dutxarako aginte bakarreko txorrota.
- Alarma-sistemaren soka.
- Beste elementu batzuk, hala nola ohatilarako paper-biribilkiaren euskarria, eskuila, berme-barra eraisgarriak, gorputz osoko ispilua, klimatizazioa, edukiontzi higienikoak, xaboi neutroaren eta paper-zapien banagailua, argiztapena eta sarbidea kontrolatzeko mekanismoak, etab.



Aldagela Inklusiboak Koordinatzeko Elkarteak

esperientzia du espazio horiek diseinatzeko eta instalatzeko, erabiltzaileekin egindako probetan oinarritzen baita. Horrek aukera ematen die aldagelek funtsezko elementuak barne hartzen dituztela bermatzeko, hala

nola ohatila doigarriak, transferentzia-garabiak eta laguntzaileentzako espazio egokia, haien funtzionaltasuna bermatuz. Gainera, aldagela inklusiboak ziurtatu eta erregistratzen dituzte.

Informazio gehiago:

- **Aldagela Inklusiboak Koordinatzeko Elkarteak:**

<https://cambiadoresinclusivos.org/>

- **Telefonoak:** 649 96 99 01 - 609 91 72 22
- **Helbide elektronikoa:** presidencia@cambiadoresinclusivos.org



6. Irisgarritasuna sortzen duten baliabideen bankua

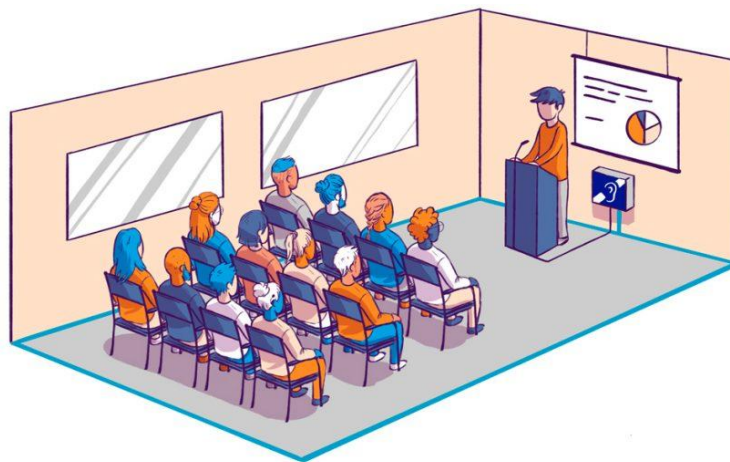
Indukzio-begiztak

Entzumen desgaitasuna duten pertsonak, audifonoa edo kokleako inplantea dutenek, zailtasunak dituzte erabilera publikoko esparruetan egiten den komunikazioa entzuteko eta ulertzeko. Airetik belarriko protesiraino transmititzen den soinua degradatzen da erreberberazioagatik, inguru-zaratagatik eta igorpen-iturriraino dagoen distantziagatik. Protesiek mikrofono oso onak izan arren, airean hedatutako uhin akustikoen bidez iristen zaie soinua.

- Audiomaiztasuneko indukzio-begizta sistemak (begizta magnetikoa) **audio-eremu magnetiko bat sortzen du entzute-eremu osoan.** Sistema hori audio-iturritik elikatzen da zuzenean, eta indukzio magnetikoaren bidez hedatzen du komunikazioa.
- Protesiaren erabiltzaileak "T" posizioa aktibatzen du, eta daukan telebobina audio-eremu magnetikoarekin indusitzen da. Horrela, pertsonaren belarrira **soinua iristen da** emisio-iturrian duen **kalitate berarekin.**
- **Begizta magnetikoko ekipoei UNE-EN 60118-4:2016/A1:2018 araua bete behar dute.** Arau horrek arautzen du zer estandar bete behar den indukzio-begiztak dituzten eremuak entzumen-gaitasun desberdina duten pertsonentzat irisgarritzat jotzeko.
- **Entzumen-begiztako sistemak izan ohi dira irtenbiderik praktikoena, ekonomikoena eta mantentze txikienekoa** entzumen desgaitasuna duten pertsonen kalitate oneko sarbidea emateko, eta, beraz, mundu osoan gehien erabiltzen den irtenbidea dira.



- Instalatu ondoren, begizta batek urtez urte funtzionatzen du mantentze-kosturik gabe. Eta ez da ahaztu behar **audifonoen erabiltzaileek ez dutela hartzaile gehigarriak ordaindu behar**: hartzailea audifonoan integratuta dago jada. Audifonoa T posiziora aldatzea aski da soinuaz gozatzeko.
- Begizta magnetikoak obrakoak izan daitezke, hau da, esparrua inguratzen duen kable baten bidez gelan instalatutakoak, edo eramangarriak.



- Garrantzitsua da indukzio-begiztak seinaleztatzea dagokien piktogramarekin.

Begizta magnetiko eramangarrien motak:

➤ Mostradorekoa



Begizta mota hori oso moldakorra da, eta modu askotan erabil daiteke. Profil txikiko diseinu meheak aukera ematen du biltzen diren bi pertsona edo gehiagoren arteko gainazal lau batean jartzeko, intrusiboa izan gabe. Begiztan integratutako mikrofonoarekin erabil daiteke, edo 3,5 mm-ko sarrerarekin konektatutako mikrofono batekin. Ezin hobea da honako



hauetan erabiltzeko: arreta emateko mahaietan, bulegoko mahaietan, bilera-gela txikietan eta etxez etxeko bisitetan, besteak beste.

➤ Begizta magnetiko indibidualeko FM bidezko sistema mugikorra



Begizta hori bisita gidatuetan erabiltzen da batez ere, entzungailuak konektatuz edo entzuleen lepoan begizta bat jarriz (seinalea T posizioan dagoen audifonora edo inplantera igortzen baitu).

