



# Безбар'єрний життєвий цикл людини в громаді

Людина щодня проходить повний життєвий цикл: від дому — через дорогу та транспорт — до роботи, послуг, дозвілля і повернення додому. Безбар'єрність має забезпечувати **весь маршрут**, а не лише окремі об'єкти. Ця презентація розкриває структуру денного циклу та показує, як кожен його елемент впливає на повноцінне життя людини в громаді.

ДОСТУПНІСТЬ МІСЬКОГО СЕРЕДОВИЩА

# Центральна Ідея: Маршрут, а не Об'єкт

## Традиційний підхід


Доступність розглядається як характеристика окремої будівлі або споруди: пандус на вході, тактильна плитка перед дверима, ліфт у конкретному закладі. Кожен об'єкт проектується ізольовано, без урахування того, як людина до нього дістається і куди рухається далі.

Такий підхід створює «острівці доступності» — ізольовані зони, між якими існують непереборні бар'єри.

## Системний підхід до денного циклу

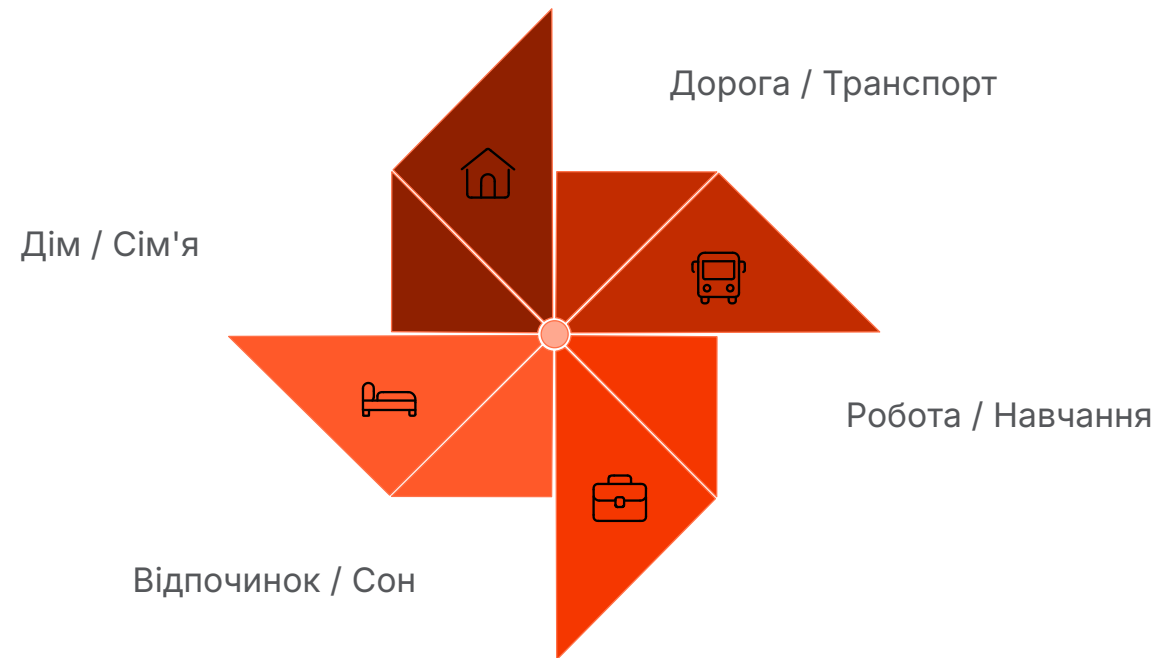
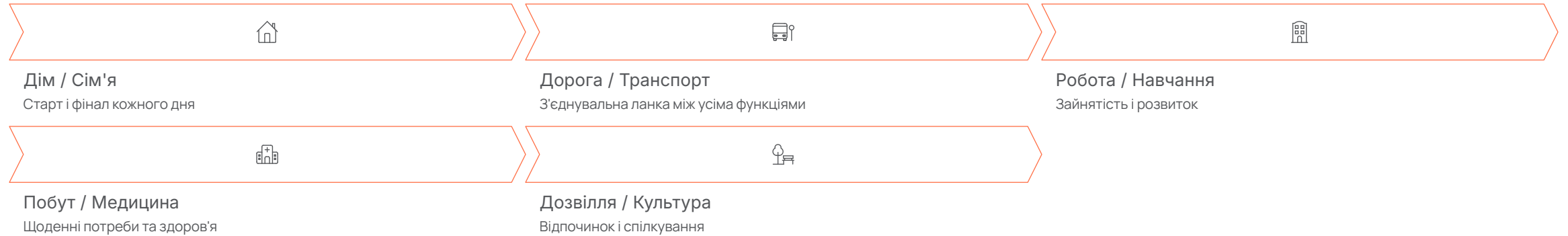
Людина щодня рухається не між окремими будівлями, а між **життєвими функціями**: сном та відновленням, роботою та навчанням, побутом та медициною, дозвіллям та спілкуванням. Безбар'єрність має забезпечувати безперервний, зв'язний маршрут від початку до кінця дня.

