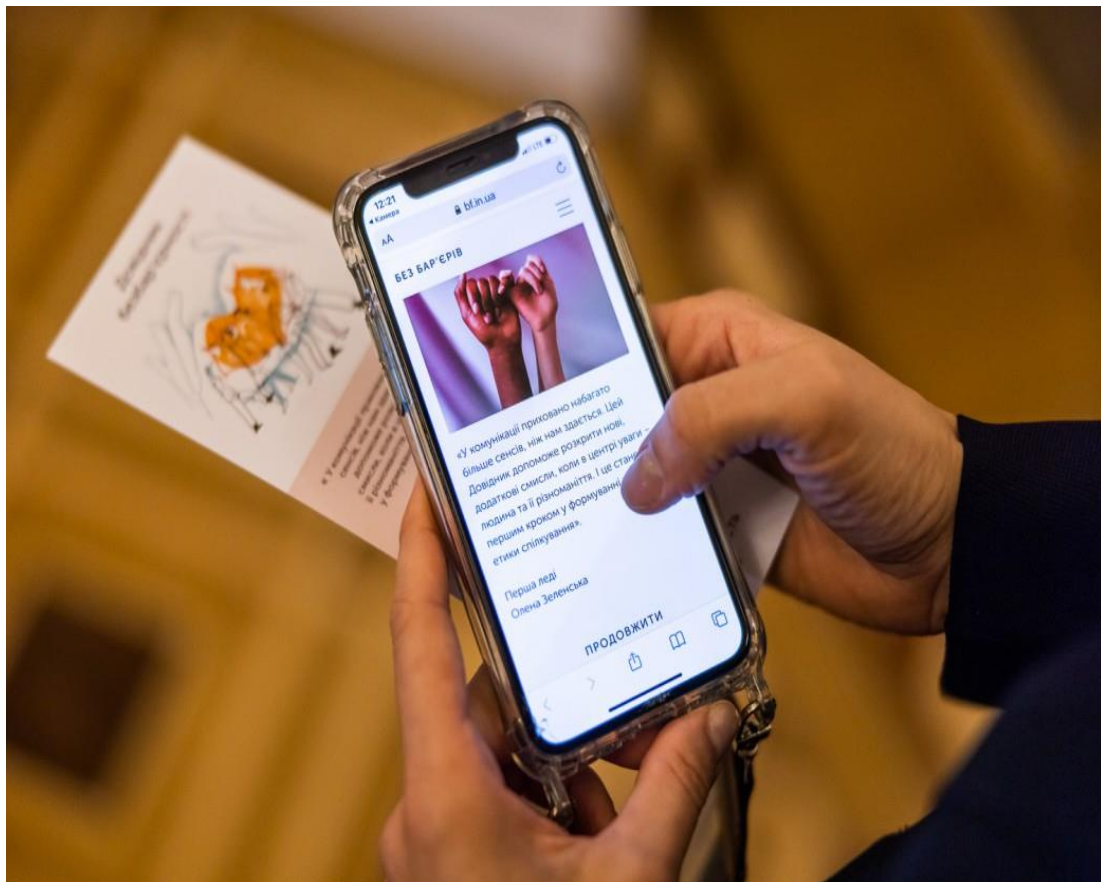


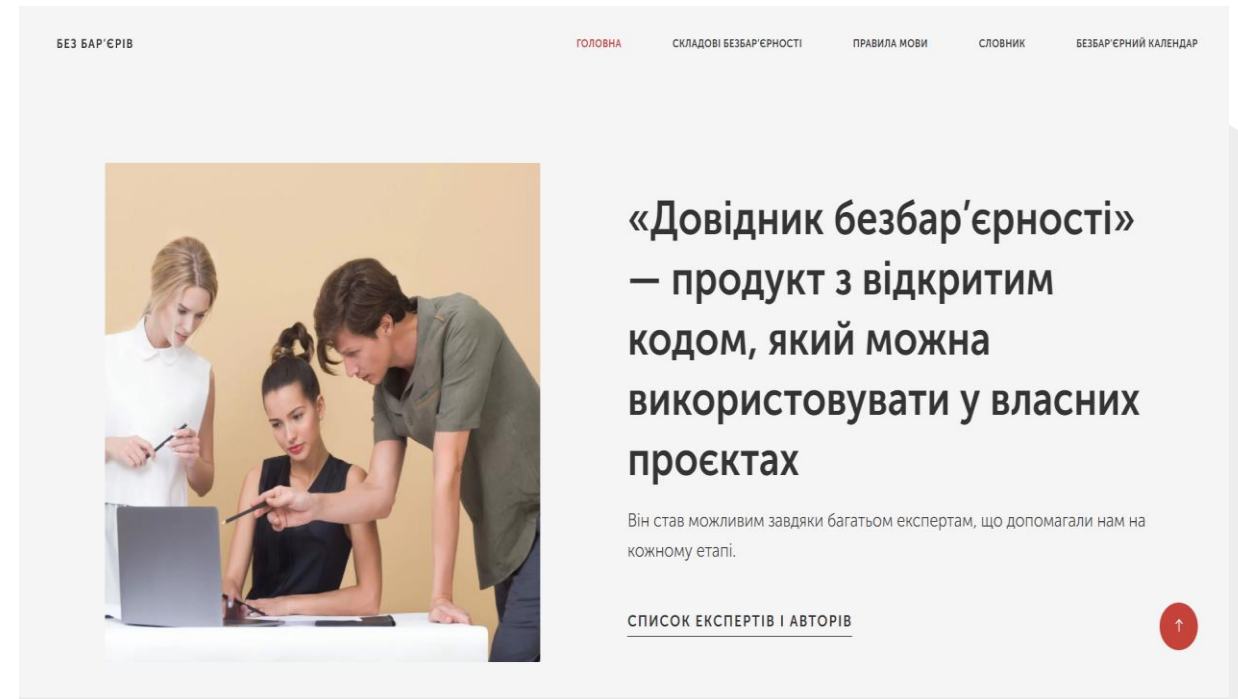
В Україні за ініціативи першої леді Олени Зеленської створено електронний «Довідник безбар'єрності»



«Довідник безбар'єрності» — це гід з коректного спілкування, у якому зафіксовані нові норми безбар'єрної мови. Це проєкт з відкритим кодом, створений у співпраці з громадськими організаціями, правозахисниками, психологами, батьками, що виховують дітей з інвалідністю, українськими та міжнародними експертами.

Для кого буде цікавим електронний «Довідник безбар'єрності»?

- представникам громадських організацій
- активістам
- експертній спільноті
- медіа
- бізнесу
- сфері послуг
- публічним службовцям,
- органам місцевого самоврядування
- вчителям
- лікарям
- соцпрацівникам та ін.



Навіщо потрібен довідник?

В основі безбар'єрності — увага до людської гідності. Тому важливо, як люди спілкуються між собою, які слова використовують.

Мова демонструє готовність громади приймати чи виключати окремих людей та явища, демонструє ставлення до них. У комунікації приховано набагато більше сенсів, ніж нам здається.

Якщо суспільство починає змінювати правила спілкування, це означає, що між людьми створюються нові зв'язки, громада починає трансформуватись.

Корисні розділи «Довідника безбар'єрності»



- **Складові безбар'єрності**
- **Правила мови**
- **Словник**
- **Безбар'єрний календар**
- **Етика взаємодії з різними людьми**
