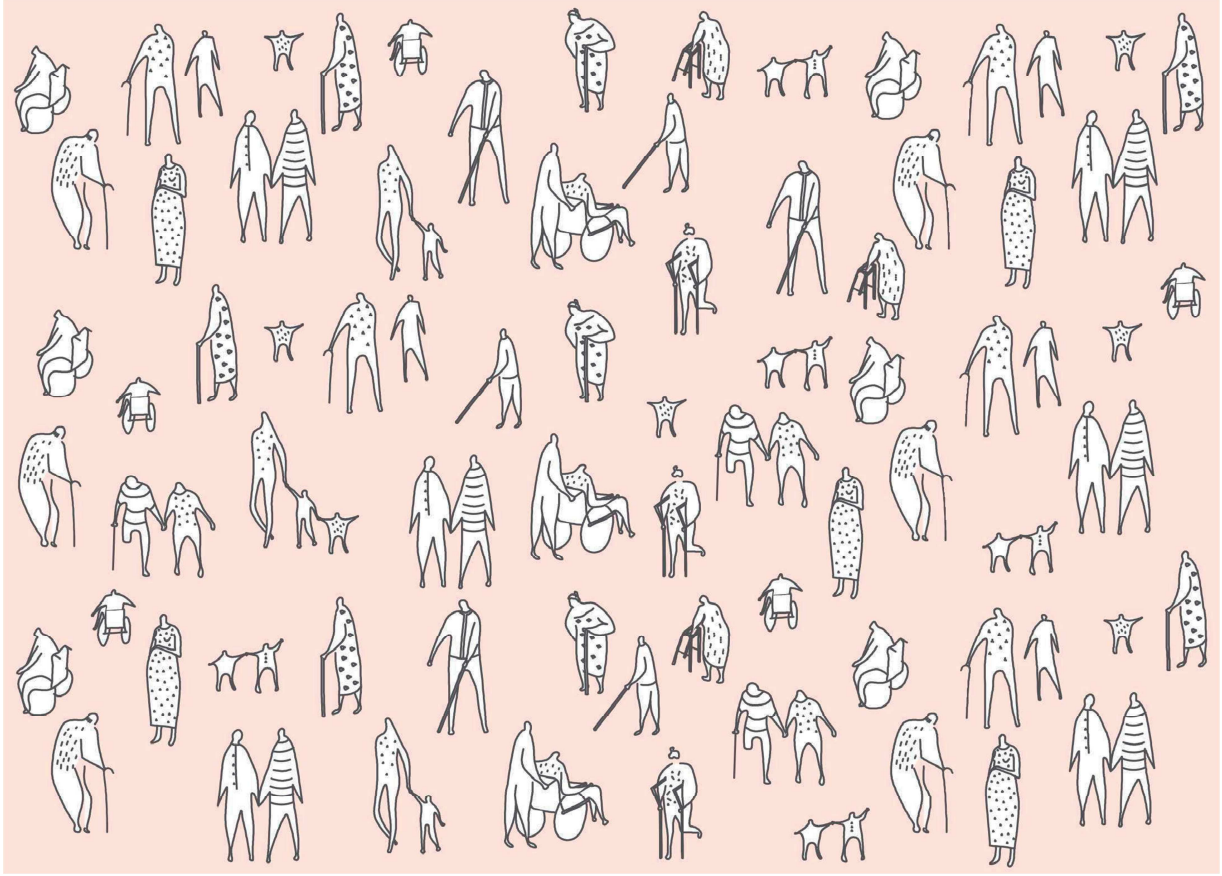


# دليل التصميم المتاح والشامل

قسم الشؤون اللوجستية في منظمة أطباء بلا حدود - مركز عمليات برشلونة



## نطاق الاستخدام

هذه الوثيقة عبارة عن أداة عملية لتصميم المرافق التي تكون سهلة الاستخدام للجميع، بغض النظر عن قدراتهم الوظيفية. إذ أنها تحدد المتطلبات الأساسية التي تضمن أن تكون مرافقنا الصحية متاحة أمام الجميع. وننصح باستخدام هذه المعايير الدولية في البلدان التي تفتقر إلى معايير الإتاحة أو تعاني من فجوات في هذا المجال.