Якщо хоча б один елемент цього циклу недоступний — людина фактично втрачає можливість повноцінно жити в громаді, незалежно від того, наскільки доступним є конкретний будинок чи заклад.

 Безбар'єрність — це якість **маршруту**, а не якість окремого об'єкта.

# Денний Цикл: Сім Етапів Життя Людини

Кожен день людини складається з послідовних, взаємопов'язаних етапів. Доступність кожного з них – необхідна умова повноцінної участі у житті громади.



Цей цикл повторюється щодня для кожного мешканця громади – незалежно від віку, стану здоров'я чи рухових можливостей. Проектуючи доступне середовище, ми проектуємо **весь цикл**, а не його фрагменти.

# Блок 1: Дім і Сімейний Простір

Перший і останній елемент денного циклу — це місце, де людина починає і завершує свій день. Доступність житла є фундаментом усієї системи.

## Житловий будинок і під'їзд

Доступний вхід до будинку, широкі двері, відсутність порогів, достатнє освітлення, домофон на доступній висоті. Під'їзд є першою точкою контакту — і першим потенційним бар'єром.

## Ліфт і сходові марші

Ліфт достатніх розмірів з тактильними та звуковими позначеннями поверхів. Поручні вздовж сходів з обох боків. Пандус або підйомник за відсутності ліфта — для маломобільних мешканців і сімей з колясками.

## Двір і прибудинкова територія

Рівне покриття, доступні дитячі майданчики, місця для відпочинку, доступне паркування поблизу входу. Двір — це простір, де люди з різними потребами мають рівні можливості для перебування та взаємодії.

## Укриття біля дому

В умовах воєнного часу особливої ваги набуває доступність укриття для людей з інвалідністю, літніх мешканців, сімей з маленькими дітьми. Укриття має бути фізично досяжним у межах нормативного часу реакції.

# Блок 2: Дорога і Транспорт — З'єднувальна Ланка

Дорога між домом і будь-якою іншою точкою денного циклу є критично важливим елементом. Навіть ідеально доступний заклад стає недосяжним, якщо шлях до нього заблокований бар'єрами.

## Пішохідна інфраструктура

### Тротуари

Рівне, нековзке покриття шириною не менше 1,8 м. Відсутність стихійних парковок, торговельних конструкцій та інших перешкод на пішохідному шляху.

### Пішохідні переходи

Знижені бордюри з тактильними попереджувальними плитками. Звукові та вібраційні сигнали на регульованих переходах. Достатній час для перетину проїзної частини.

### Освітлення і навігація

Безпечне освітлення вздовж маршрутів у темний час доби. Тактильні напрямні смуги та зрозуміла візуальна навігація для людей з вадами зору.

## Транспортна доступність

### Зупинки громадського транспорту


Зупинки з рівною посадковою платформою, навісом від опадів, місцями для сидіння та інформаційними табличками у доступних форматах — великий шрифт, брайль, аудіоінформація.

### Доступний рухомий склад

Низькопідлогові автобуси та трамваї, пандуси або підйомники для інвалідних візків, відведені місця для маломобільних пасажирів, аудіо- та візуальне оголошення зупинок.

### Паркування

Доступні паркувальні місця поблизу ключових об'єктів: ширина не менше 3,5 м, тактильне та візуальне маркування, мінімальна відстань до входу в будівлю.

 Розрив у ланцюжку доступності на рівні дороги або транспорту унеможливорює досягнення будь-якої іншої точки денного циклу — навіть якщо сама будівля повністю доступна.

# Блок 3: Робота, Навчання і Послуги

Третій блок денного циклу охоплює простори зайнятості, освіти та отримання адміністративних послуг. Доступність цих закладів безпосередньо визначає можливість людини реалізовувати свої громадянські та економічні права.

## Робоче місце

Доступний вхід, відповідні санітарні вузли, ергономічні робочі місця, можливість адаптації середовища для різних потреб. Роботодавці зобов'язані забезпечувати розумне пристосування відповідно до законодавства.