- **Ілюстрації**
- **У воєнний час**
- **Взаємодія у періоди стресу**
- **Люди з досвідом війни. Гідність. Взаємодія**
- **Безбар'єрні події**

В розділі «Складові безбар'єрності» простою та доступною мовою розкривається поняття безбар'єрності

[БЕЗ БАР'ЄРІВ](#)[ГОЛОВНА](#)[СКЛАДОВІ БЕЗБАР'ЄРНОСТІ](#)[ПРАВИЛА МОВИ](#)[СЛОВНИК](#)[БЕЗБАР'ЄРНИЙ КАЛЕНДАР](#)

Складові безбар'єрності

Оберіть тематику, яка вас цікавить



Рівність



Безбар'єрність



Безбар'єрність як державна політика

Безбар'єрне та відкрите суспільство, де кожен відчуває, що до нього ставляться з повагою попри будь-які ознаки й статуси, і знає, що у нього є рівний доступ до можливостей, має перспективи для розвитку

Безбар'єрність



- **Гендерна рівність**
- **Інвалідність**
- **Інклюзія в освіті**
- **Множинна дискримінація**
- **Порушення**
- **Різноманіття**
- **Толерантність**



В розділі «Правила мови» сформульовані та пояснені загальні підходи до безбар'єрного спілкування

[БЕЗ БАР'ЄРІВ](#)[ГОЛОВНА](#)[СКЛАДОВІ БЕЗБАР'ЄРНОСТІ](#)[ПРАВИЛА МОВИ](#)[СЛОВНИК](#)[БЕЗБАР'ЄРНИЙ КАЛЕНДАР](#)

Правила мови

Оберіть тематику, яка вас цікавить



Ставте себе на місце людини



Запитайте саму людину



Використовуйте фемінітиви

«Ставте себе на місце людини»

Коли ви не впевнені, чи є слово образою або ні, чи не зачіпає воно почуттів, спробуйте поставити себе на місце людини, до якої ви звертаєтесь, про яку говорите або пишете.