Kargatzeko oinarri edo maleta batekin jarri ohi da, erraz garraiatu ahal izateko.

Informazio gehiago:

- **Eunate elkartea. Accisor zerbitzua:** <https://accisor.org/>
- **Telefonoa:** 948 26 18 77
- **WhatsApp:** 646 57 12 49
- **Helbide elektronikoa:** gestionaccisor@eunate.org
- **Helbidea:** Belateko Monasterioaren kalea 3, 31011 Iruña



Teleinterpretazioa SVIsual bidez



SVIsual funtsezko tresna da zeinu-hizkuntza darabilten pertsona gorren komunikazioan irisgarritasuna bermatzeko. Zeinu-hizkuntzako bideointerpretazio-sistema baten bidez, komunikazio-oztopoak apurtzeko eta inklusioa sustatzeko aukera ematen du arretan, hezkuntzan, zerbitzu publikoetan eta antzeko eremuetan. Sistema hori ezartzeak, irisgarritasun-araudia betetzea bermatzeaz gain, zerbitzuaren kalitatea hobetzen du, pertsona guztientzako esperientzia ekitatiboagoa eta gogobetegarriagoa eskaintzen baitu. Komunikazio eraginkorra eta arina errazten duenez, SVIsual zerbitzuari esker, gorrek aukera dute gizartean bete-betean parte hartzeko eskubideaz baliatzeko.

- SVIsual bideointerpretazio-plataformaren bidez, pertsona gorren eta entzuleen arteko komunikazio triangeluarra egin daiteke denbora errealean.
- Audioa eta bideoa aldi berean integratzen dituen dei-zentro gisa funtzionatzen du.
- Sarean funtzionatzen du estatu osoan, eta bideointerpretazio-zerbitzuak eskaintzen ditu edozein eremutan, eguneko 24 orduetan eta urteko 365 egunetan.



- Normalean, inguruko edo zerbitzuko wifi-sarera konektatutako tableta baten bidez erabiltzen da.
- Plataformak bat-bateko mezularitza-zerbitzu bat ere badu, txat erakoa, eta horrek aukera ematen du komunikazioa osatzeko bideo-interpretazioa egiten duen pertsonarekin.



Informazio gehiago:

- **Asorna elkartea:** <https://www.asorna.org/>
- **Telefonoa:** 948 25 71 62
- **WhatsApp:** 619 70 90 40
- **Helbide elektronikoa:** asorna@asorna.org
- **Helbidea:** Iratxe Monasterioaren zeharbidea 2, 31011 Iruña



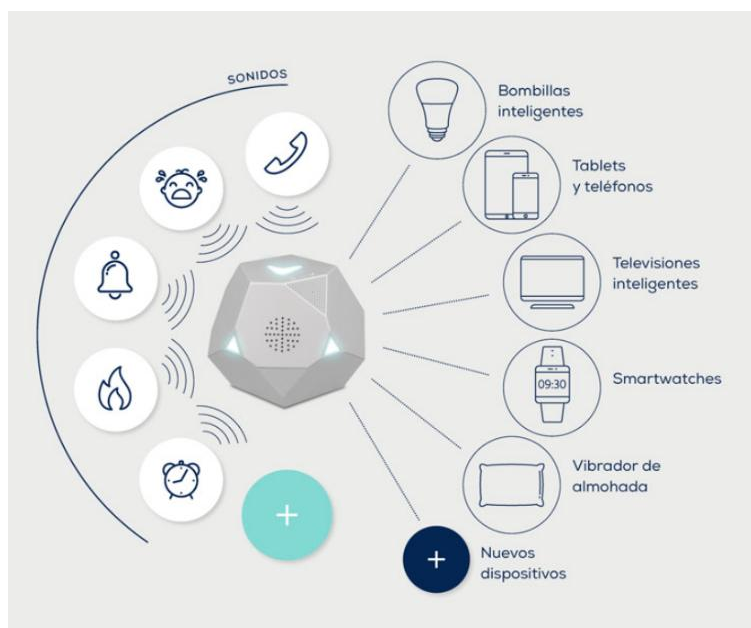
Visualfy

Visualfy soinuak ezagutzeko sistema bat da, eraikin publikoetan entzumen desgaitasuna duten edo entzumen galera duten langile, erabiltzaile eta bisitariek erabil dezaten.

Adimen artifizialeko algoritmo batean oinarrituta dago, eta txurrina, telefonoa edo suteen alarma ezagutzen ditu, besteak beste. Soinu horiek hainbat koloretako argi-alerta bihurtzen ditu, eta pertsonei bidaltzen, konektatutako edozein gailutara eta modu pertsonalizagarrian.

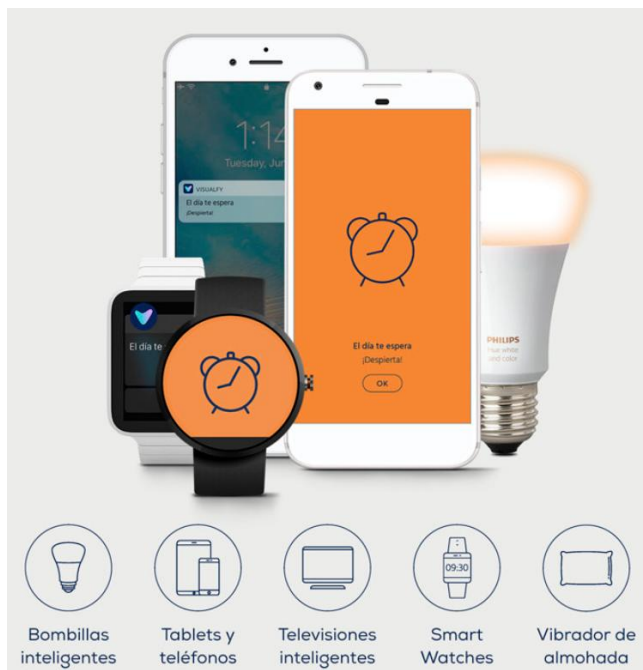
Kolore-kode bati eta bibrazioei esker, pertsonek denbora errealean badakite suteen alarma jotzen ari den, kontsultarako beren txanda den edo megafoniaz zer esaten ari diren.