## Школа і дитсадок

Інклюзивне освітнє середовище: доступні класи, їдальня, санітарні вузли, спортивний зал і майданчик. Всі діти – з інвалідністю та без – мають навчатися в тому самому закладі за місцем проживання.

## Профосвіта і гуртки

Заклади позашкільної та професійної освіти часто залишаються поза увагою під час аудитів доступності. Між тим саме вони визначають можливості для самореалізації та зміни соціального статусу.

## ЦНАП і соціальні служби

Центри надання адміністративних послуг мають бути доступними фізично (вхід, зал очікування, зони обслуговування) та комунікативно (послуги жестовою мовою, матеріали у доступних форматах, онлайн-альтернативи).

# Блок 4: Побут, Медицина та Адміністративні Послуги

Щоденні побутові потреби – купити продукти, отримати ліки, відвідати лікаря, скористатися банком або поштою – є невід’ємною частиною повноцінного життя. Недоступність цих об’єктів створює залежність людини від сторонньої допомоги та знижує її автономність.

## Магазини і ринки

Доступні входи, широкі міжстелажні проходи, касові зони адаптованої висоти, можливість розміститися для людини на візку або з дитячою коляскою. Інформація про товари у доступних форматах.

## Аптеки

Доступна стійка обслуговування, можливість отримати консультацію без фізичних бар’єрів. Прожилкове та тактильне маркування для людей з вадами зору.

## Банки і пошта

Доступні банкомати на відповідній висоті з аудіоінтерфейсом та шрифтом Брайля. Зони очікування з місцями для сидіння, тактильне маркування підлоги.

## Амбулаторії і лікарні

Медичні заклади є критичними точками доступності. Рецепція, кабінети прийому, процедурні кімнати, санітарні вузли, палати та обладнання мають бути адаптовані до потреб пацієнтів з різними видами інвалідності.

## Комунальні служби

Пункти оплати комунальних послуг, офіси управляючих компаній, центри обслуговування комунальних підприємств – усі ці точки взаємодії мають забезпечувати рівний доступ для всіх категорій громадян.

## Сервісні установи

Майстерні ремонту, хімчистки, перукарні та інші сервіси щоденного вжитку формують базову якість життя. Їхня доступність впливає на незалежність та самостійність людини.

# Блок 5: Дозвілля, Спілкування і Культура

Дозвілля – це не розкіш, а базова людська потреба. Участь у культурному, громадському та соціальному житті є невід'ємною частиною повноцінного існування. Для людей з інвалідністю доступ до цих просторів часто залишається найбільш обмеженим.



## Парки і громадські простори

Рівні доріжки з твердим покриттям, доступні лавки та місця відпочинку, адаптовані зони для активного дозвілля, питні фонтани та туалети на доступній висоті. Парк – простір рівних можливостей для відновлення та взаємодії.



## Бібліотеки і культурні заклади

Бібліотеки, будинки культури та музеї мають пропонувати доступні фонди у форматах для людей з вадами зору та слуху, індукційні петлі, субтитри на відео, тактильні експонати та жестомовний супровід заходів.



## Спортивні майданчики і кафе

Адаптивний спорт і рекреаційні зони для людей з інвалідністю, доступні кафе та ресторани з відповідними меблями та туалетами. Місця соціальних зустрічей формують соціальний капітал громади.

- ✔ Доступне дозвілля – це інвестиція у соціальну згуртованість громади. Коли всі мешканці можуть ділити одні й ті самі простори, знижується соціальна ізоляція та зростає взаємопорозуміння між різними групами населення.

# Блоки 6 і 7: Повернення Додому та Відновлення

## Блок 6: Безпечне Повернення

Завершення денного циклу — повернення додому — несе специфічні виклики: темний час доби, втома, зниження пильності. Для людей з інвалідністю або літніх мешканців ці чинники підсилюються.

- Безперервне якісне освітлення вздовж вечірніх пішохідних маршрутів
- Доступний нічний громадський транспорт з тими ж стандартами, що й денний
- Відсутність тимчасових перешкод: будівельні огороження, розриті тротуари, паркування на тротуарах
- Зрозуміла навігація в темний час: підсвічені покажчики, голосові системи орієнтації
- Безпечні умови для самостійного пересування без страху перед фізичними або соціальними загрозами

## Блок 7: Сон і Відновлення

Завершальний блок циклу — відновлення — часто залишається поза увагою містобудівників. Проте якість житлового середовища безпосередньо впливає на можливість відновитися після дня.