Чи сподобалося б вам таке звернення?

Чи хотіли б ви, щоб про вас говорили саме так?

Дотичний до цього принцип – «запитайте саму людину».

Якщо ви не знаєте, як звернутися чи як правильно назвати певну ознаку людини, запитайте у неї. Перепитати й уточнити не соромно, навпаки – це прояв уваги й тактовності.

В розділі «Словник» можна дізнатися, чи коректно вживати ті чи інші слова стосовно різних людей

БЕЗ БАР'ЄРІВ

ГОЛОВНА

СКЛАДОВІ БЕЗБАР'ЄРНОСТІ

ПРАВИЛА МОВИ

СЛОВНИК

БЕЗБАР'ЄРНИЙ КАЛЕНДАР

Словник

Q

Наприклад: жестова мова

→

Оберіть тематику, яка вас цікавить

Захворювання, порушення, синдроми та розлади	→	Інвалідність	→	ЛГБТІК+	→
Раса, етнічна чи національна належність	→	Різні соціальні групи	→		

Чому це важливо?

Важливо, щоб усе, що створюється на користь безбар'єрності, від початку правильно називалося.

Нові відносини всередині суспільства мають іти разом із новими правилами спілкування.

Важливо зафіксувати, що відсьогодні у центрі комунікації та у центрі уваги — людина.

ПРАВИЛЬНО	НЕПРАВИЛЬНО
Людина з інвалідністю	Інвалід, Людина з обмеженими можливостями
Крісло колісне	Інвалідний візок, візок, візочок, інвалідне крісло
Жестова мова	Мова жестів, сурдопереклад
Людина з порушеннями зору	Сліпий

Тут також можна пройти тест, щоб перевірити власну толерантність та коректність

БЕЗ БАР'ЄРІВ

[ГОЛОВНА](#) [СКЛАДОВІ БЕЗБАР'ЄРНОСТІ](#) [ПРАВИЛА МОВИ](#) [СЛОВНИК](#) [БЕЗБАР'ЄРНИЙ КАЛЕНДАР](#)

Як правильно говорити про людину, яка має інвалідність?

☐ Людина з особливими потребами

☐ Інвалід

☐ Людина з інвалідністю

☐ Людина з обмеженими можливостями

[ДО НАСТУПНОГО ПИТАННЯ](#)

1 з 7



БЕЗ БАР'ЄРІВ

[ГОЛОВНА](#) [СКЛАДОВІ БЕЗБАР'ЄРНОСТІ](#) [ПРАВИЛА МОВИ](#) [СЛОВНИК](#) [БЕЗБАР'ЄРНИЙ КАЛЕНДАР](#)

Ви багато знаєте про безбар'єрність

7 з 7 правильних відповідей

[ДИВИТЬСЯ СЛОВНИК](#)



Більше принципів безбар'єрної мови шукайте за посиланням
<https://bf.in.ua/components/>

БЕЗБАР'ЄРНІСТЬ — ЦЕ ...



...БАЧИТИ ЛЮДЕЙ СЕРЦЕМ

В розділі «Безбар'єрний календар» зібрані важливі дати, визначні та пам'ятні дні з поясненням, як їх відзначати та коли привітання є недоречними

Безбар'єрний календар

Q

Наприклад: День знань

→

Оберіть дату, яка вас цікавить

23

квітня

Всесвітній день книг та авторського права

Календар

Список

Квітень 2025

←

→

02.04	Всесвітній День обізнаності про аутизм Міжнародний день дитячої книги
06.04	Міжнародний день спорту задля миру та розвитку
07.04	Всесвітній день здоров'я
17.04	Всесвітній день гемофілії
23.04	Всесвітній день книг та авторського права

↑

<https://bf.in.ua/calendar/>

В розділі «Етика взаємодії з різними людьми» надані відповіді, що стосуються етики взаємодії з різними людьми