- **Visualfy Public Spaces** erraz egokitzen da proiektu bakoitzaren irisgarritasun-beharretara.
- Sistemak honako hauek ditu: nodo zentral bat, soinu-iturrietatik gertu kokatua; sentsoreak, eta seinaleztapen-lanpara adimendunak, soinuaren arabera kolorea aldatzen dutenak.





- Sistema erraz konfiguratzen da eta, instalatu ondoren, soinuak ezagutzen ditu eta erabiltzaileei berehala abisatzen die, eraikin guztietarako estandarizatutako kolore-eredu baten arabera.
- Sistemak audioak aztertzen ditu Internetera irten gabe, eta Datuak Babesteko Erregelamendu Orokorra betetzen dela bermatzen du.



Nola eta non jasotzen dira alertak?

- Alertak guztiz pertsonalizagarriak dira, eta espazio publikoak ezartzen du nola jasotzen diren, erabiltzaileentzat egokitzen jotzen dituen ezaugarriak (kolorea, argia, bibrazioa...) eta gailuak (argiak, telefono adimenduna, erloju adimenduna...) zehaztuta.
- Pertsona batzuek aukeratuko dute alertak gailu pertsonaletan jasotzea; beste batzuek, berriz, alertak espazio publikoko euskarrien bidez jaso beharko dituzte. Visualfyk bi erabilera-kasuetarako funtzionatzen du.



Alertak espazio komunetan:

- Visualfyk soinu bat detektatzen duenean, erabiltzaileei ohartarazten die argiztapen-sistemaren bidez edo pantailen bidez, behar bezala iragarritako (eta, beraz, ezagututako) kolore-kode baten bidez.
- Era berean, posible da eraikinaren megafoniaz entzuten diren mezuak testu bihurtzea eta pantailetara edo erabiltzaileen gailuetara bidaltzea.

Informazio gehiago:

- **Visualfy:** <https://www.visualfy.com/es/para-entidades/>
- **Telefonoa:** 962 027 093
- **WhatsApp:** 660 812 825
- **Helbide elektronikoa:** clientes@visualfy.com
- **Helbidea:** Diputazio etorbidea 48. 46181 Benissanó, Valentzia.



Telefono bidezko interpretazio-zerbitzua hainbat hizkuntzatan

Aldibereko teleitzulpen-sistemak aukera ematen digu, osasun-zerbitzuetako profesionalak garen aldetik, gaztelaniaz ez dakiten atzerritarrekin komunikatzeko, **hizkuntza-oztopoak kenduz**.

- Sistema eguneko **24 orduetan** dago erabilgarri, urteko **365** egunetan, eta teleitzulpenak **26 hizkuntza** baino gehiago hartzen ditu barne.
- Interpreteek **konfidentzialtasun-klausula** bat dute, hau da, entzuten edo itzultzen duten ezer ezin da ezein sistematan kopiatu edo transkribatu.
- Aldibereko teleitzulpen-zerbitzurako sarbidea **telefono bidez** egiten da, eta deian profesionalak, pazienteak eta itzultzaileak parte hartzen dute.
- Laguntza hori behar baduzu, **946 562 562** telefonora deitu besterik ez duzu egin behar, terminal finko edo mugikor batetik, **esku libreko sistema aktibatuta**. Nor zaren esan eta zerbitzua eskatu behar duzu. Interpreteak denbora errealean itzuliko du elkarrizketa.
- Teleitzulpen sisteman **sartzeko eskaera** zentroaren edo zerbitzuaren zuzendaritzak egin behar du, mezu elektroniko bat bidaliz deatención.paciente@navarra.es helbidera, kopian dagokion zuzendariordetza jarrita, jakinaren gainean egon dadin. Mezu elektronikoan, alta-eskaera eta sisteman sartu beharreko **telefono-zenbaki osoak** (luzapenik gabe) adierazi behar dira.
- Herritarren eta Erien Arretarako Zerbitzuak mezu elektroniko bat bidaliko die zentroko edo zerbitzuko zuzendaritzari eta dagokion zuzendariordetzari, teleitzulpen-sistemako **aktibazioaren berri emateko**. **Erabilera-eskuliburuak** ere bidaliko ditu.

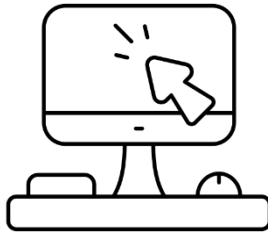


Informazio guztia Auzolanen dago eskura:



Osasun Departamentuaren edozein ordenagailutatik sartzeko

- Auzolan ikonoaren bidez sar daiteke, edo helbide honetan: <https://gcsalud.admon-cfnavarra.es/>
- Departamentuko pertsona guztiek dute sartzeko baimena.



Nafarroako Gobernuaren sare korporatibotik kanpoko ordenagailu batetik sartzeko

- Helbide honen bidez: <https://gcextsalud.navarra.es/>
- Sartzeko, beharrezkoa da identifikatzea (ziurtagiri digitala, NAN+pin edo cl@ve erabiltzailea).



Kulturarteko bitartekaritza komunitarioaren zerbitzua

Zerbitzuaren helburua da **kultura anitzeko gizarteetan gizarteratzeko eta kulturen arteko bizikidetzarako prozesuak bultzatzea**. Bitartekarien esku-hartzeak komunikazioa eta elkar ulertzea erraz ditzake, eta gatazkak ekidin eta konpondu.