## فهرس المحتويات

3

الجزء 1: المعايمة والتحديد

3

الجزء 2: المعايير الأساسية للعناصر والمساحات المتاحة

3

< الوصول إلى المرافق

3

المسارات

3

الأدراج المتاحة

4

الأبواب

4

الممرات المنحدرة

4

الحواجز والدرابزين

5

< الدخول إلى المرافق واستخدامها

5

المراحيض المتاحة والأمنة

6

مراحيض الأطفال المتاحة والأمنة

6

النظافة الصحية في فترة الطمث

7

نقاط المياه

8

المحمامات

3

الجزء 3: تعزيز الممارسات الجيدة

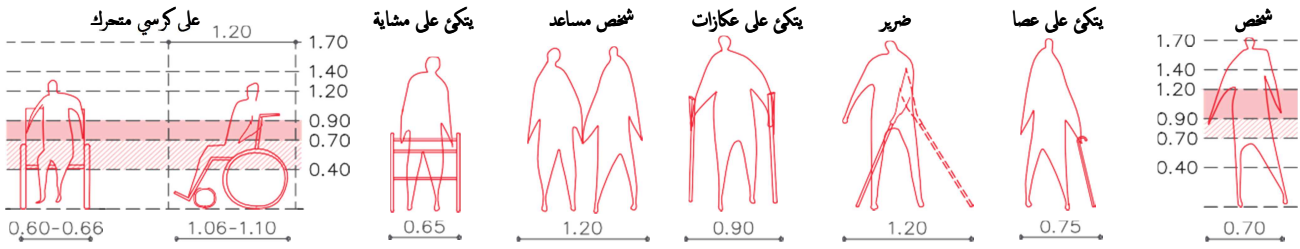
10

المراجع

# دليل التصميم المتاح والشامل

## المعاينة والتحديد

- لتحقيق تصاميم متاحة للجميع، لا بد أن نأخذ بعين الاعتبار **تنوع الناس**: كبار السن والأطفال والرضع والنساء الحوامل وأصحاب التنوع الوظيفي والحتسي والإدراكي، إلخ. كما لا بد أن تكون المرافق وإمكانية الوصول إليها **آمنة ومريحة**.
- ننصح الخبراء اللوجستيين وعمال الرعاية الصحية والأهالي بمعاينة وتحديد الحواجز والعقبات التي قد تمنعهم من الوصول إلى المرافق ودخولها، ثم العمل معاً لإيجاد الحلول المناسبة.
- لا بد أن تأخذ كافة التصاميم في الحسبان القياسات البشرية (الأنثروبومترية) ونطاقها من أجل الأشخاص ذوي القدرة المحدودة على الحركة.