Етика взаємодії з різними людьми

Слова чи дії? Працюючи над «Довідником безбар'єрності», і зокрема над словником, ми чули питання на кшталт: але що робити і як себе поводити з різними людьми, окрім використання коректних слів? Як діяти, якщо тобі здається, що людина на кріслі колісному потребує допомоги, наприклад, десь у громадському місці? Як поводитися з колегою, яка відчуває тривогу? Чи доцільно давати рекомендації батьками дитини з інвалідністю? Тож, у цьому розділі ми відповідаємо ці та інші питання, що стосуються етики взаємодії з різними людьми

[ПРОДОВЖИТИ](#)



Оберіть тематику, яка вас цікавить

- **Людина, яка самотійно виховує дитину**
- **Вагітна жінка**
- **Людина з розладом харчової поведінки (РХП)**
- **Людина/дитина, яка має синдром Дауна**
- **Людина, яка має спінальну м'язову дистрофію**
- **Людина, яка спілкується жестовою мовою**
- **Людина, яка має темну шкіру**
- **Людина в термінальному стані**
- **Батьки, що виховують дітей з інвалідністю**
- **Людина, яка має видимі травми обличчя**
- **Людина/дитина з розладами аутистичного спектра (РАС)**
- **Людина, яка користується кріслом колісним**
- **Людина, яка спілкується за допомогою альтернативних засобів комунікації**
- **Люди, які значно вищі або нижчі за середній зріст**
- **Люди старшого віку**
- **Людина, яка постраждала від насильства**
- **Людина з протезом/протезами**
- **Людина з порушенням слуху та зору**
- **Людина із порушенням слуху**
- **Людина/дитина з розладом дефіциту уваги та гіперактивністю (РДУГ)**
- **Люди зі значно більшою або меншою за середню масою тіл**

Більше інформації шукайте за посиланням
<https://bf.in.ua/ethics/>

ТИ ЯК?

Всеукраїнська програма ментального здоров'я
за ініціативою Олени Зеленської



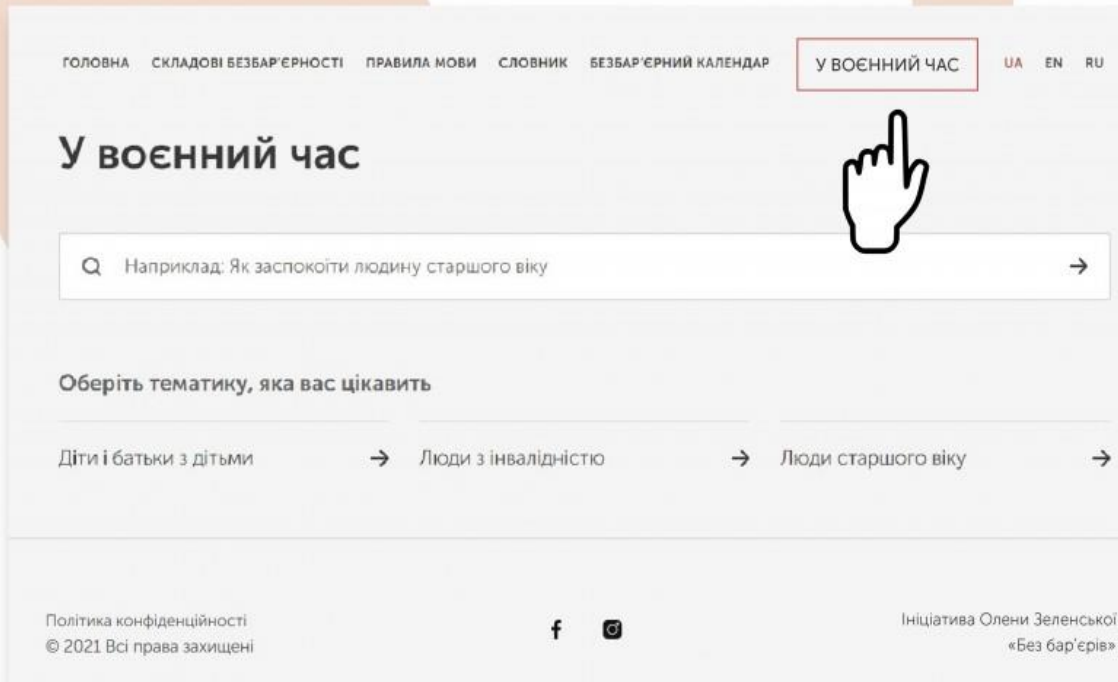
Ілюстрація: Ольга Дегтярьова

ПОВАЖАЙ ЛЮДИНУ ТА ЇЇ РІШЕННЯ

Координаційний центр
з психічного здоров'я
Кабінету Міністрів України



«Довідник» вступає в інформаційний бій. Його новий розділ – «У воєнний час»