Zerbitzu hau interesatzen zaizu hauetako bat behar baduzu:

- **Kultura desberdinetako pertsonen arteko bitartekotza-ekintzak** diseinatzen, lantzen eta garatzen dituen norbait, maila pribatuan edo maila komunitarioan.
- **Kulturarteko bitartekotzako, esku-hartze komunitarioko, negoziazioko edo gatazken prebentzioko** ekintzak egiten dituen norbait.
- Kultura-gakoei eta kulturartekotasunari buruzko **informazioa, aholkularitza eta prestakuntza**.

Esku-hartzea Nafarroako edozein tokitan egin daiteke.

Hitzordua eskatzea

Hitzordua telefono hauetan eska daiteke:

- **Iruña:** 948 20 36 42
- **Tutera:** 948 82 74 50
- **Ijitoei zuzendutako kultura-bitartekaritzarako:** 948 38 26 80

Harremanetarako datuak

- **Karibu-Migratzaileei Harrera eta Lagun Egiteko Zerbitzua**

Helbide elektronikoa: migraciones.acogida@navarra.es



Irakurketa erraza

Irakurketa erraza testuak idazteko eta maketatzeke modu bat da, ulermen-arazoak dituzten pertsonen informazioa errazago uler dezaten.

- Halako testuak lantzeko, Europako jarraibide batzuk bete behar dira, bai eta Kalitate estandarizatuko arauen zerrenda eta lan-prozesu bat ere.
- Halako testuak prestatzen eta baliozkotzen dituzten pertsonen prestakuntza jaso dute.
- Zehazkiago, baliozkotzaileak normalean adimen- edo garapen-degaitasuna duten pertsonak dira.
- Irakurketa errazak testuen idazketari, diseinuari, maketazioari eta ulergarritasunari buruzko jarraibideak eta gomendioak biltzen ditu, irakurritakoa ulertzeko zailtasunak dituzten pertsonen informazioa eskura izan dezaten.
- [31/2022 Foru Legean](#) irakurketa erraza agertzen da, interes publikoko testuotarako eta maiz erabiltzen diren formularioetarako beharrezko egokitzapen gisa.

Noiz erabili behar da irakurketa erraza?

- Irakurritakoa ulertzeko zailtasunak dituzten pertsonen zuzendutako informazioa dagoenean. Adibidez:
 - Adimen degaitasuna duten pertsonentzako oposizioen deialdietarako,
 - osasun-arloko informazioak: aurretiazko borondateen agiriak edo baimen informatuak,
 - eta, oro har, herritarren eskubideei buruzko guztia.
 - Baita instantziak, eskabideak eta antzeko dokumentuak ere.



Irakurketa errazerako egokitzapena talde espezializatu batek egin behar du, eta testatu egin behar da. Irakurketa errazean idazteko prozesua konplexua da, eta prestakuntza egokia izan behar duten hainbat profil eskatzen ditu.

Irakurketa errazera egokitzeko prozesuan beharrezkoak diren pertsonak:

- **Egokitzailea:** irakurketa errazean idazten trebatuta dago, [Irakurketa Errazeko Europako jarraibideak](#) eta UNE 153101:2018 EX arauaren gomendioak ezagutzen ditu, eta horiek abian jartzen esperientzia du. Komeni da egokitzaileak ulermen zailtasunak dituzten pertsonak ezagutzea.
- **Baliozkotzaileak:** ulermen zailtasunak dituzte, eta baliozkotzearen eta irakurketa errazaren arloko prestakuntza jaso dute. Testu bat ulertuko den esaten digute, eta haiek hura baliozkotu gabe dokumentua ezin da aurrera atera.
- **Gaian adituak diren pertsonak.** Egokitutako dokumentuak jatorrizko dokumentuaren zehaztasuna duen esaten digute. Figura hori beharrezkoa da, bereziki, lege-testuetan edo testu teknikoetan.

Gogoratu: baliozkotzerik gabe, ez dago irakurketa errazik.

Nola erabili irakurketa errazaren piktograma



Irakurketa errazeko testu bat egiten denean, irakurketa errazaren logo europarra erabili behar da. Irakurtzen ari den eta erpuruarekin OK egiten duen pertsona baten marrazkia da. Piktograma Pantone 072 urdin kolorekoa da, urdin iluna, eta gutxienez 15 mm-ko tamaina izan behar du. Gainera, "Irakurketa errazean" esaldia agertu behar du.



Inklusibitateko botikina osasun-zerbitzuetan

Gobierno de Navarra
Departamento de Salud



Nafarroako Gobernua
Osasun Departamentua

Informazio gehiago:

- **Anfas Nafarroa elkartea. Nafarroako Irisgarritasun Kognitiboko Bulegoa:** <https://www.anfasnavarra.org/oacna-lf/>
- **Telefona:** 948 27 50 00
- **Helbide elektronikoa:** s.ganuza@anfasnavarra.org
- **Helbidea:** Maeztu Pintorearen kalea 2, behea atzealdea, Iruña



Zeinu-hizkuntzako bideo lokutatuak, azpigituluak ere dituztenak



Bideoak eta ekitaldiak zeinu-hizkuntzan interpretatzea eta horietan azpigituluak izatea funtsezkoa da gorrek ikus-entzunezko informazioa eta edukiak eskuratzen dituztela bermatzeko.

Gainera, azpigituluak onuragarriak dira pertsona guztientzat, hala nola ingurune zaratatsuetan gaudenean edo audioa aktibatu ezin dugunean, edo hizkuntza menderatzen ez dugunean.

- Azpigituluek [UNE 153010:2012 araua](#) bete behar dute.[Gorrentzako eta entzumen desgaitasuna dutenentzako azpigituluak](#).
- Zeinu-hizkuntzaren bidezko interpretazioak [UNE 139804:2007 araua](#) bete behar du.[Espainiako zeinu-hizkuntza sare informatikoetan erabiltzeko betekizunak](#).
- Zeinu-hizkuntzan interpretatzen duen pertsonaren irudiak pantailaren altueraren herena izan behar du, bideoak telebistarako direnean.
- Sare sozialetarako denean, pantaila txikiagoak dituzten gailu mugikorretan ikustea oso ohikoa denez, interpretatzen duen pertsonaren irudiak pantailaren altueraren erdia izan behar du.