### Безпечне житло

Адаптоване та безпечне житлове середовище як умова фізичного та психологічного відновлення. Відсутність архітектурних бар'єрів всередині помешкання.

### Доступ до укриття

В умовах воєнного стану — швидкий, самостійний, фізично досяжний доступ до найближчого укриття без допомоги сторонніх осіб.

### Санітарні умови і тиша

Доступні санітарні вузли в житлі, відповідний рівень шуму, якість повітря та освітлення — умови, що безпосередньо визначають якість сну та відновлення.

# Структура Населеного Пункту Через Потреби Людини

Безбар'єрний маршрут має поєднувати не випадкові об'єкти, а базові потреби людини. Нижче — системна карта: п'ять ключових вимірів доступного населеного пункту та їхні складові.



# Що Відбувається, Коли Ланцюг Рветься

Денний цикл — це ланцюг. Кожен елемент залежить від попереднього і визначає наступний. Розрив у будь-якій точці унеможливорює участь людини у всіх наступних етапах дня.

## Бар'єр у дворі

Людина на візку не може самостійно вийти з під'їзду через відсутність пандуса або рівного покриття. Весь денний цикл зупиняється на першому кроці.

1

## Бар'єр на зупинці

Недоступна платформа або транспортний засіб без пандуса роблять громадський транспорт непридатним. Людина змушена шукати альтернативу або залишитися вдома.

3

## Системний результат

Людина залишається вдома. Не тому, що хоче — а тому, що середовище не залишає їй вибору. Це і є соціальна ізоляція, спричинена архітектурними рішеннями.

5

## Бар'єр на тротуарі

Зламане покриття, паркування на тротуарі або відсутність знижених бордюрів змушують людину виїжджати на проїзну частину — ризик для здоров'я та безпеки.

## Бар'єр у закладі

Навіть якщо людина дісталася місця призначення, сходи на вході або недоступний туалет роблять перебування в закладі неможливим або принизливим.

⊗ Навіть один недоступний елемент у ланцюгу може позбавити людину можливості реалізувати своє право на освіту, охорону здоров'я, зайнятість або участь у суспільному житті.

# Принципи Проектування Доступного Денного Циклу

01

## Мислити маршрутами, а не об'єктами

Починайте проектування з картування денного маршруту реальної людини — від дому до кожної ключової точки та назад. Виявляйте розриви в ланцюгу доступності, а не лише перевіряйте відповідність окремих будівель нормативам.

02

## Залучати людей з інвалідністю до проектування

Найдостовірніша інформація про бар'єри — від тих, хто з ними стикається щодня. Включайте людей з різними видами інвалідності до всіх етапів планування: від концепції до аудиту готового середовища.

03

## Забезпечувати безперервність, а не точковість

Один доступний об'єкт серед недоступного оточення не вирішує проблеми. Доступність має бути безперервною вздовж усього маршруту — від першого кроку за поріг до повернення додому.

04

## Враховувати всіх користувачів середовища

Доступне середовище вигідне всім: батькам з колясками, літнім людям, тимчасово травмованим, людям з великим багажем. Проектуйте для найбільш вразливих — і отримаєте якість для всіх.

05

## Моніторити і підтримувати стан середовища

Доступність — це не одноразовий результат, а постійний процес. Регулярні аудити, зворотний зв'язок від мешканців і оперативне усунення бар'єрів є частиною системи управління доступним середовищем.

# Ключові Висновки: Безбар'єрність як Системна Якість

## Цілісність циклу

Людина живе у циклах, а не у будівлях. Безбар'єрність — це якість **усього денного маршруту** від початку до кінця, а не окремих його точок.

## П'ять вимірів міста

Житло, рух, послуги, безпека та дозвілля — п'ять взаємопов'язаних сфер, доступність кожної з яких є необхідною умовою повноцінного життя в громаді.

## Один бар'єр = системний збій

Розрив у будь-якій точці ланцюга доступності унеможлиблює участь людини у наступних етапах дня. Мінімальна умова — безперервність.

## Спільна відповідальність

Доступне середовище — результат спільної роботи містобудівників, архітекторів, органів місцевого самоврядування та громади. Жодна з цих сторін не може вирішити завдання поодинці.

«Безбар'єрний маршрут має поєднувати не випадкові об'єкти, а базові потреби людини: житло, рух, послуги, безпеку, роботу, освіту, побут і дозвілля. Саме така структура дає громаді реальний, а не формальний результат.»