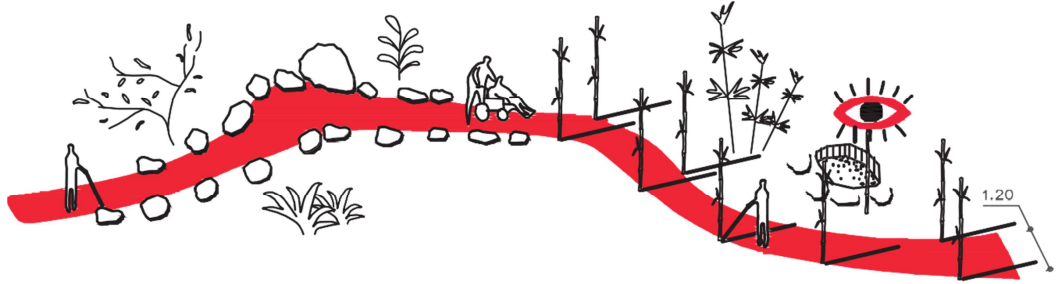


## المعايير الأساسية للعناصر والمساحات المتاحة

### < الوصول إلى المرافق

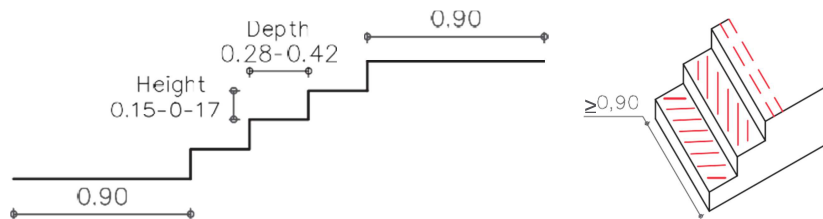
#### المسارات

- ينبغي إبقاء الممرات خالية ومستوية على كامل المسافة من المرافق الصحية وحتى المراحيض والحمامات وقطاع المياه، بعرض لا يقل عن 1,20 متراً، وذلك حرصاً على تأمين ممر كافٍ ومناسب لجميع الأشخاص.
- لا بد من تأمين مسارات وقطاع دخول محددة بعلامات واضحة يمكن أن تكون حجارة أو حبال أو منشورات، وينبغي أن تُطلى بلون فاتح تسهلاً لرؤيتها.
- يجب أن تكون المعلومات سهلة الفهم على الجميع، كما يجب تحديد المناطق الخطرة وتسويرها.



### الأدراج المتاحة

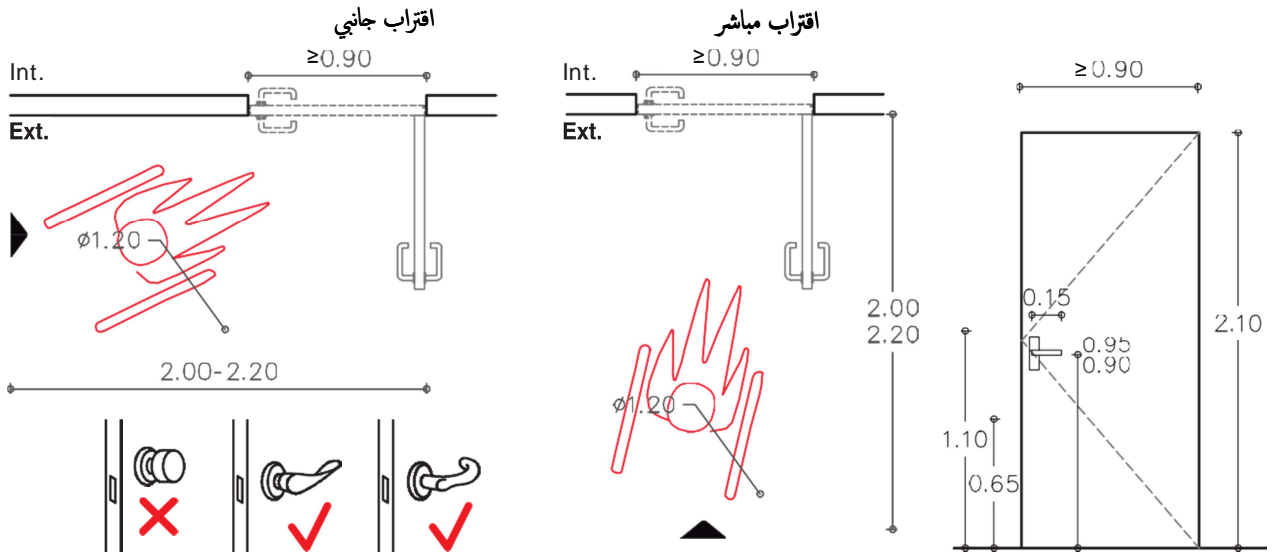
- قد تكون الأدراج ضرورية في الأماكن التي تتغير فيها مستوى الأرضية بشكل كبير، لكن يجب تأمين ممر بديل منحدر للأشخاص الذين يستخدمون الكراسي المتحركة أو لديهم صعوبة في المشي.
- ننصح أن تكون الأدراج غير زلقة (مثال: درجات إسمنتية ذات حدود واضحة)، كما يجب أن تكون بداية ونهاية الأرضية سهلة التمييز وذات حدود واضحة.
- ينبغي أن يكون الدرابزين بارتفاع حوالي 75 سم، فيما تكون الدرجات بعمق 28 - 42 سم وبارتفاع 15 - 17 سم، وتحافظ على الارتفاع والعمق ذاتهما.