Azpitituluak jar ditzakegu bideoaren produkzioan bertan?

- Bai, oso gomendagarria da, baina garrantzitsua da jakitea azpitituluak UNE araua bete behar duela. Bideo luzeak direnean baino ez da komeni, eta beti testatu behar da.
- Komunikazio eta ekitaldi inklusibo eta irisgarrietarako gida dokumentuan azpitituluak behar bezala jartzeko gako batzuk aurkituko dituzu.
- Gogoan izan behar da ez dela garestia bideoetan azpitituluak eta zeinu-hizkuntza jartzea.

Garrantzitsua da honako hauek bereiztea:

- **Bideo bat interpretatzea edo zeinu-hizkuntzan ematea:** edozein eduki duen bideo bat izan daiteke. Espainiako zeinu-hizkuntza txertatzean, zeinu-hizkuntza darabilten gorren eskura jartzen ari gara, Espainiako zeinu-hizkuntzaren interprete bat jarritz pantailaren izkinan.



Modu irisgarri digitala – Komunikazio argiaren gakoak:

<https://vimeo.com/showcase/9390014/video/691768587>

- **Informazioa zeinu-hizkuntzan ematea:** Informazioa irisgarria da zeinu-hizkuntza darabilten gorrentzat. Hori ulertzeko, garrantzitsua da



gogoraraztea pertsona horientzat hizkuntza idatzia bigarren mailako hizkuntza dela. Haien ama-hizkuntza, modu naturalean ikasi dutena, zeinu-hizkuntza da. Irakurtzen dakiten arren, pertsona horientzat idatzizko informazioa ez da informazioa trukatzeko modurik ohikoena, eta ahalegin handiagoa egin behar dute informazio hori ulertu ahal izateko. Informazioa zeinu-hizkuntzan ematea garrantzitsua da pertsona horiek informazioa gainerakoen baldintza berdinetan ulertu ahal izateko. Bideo horiek, gainera, lokutatu egin daitezke, irakurritako informazioa entzun nahi duten itsuentzat ere irisgarriak izan daitezken.



Irantzuko lurrak. Jardunaldiak Allozko urtegian.

https://youtu.be/pisV0v7g-M?si=g4nBlyiqh_juIVRz

Informazio gehiago:

- **Eunate elkartea. Accisor zerbitzua:** <https://accisor.org/>
- **Telefonoa:** 948 26 18 77
- **WhatsApp:** 646 57 12 49
- **Helbide elektronikoa:** gestionaccisor@eunate.org
- **Helbidea:** Belateko Monasterioaren kalea 3, 31011 Iruña.



PDF irisgarriak



Gure dokumentuak maketatzean, garrantzitsua da pantaila-irakurgailuaren erabiltzaileek ere kontsultatu ahal izatea. Ohiko lan-prozesuan txertatzeko oso errazak diren jarraibideak betez gero, PDF dokumentu irisgarriak sortu ahalko ditugu testua prozesatzeko ohiko programekin.

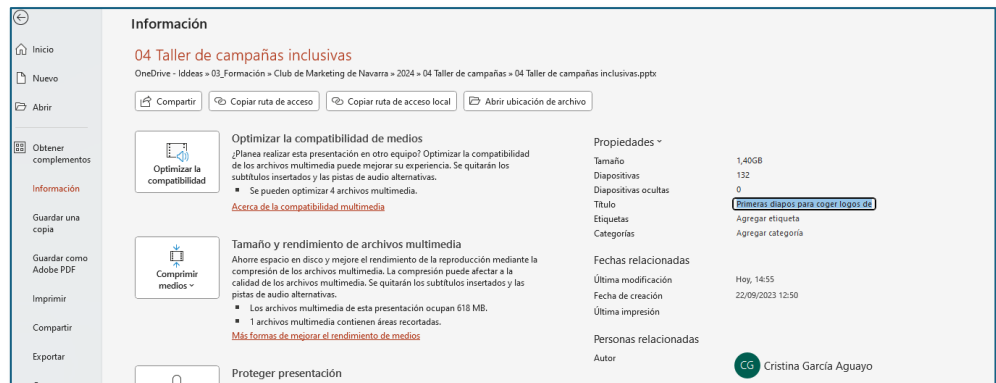
- Komunikazio eta ekitaldi inklusibo eta irisgarrietarako gida dokumentuan azpigituluak behar bezala jartzeko gako batzuk aurkituko dituzu. Nolanahi ere, **Wordetik PDF irisgarriak egiteko** urrats nagusiak jasoko ditugu jarraian.

1. Adierazi dokumentuaren hizkuntza

- Garrantzitsua da hori egitea pantaila-irakurgailuek irakur dezaten eta dena behar bezala uler dadin.

2. Adierazi dokumentuaren izenburua.

- Horrela, dokumentuak beti du edukia identifikatzen duen izen bat. Interesgarria da hori egitea; izan ere, batzuetan web-edukien kudeatzaileek modu ez oso irisgarrian izendatzen dituzte PDF deskargagarriak.
- **Fitxategia > Informazioa** pantailan egiten da. Gako-hitzak eta dokumentuaren egilea ere gehitzen ahal ditugu.