**тут поради та інструкції для тих,
кому найважче:
сімей з дітьми,
людей старшого віку та їхніх
близьких,
людей з інвалідністю**

Питання, на які ви знайдете відповіді

- Як допомогти дитині у тривожній ситуації?**
- Як подбати про дитину в укритті?**
- Як діяти, якщо дитина побачила щось шокувальне й налякана?**
- Як пояснити дитині втрату рідної людини?**
- Як підтримати дитину в дорозі?**
- Як перетнути кордон з дитиною до 18 років?**
- Як допомогти дитині адаптуватися в тимчасовому житлі?**
- Що робити, якщо ви побачили протиправні дії щодо іншої людини?**
- Як отримати "пакунок малюка" або грошову компенсацію за нього?**
- Куди звертатися батькам дітей із важкими захворюваннями?**
- Як заспокоїти людину старшого віку під час обстрілів?**
- Як переконати людину старшого віку спуститися в укриття?**
- Як налаштувати людину старшого віку на переїзд у безпечне місце?**
- Як розповісти людині старшого віку про втрату близького?**
- Що робити, якщо ви зустріли дезорієнтовану людину?**
- Як і де дістати ліки людині старшого віку?**
- Як отримати пенсію, субсидію, соціальну допомогу після евакуації?**
- Як вберегти людину з аутизмом від сенсорного перенавантаження?**
- Як батькам налаштувати на дорогу дитину з аутизмом?**
- Як налагодити комфортний побут дитини з аутизмом на новому місці?**
- Як надати першу допомогу людині, у якої стався напад епілепсії?**

**Пропонуємо Вам ознайомитись з розділом
«У воєнний час» за посиланнями
<https://bf.in.ua/u-voiennyj-chas/>**



Як турбуватися про себе та тих хто поруч, коли здається, що звичні орієнтири втрачено?

В розділі «Взаємодія у періоди стресу» надані поради щодо етики взаємодії з різними людьми

Етика взаємодії у періоди стресу

Не залишитися наодинці зі своїм болем. Підтримувати інших, аби переживання людини не відкинули її за бар'єр активного життя. Говорити про свої відчуття, бо вони – важливі. Сьогодні це не просто слова, а необхідність, бо через повномасштабне вторгнення Росії кожен з нас по-своєму переживає стрес.

Цей розділ Довідника – про те, як турбуватися про себе та тих, хто поруч, коли здається, що звичні орієнтири втрачено. Також тут є поради щодо етики взаємодії з різними людьми, бо коли ти у стані стресу, кожен жест, кожне слово, навіть тон голосу і постава впливають на відчуття людини.

ПРОДОВЖИТИ



**Ознайомитись з розділом
«Взаємодія у періоди стресу» можете за посиланнями
<https://bf.in.ua/etyka-vzaiemodii/>**



Я – ПОРУЧ З ТОБОЮ

В розділі «Люди з досвідом війни. Гідність. Взаємодія» надані поради щодо створення для наших Захисників та Захисниць найбільш сприятливих умов, які допоможуть їм відновитися та розпочати цивільне життя

Люди з досвідом війни.

Гідність. Взаємодія

Майже у кожного з нас у найближчому колі знайомих є людина, яка боронить Україну від російської агресії або повернулася з війни.

Наші Захисники і Захисниці раптово залишили звичайне життя цивільної людини та пішли на фронт після доволі короткотривалого навчання. А там — найстрашніша війна цього століття в найгірших її проявах.

Суспільство має знати, як зустрічати їх удома, розуміти, як створити найбільш сприятливі умови, які допоможуть відновитися й розпочати цивільне життя.

[ПРОДОВЖИТИ](#)



<https://bf.in.ua/vzaiemodiia-z-liudmy-iaki-maiut-bojovyj-dosvid/>

Отримати корисні поради щодо організації будь-якого заходу можете в розділі «Безбар'єрні події»

Безбар'єрні події

Успіх будь-якого івенту – у зручності й комфорті його учасників та гостей. Забезпечити це легко, якщо у фокусі підходів і рішень при його організації буде безбар'єрність – починаючи від запрошень і вибору локації до налаштування освітлення, облаштування різних зон і підготовки персоналу.

Цей розділ дає зрозумілі і, що дуже важливо, цілком реальні для втілення поради, як зробити будь-який захід – онлайн або офлайн – з повагою і (!) увагою до всіх його учасників та гостей.

ПРОДОВЖИТИ



<https://bf.in.ua/hajd-bezbar-iernykh-iventiv/>