## الأبواب

- يجب ترك مساحة خالية كافية أمام الباب بحيث تسمح للكراس المتحركة بالمنورة بسهولة عند الاقتراب من الباب سواء بشكل مباشر أو جانبي.
- يجب أن تكون المقابض على ارتفاع 90 سم - إلى متر، ضمن مجال يتراوح بين 65 سم و 1,10 م، فيما يكون المقبض بشكل ذراع أو على شكل الحرف D.

- بعرض لا يقل عن 90 سم، كما يمكن ترك مسافة متر إن كان ذلك يسهل استخدام الباب.
- يُفضّل استخدام الأبواب المنزلقة/الجزارة، لكن في حال تعذر ذلك فينبغي دائماً أن تفتح الأبواب باتجاه الخارج.

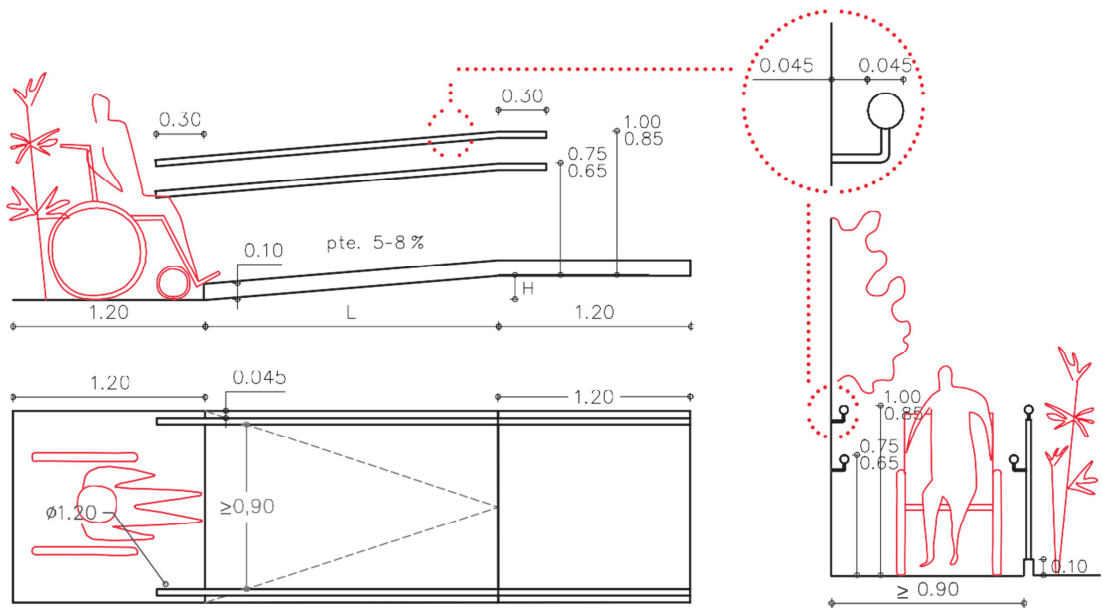


## الحواجز والدرابزينات

- للأدراج والممرات المنحدرة والممرات.
- ينبغي وضعها على مستويين: الأول عند ارتفاع 65 - 75 سم عن الأرض والآخر على ارتفاع 85 سم - 1 متر.
- تمتد ما لا يقل عن 30 سم في بداية ونهاية الممر المنحدر أو الدرج.
- ذات مقطع دائري بقطر 40 - 45 مم ومصنوعة من مواد صلبة ومتينة (مثال: معدن أو خشب أو بلاستيك).
- في حال تثبيتها على الجدران، يجب أن تبعد عنها ما لا يقل عن 45 م.