3. Testu-estiloak aplikatuko ditugu

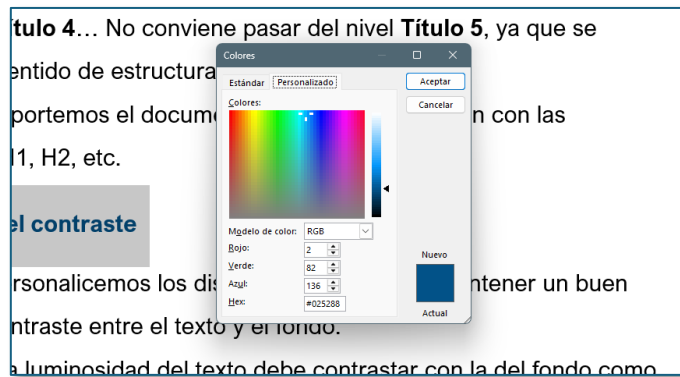
- Testu-estiloak aplikatuta, dokumentua barrutik etiketatzea lortzen dugu, pantaila-irakurgailuentzat nabigagarriagoa izan dadin.
- Itxura eta diseinua pertsonalizatu daitezke, estetikoki politagoak izan daitezken.
- Behin bakarrik aplikatuko dugu **1. izenburua** estiloa, dokumentuaren izenbururako. **Izenburua** estiloa baztertuko dugu, ez dugu erabiliko.
- **2. izenburua** lehen mailako kapituluaren izenetan aplikatuko litzateke. Hurrengo estiloak testuaren maila desberdinetarako aplikatzen dira: **3. izenburua**, **4. izenburua**... Ez da komeni **5. izenburutik** gorako mailak erabiltzea, testua egituratzearen zentzua galtzen baita.
- Dokumentua PDFra esportatzen dugunean, izenburuek H etiketa izanen dute: H1, H2 eta abar. Testu normala P etiketarekin esportatzen da.

4. Kontrastea neurtuko dugu

- Diseinuak pertsonalizatzean, garrantzitsua da testuaren eta hondoaren arteko kontraste-maila onari eustea.
- Horretarako, testuaren argitasunak hondoarenarekin kontrastatu behar du, eta, gutxienez, 4,5 puntuko ratioa izan 12-18 puntuko testuetarako.
- 18 puntutik gorako testuetarako, 3ko ratioa lortu behar dugu. 7tik aurrera, beti da irisgarria.



- Testua hautatzean, koloreari dagokion kode hamaseitarra atzitu dezakegu, **Kolore gehiago** aukeran klik eginez.



- [Contrast Checker](#) tresna oso erabilgarria da kontrastea neurtzeko eta koloreak aldatzeko, ratioa nahikoa ez denean hori konpontzeko.

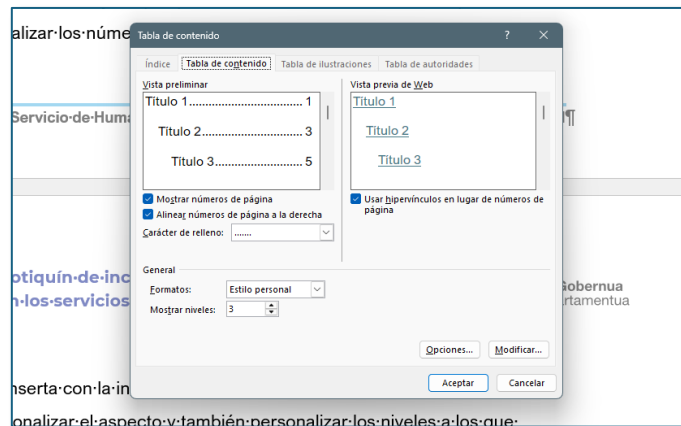


5. Edukien taula interaktiboa

- Dokumentuaren hasieran txertatuz, taula honek eduki bakoitzera sartzeko balio du. Barne-estekak sortzen ditu estiloak dituzten izenburuetarako.
- Gainera, oso erabilgarria da, dokumentua aldatuz gero orrialde-zenbakiak automatikoki eguneratzen baitira.



- Erreferentziak > Edukien aurkibidea aukeratu behar da taula txertatzeko. Itxura pertsonalizatu dezakegu, baita nahi ditugun mailak ere.



6. Zerrenda (buletak) eta zenbakidun zerrenda

- Zerrendak **Buletak** tresnarekin egin behar dira, Worden tresna hori baitu zerrendetarako.
- Baita zenbakidun zerrendetarako ere: **Numerazioa**.
- Diseinatzeko modu horrek nabigazioa errazten du. PDFra esportatzean, etiketa bereziak izanen dituzte. Etiketa horiek pantaila-irakurgailuak erabiltzen ditu pertsonari zerrendak zenbat elementu dituen esateko eta zerrendako goiburuetatik nabigatzeko.

7. Taula erregularrak

- Taulak ere Worden berezko tresnarekin egin behar dira.
- Ez dira gelaxkak konbinatu behar.
- Garrantzitsua da zutabe bakoitzari izena jartzea eta, ahal bada, errenkada bakoitzaren hasieran ere bai.

8. Irudien deskribapena eta infografietako testuen transkripzioa

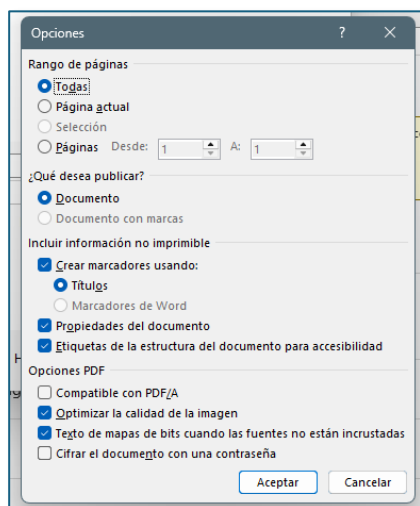
- Ordezko testua edo ALT testua ere esaten diogu.
- Labur deskribatu behar du irudian ikusten dena.



- Irudia apaingarri gisa marka daiteke; horrela, pantaila-irakurgailuak ez du irakurtzen.
- Grafikoak (irudi bihurtu direnak) ere deskribatu behar dira.
- Garrantzitsua da, halaber, funtzio hori kontuan hartzea barruan testua duten infografikoak edo irudiak txertatzean.
- Irudiak deskribatzea arte bat da. Komunikazio eta ekitaldi inklusibo eta irisgarrietarako gida dokumentuan azpigituluak behar bezala jartzeko gako batzuk aurkituko dituzu.

9. PDF gisa gordeko dugu

- PDF gisa gordetzean, **Fitxategia > Gorde honela** edo **Fitxategia > Gorde kopia bat** markatu behar dugu. Ez erabili beste aukerarik, ez baitute berdin funtzionatuko.
- Hautatu **Optimizatu honetarako: Estandarra (linean argitaratzea eta inprimatzea)** aukera.



- **Aukerak** atalean, honako hauek aukeratuko ditugu:
 - **Sortu laster-marka, hauek erabilita:**
 - **Izenburuak.**
 - **Dokumentuaren propietateak.**
 - **Erabilerraztasunerako dokumentuaren egitura-etiketak.**



Informazio gehiago eta edukiak pertsonalizatzea:

- Ideas Fundazioa: <https://fundacionideas.org/>
- Telefonoak: 628 36 69 17 / 650 452 650
- Helbide elektronikoa: hola@fundacionideas.org



NaviLens



NaviLens kolore-markatzaileen sistema berritzaile bat da, hasiera batean espazio publiko eta pribatuetan irisgarritasuna eta zirkulazioa hobetzeko diseinatua. Ikusmen desgaitasuna duten pertsonentzat berariaz garatua, QRen antzeko kode-teknologia erabiltzen du, baina funtzionalitate askoz aurreratuagoa du. NaviLens markatzaileak urrunetik eta

edozein angelutatik eskaneatu daitezke mugikor baten kameraren bidez, informazio argia eta zehatza berehala eskainiz, baita mugitu bitartean ere. Sistemak aukera ematen die itsuei edo ikusmen urriko pertsonari modu autonomoan orientatzeko hainbat inguruetan, hala nola garraio-geltokietan, museoetan, ikastetxeetan edo osasun-inguruneetan, esperientzia inklusiboagoa eta irisgarriagoa erraztuz.

Ondoren, NaviLensek funtzionalitate berriak gehitu dizkie markatzaile horiei. Eskuragarri dauden bi aplikazio: aplikazioaren bidez, pertsonak hainbat informazio-formatu irisgarri eskura ditzake: irakurketa erraza, zeinu-hizkuntzan interpretatutako bideoak eta beste batzuk, lehentasunen eta beharren arabera.

Ezaugarriak:

- **Azkartasuna.** NaviLensek ia berehala irakurtzen ditu markatzaileak.
- **Urrunetik.** Etiketak dozenaka metroko distantziatik irakurtzen ditu, markagailuaren tamainaren arabera.
- **Fokuratze-angelu zabala.** 160 gradu arte.



- **Fokuratzerik gabe.** Ez da beharrezkoa fokuratzea, eta hori ezinbestekoa da ikusmen desgaitasuna duten pertsonentzat.
- **Argiztapen-tarte zabala.** Irakurketa argi-baldintza askotan egin daiteke, ez du argiztapen-maila handirik behar.
- **Mugimenduan.** NaviLensek etiketak detektatzen ditu pertsona ibiltzen den bitartean.
- **Zehaztasuna.** Informazioa ematen dute, pertsona zehaztasunez orientatu ahal izateko.
- **Malgutasuna.** Ez da beharrezkoa pertsonak markatzailea zehaztasun osoz fokuratzea behar duen informazioa eman diezaion.
- **Distantzia eta orientazio zehatza.** NaviLensek etiketa zer distantziatara dagoen jakinarazten du. Distantziaz gain, NaviLensek etiketaren inklinazio-angelua adierazten du.
- **Irakurketa anizkoitza.** Etiketa asko aldi berean detektatzen ditu, eta erabiltzaileari eroso aurkezten dizkio.



Eskuragarri dauden bi aplikazio:



NaviLens aplikazioa, ikusmen desgaitasuna duten pertsonen informazio bera zehaztasun handiz aurkitzen laguntzen diena, gailu elektronikoak erabili gabe.





NaviLens GO aplikazioak informazio pertsonalizatua eskaintzen du, pertsonaren profil funtzionalaren arabera. Lehenespenetan edukiak hauta daitezke aplikazioak automatikoki detekta ditzan. Edukiak honelakoak izan daitezke: irakurketa errazekoak, zeinu-hizkuntzako bideo lokutatuak (azpтитuluak ere dituztenak), edo ikusmen irisgarritasunekoak.

Markatzaileen erabilera-profilak:

Markatzaileek ematen duten informazioa profil hauetarako pentsatuta dago:

- **Ikusmen desgaitasuna duten pertsonak**; adibidez, ingurune eta elementu kultural, historiko edo naturalak deskribatuz. Garrantzitsua da edukiak gainbegiratuta eta pertsonalizatuta egotea, ingurunea eraginkortasunez gida eta deskriba dezaten.

**LIBRE QUE ME QUIERO LIBRE
ASKE, NIBETI ASKE**



**POR TODAS LAS MUJERES. CONTRA TODO TIPO DE VIOLENCIAS
EMAKUME GUZTIENGATIK, INDARKERIA MOTA GUZTIEN KONTRA**

 Descárgalo la app NaviLensGO y accede a más información /
Deskargatu NaviLensGO aplikazioa eta eskuratu informazio gehiago

 **Ayuntamiento de Pamplona** | **Iruñeko Udala**



- **Desgaitasun fisikoa duten pertsonak**; ingurune eta ibilbide irisgarriak edo irisgarritasun-arazo posibleak eta alternatiba irisgarriak deskribatuz.
- **Entzumen desgaitasuna duten pertsonak**; informazioa zeinu-hizkuntzako bideo bidez erakutsiz.
- **Ulertzeko zailtasunak dituzten pertsonak**, hala nola adimen desgaitasuna dutenak, irakurketa errazeko informazioa emanez.