## الممرات المنحدرة

- تصح بممرات منحدرة بنسبة  $\geq 5\%$  بالمئة، علماً أن أقصى حد للانحدار لا يجب أن يزيد عن 8 - 10 بالمئة في حال لم تتوفر مساحة كافية.
- عرض الممر  $\leq 90$  سم، ويفضل بعرض 1,2 متر. كما يجب أن يكون الممر خالياً وتكون أرضيته غير زلقة.
- حواجز جانبية  $< 10$  سم تجنباً للسقوط، ويمكن تلوينها لإبرازها بوضوح.
- يفضل بناء الممر المنحدر في الموقع إن أمكن ذلك، ويمكن الاعتماد في تصنيعه على مواد خشبية تسمح بتأمين سطح أملس.



## < الدخول إلى المرافق واستخدامها المراحيض المتاحة والآمنة

### الأبواب

- بعرض لا يقل عن 90 سم وتفتح للخارج، لكن يفضل أن تكون منزلقة/جزارة.

### المساحة الداخلية

- ينبغي تقييم حالة الشخص الذي سيستخدمها، علماً أن الأبعاد المناسبة والكافية لمستخدمي الكراسي المتحركة هي  $1,80 \times 1,50$  م، أما بالنسبة للأشخاص الذين يتكئون على عكازات أو يسرون بمساعدة شخص فهي  $1,50 \times 1,20$  م. ينبغي أيضاً توفير مساحة خالية محيطها  $1,50$  م لدوران الكرسي المتحرك بسهولة.

### المقعد

- نصح بمقعد ثابت (من الإسمنت مثلاً) ويفضل تصنيعه في الموقع إن أمكن ذلك، حيث يمكن تعديل بعض قطع الأثاث أو الأشياء الموجودة أساساً (مثلاً: كرسي بفتحة، إلخ).

- الارتفاع الموصى به 45 - 50 سم.

- يمكن الاعتماد على مواد تؤمن الراحة إن كان يسهل تنظيفها وتعقيمها.

### قضبان للاتكاء والتثبيت

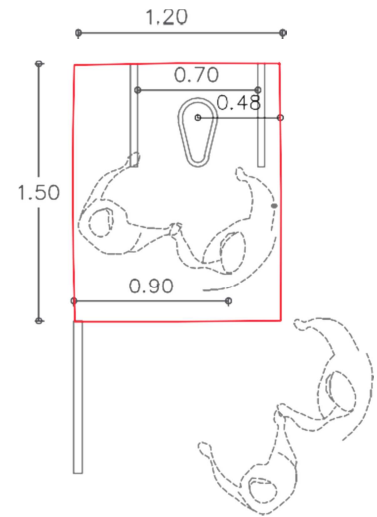
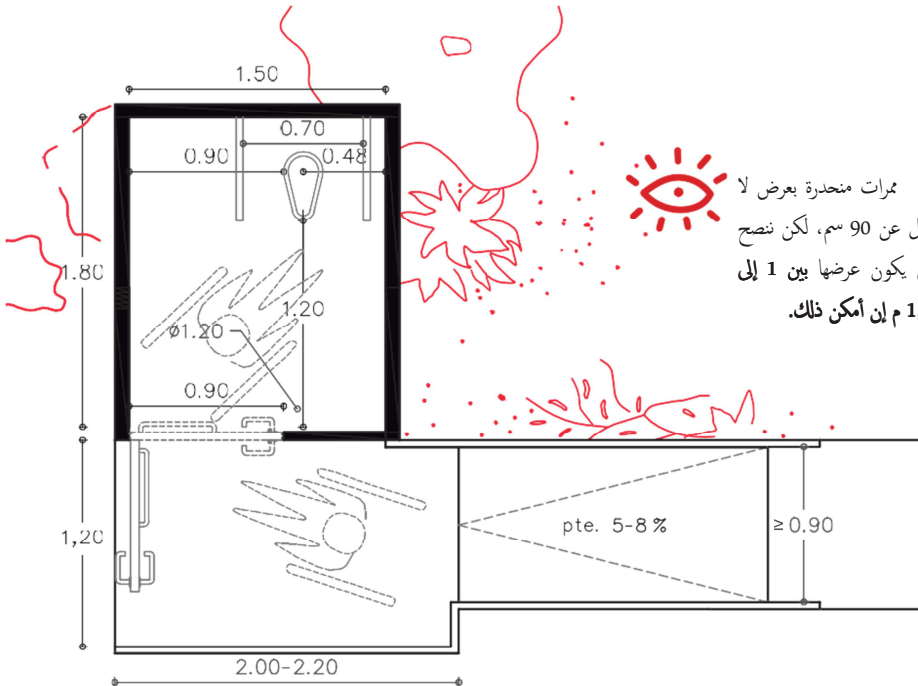
- بقطر 40 إلى 45 سم، ومثبتة على الجدران والأرضيات المجاورة، ومصنوعة من مواد متينة.  
- مستخدمو الكراسي المتحركة: يفضل وضع قضيب متحرك (على شكل الحرف U) على ارتفاع 45-50 سم عن الأرض عند مكان نقل الشخص عن الكرسي وآخر على شكل الحرف L بارتفاع 50-75 سم ومثبت على الجدار لتأمين الدعم اللازم عن نقل ثقل الجسم.  
- باقي الأشخاص: حسب حالة كل شخص ويفضل وضع القضبان على الجانبين وتثبيتها على ارتفاع 45-75 سم.

### المقابض والأقفال

- مقابض متاحة ويفضل أن تكون بشكل ذراع أو على شكل الحرف D، لكن يمنع استخدام المقابض الدائرية. أما الارتفاع فيكون عند 90 سم إلى متر حسب الشخص، ضمن نطاق يتراوح ارتفاعه من 65 سم إلى 1,10 م.

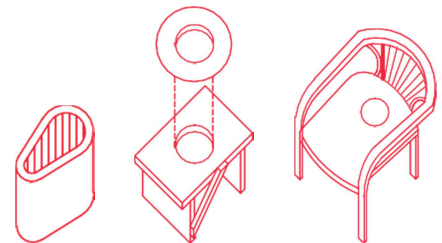
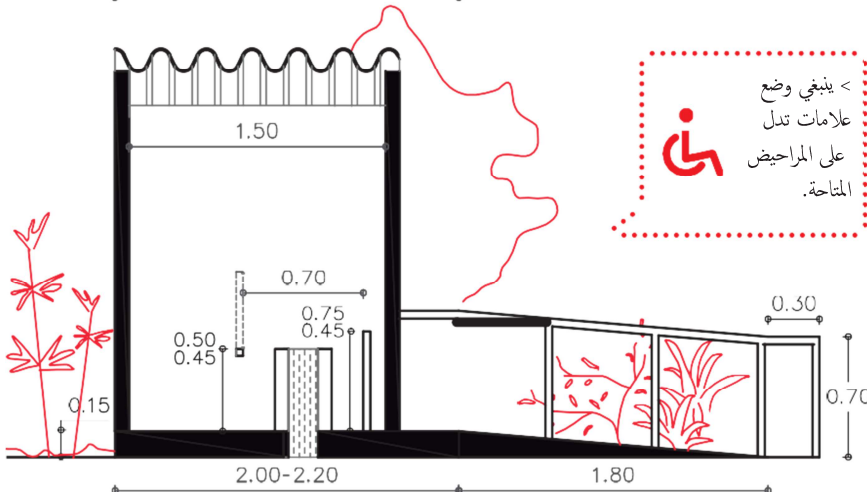
- عناصر متاحة لإغلاق الباب من الداخل (مثلاً: حبل أو مقبض أفقي).