Informazio gehiago eta edukiak pertsonalizatzea:

- Iddeas Fundazioa: <https://fundacioniddeas.org/>
- **Telefonoa:** 628 36 69 17
- **Helbide elektronikoa:** hola@fundacioniddeas.org
- **Helbidea:** Larrabide 21, 31005 Iruña.



QR kodeak



PDF accesible:



QR kodeak bi dimentsioko barra-kode mota bat dira. Barra-kode arrunt batean ez bezala, informazioa lauki baten barruan kodetuta dago, eta informazio asko biltegitatzeko aukera ematen du.

Zer eduki dezake QR kode batek?

QR kode bat modu erraz bat da gailu mugikor batekin elkarreragiteko eta automatikoki zenbait ekintza egiteko, hala nola:

- Webgune edo profil sozial baten URLa irekitzea.
- Mezu elektronikoa bidaltzea.
- Telefono-dei bat egitea.

Nola aplikatu QR bat komunikazio-kanpaina irisgarri batean?

- Irisgarritasunaren esparruan, QRek aukera ematen digute egokitutako edukietara sartzeko, eta, horrela, eduki horiek profil funtzional desberdinetarako irisgarriak izan daitezten.



- Horretarako, webgune batean jartzen dira, eta pertsonak eskaneatu egin ditzake, bertan hizkuntza eta behar duen egokitzea hautatzeko. Hauek dira nagusiak:
 - ikusmen irisgarritasuna: HTML edo PDF irisgarria pantaila-irakurgailuentzat,
 - zeinu-hizkuntzako bideo lokutatuak (edo zeinu-hizkuntzan interpretatuak), azpitituluak ere dituztenak,
 - irakurketa erraza,
 - etab.
- Hiru QR sartu beharrean, egokiena bakarra sartzea da hiru aukeretara eramateko.
- Aukeren menua barne hartzen duen webgune baten diseinua saihesteko, NaviLens eta antzeko teknologia dago, urrats hori saihesten duena, erabiltzaileak bere telefonoan deskargatzen duen aplikazio mugikorrari esker.
- Halaber, aplikazio horrek markatzaileak detektatzen ditu erabiltzailea mugitzen ari den bitartean, ez baita beharrezkoa zehaztasun osoz fokuratzea, eta hori ezin hobea da ikusmen zailtasunak dituzten pertsonen informazioa eskura dezaten, besteak beste, kanpoaldean daudenean edo erabiltzen ari diren liburuxkak ez daudenean braillez idatzita eta ez dutenean ukipen-markarik.
- QR konbentzional bat txertatzen badugu, braillez seinalatzatu behar da, eta goiko ezkerreko izkina eta beheko eskuinekoa, erliebean jarri. Egokiena azalean kokatzea da, behean, eskuinaldean.





7. Kalitate estandarizatuko arauen zerrenda

Irisgarritasun unibertsala garatu behar da bere zeregina erabat bermatuta egon dadin. Irisgarritasunik gabe, ezin da bermatu pertsonen baldintza berdinetan baliatuko dituztela beren eskubideak, eta, beraz, ziurtatu behar dugu irisgarritzat duguna benetan halakoa dela.

Horretarako, zenbait arau ezartzen dira. Arau horiek askotan osatu daitezke, eta osatu egin behar dira, desgaitasuna duten pertsonen esperientziarekin, ezagutza praktikoarekin eta benetako erabilera-premiekin. Gerta daiteke erabilera arrunteko zenbait egoera ez egotea aurreikusita arauan; beraz, oso gomendagarria da beti erabilera horiek ziurtatzea.

Inguruneak diseinatzean, Eraikingintzaren Kode Teknikoa izan behar dugu kontuan; zehazki, [“Segurtasunaren, Erabileraren eta Irisgarritasunaren oinarritzko dokumentua”](#).

Gainera, inguruneei buruzko 3 arau hauek ditugu:

- [UNE 170001-1:2007. Irisgarritasun unibertsala. 1. zatia: Ingurunerako irisgarritasuna errazteko DALCO irizpideak](#)
- [UNE 170001-2:2007. Irisgarritasun unibertsala. 2. zatia: Irisgarritasuna kudeatzeko sistema](#)
- [UNE 170002:2022. Eraikuntzako seinaleztapen-elementuetarako irisgarritasun-baldintzak](#)

Komunikazioan, edukiak herritarren profil funtzionalendako irisgarriak izan daitezen egokitze orduan, garrantzitsua da beste kalitate-arau estandarizatu batzuk betetzea, lortu nahi duten helburua benetan lor dezaten.



Hona hemen komunikazioan bermatu behar ditugun arauen zerrenda:

Entzumen irisgarritasuna

- [UNE 153010:2012.Gorrentzako eta entzumen desgaitasuna dutenentzako azpitoluak](#)
- [UNE 139804:2007.Espainiako zeinu-hizkuntza sare informatikoetan erabiltzeko betekizunak](#)
- [UNE-EN IEC 60118-4:2016/A1:2018. Electroakustika. Audifonoak. 4. zatia: Audifonoetarako indukzio-begizten sistemak. Sistemaren funtzionamendu-baldintzak](#)

Irisgarritasun kognitiboa

- [UNE-ISO 24495-1:2024.Hizkera argia. 1. zatia: Printzipio gidariak eta jarraibideak.](#)
- [UNE 153101:2018 EX. Irakurketa erraza. Dokumentuak egiteko irizpideak eta gomendioak](#)



Irisgarritasun digitala

- UNE-EN 301549:2022.IKT produktu eta zerbitzuetarako irisgarritasun-eskakizunak. (EN 301549 V3.2.1 arauaren berdina)

Ikusmen irisgarritasuna

- UNE 153020:2005. Ikusmen desgaitasuna duten pertsonentzako audiodeskribapena. Audiodeskribapenerako eta audiogidak egiteko eskakizunak