- قفل منزلق معدني أو خشبي حفاظاً على الخصوصية.



< تحليل كل حالة على حدة فيما يخص متطلبات المراحيض.  
< ينبغي أن تكون **15 بالمئة** من المراحيض على الأقل متاحة.  
< لا بد دائماً من توفير مرحاض متاح واحد على الأقل.

< ينبغي وضع علامات تدل على المراحيض المتاحة.





## مراحيض الأطفال المتاحة والآمنة

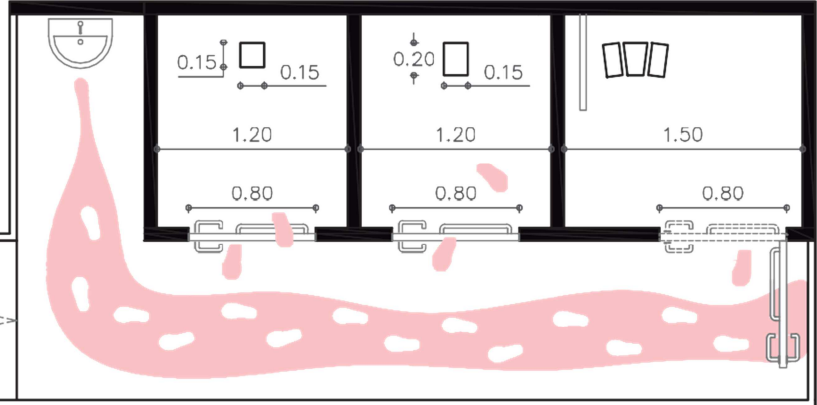
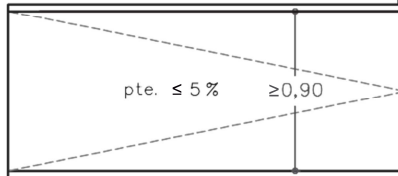
ليكون تصميم مراحيض الأطفال شاملاً فلا بد أن يكون متاحاً وآمناً لجميع الأطفال، وهذا يشمل الرضع والفتيات المراهقات والأطفال الذين لديهم تنوع وظيفي. ولا بد أن يكون التصميم لطيفاً وطريفاً كما يلفت أنظارهم. ننصح باستخدام النوافذ والأنوار الليلية والصور وقطاط غسل اليدين. يمكن أن يكون الجدار منخفضاً كي يتمكن الأهل/القائمون على الرعاية من رؤية الأطفال. ينبغي أن تكون أبعاد حفرة المراض أقل، حيث تكون بعضها بمساحة 15x20 سم وأخرى ذات أبعاد 15x15 سم للأطفال الأصغر سناً.

لا بد من أن تتوفر مقصورة/مساحة واحدة على الأقل مزودة بما يلي:

- مساحة إضافية (لا تقل عن متر مربع إضافية).
- باب أكبر (بعرض لا يقل عن 80 سم).
- درابزين/حواش مثبت بالأرضية أو الجدار بارتفاع 5-65 سم.
- مقعد مرتفع 30-45 سم عن الأرض ويفضل أن يكون مثبتاً، ويمكن أن يكون دائرياً ليوفر الراحة.
- ممر منحدر إضافي بنسبة انحدار 5 بالمائة إن سمحت المساحة وبما لا يزيد عن 8 بالمائة.
- \* لا حاجة دائماً لمقصورة إضافية بأبواب يمكن قفلها، لكن يجب توفير مساحة للأطفال ذوي الإعاقة.



< يجب الأخذ في الحسبان السياق والمعتقدات الدينية والأعراف وعادات النظافة التي يتبعها الأهالي المحليون عند الإعداد للمراحيض، كما ينبغي التفكير في الفروقات على صعيد الذكور والاناث.

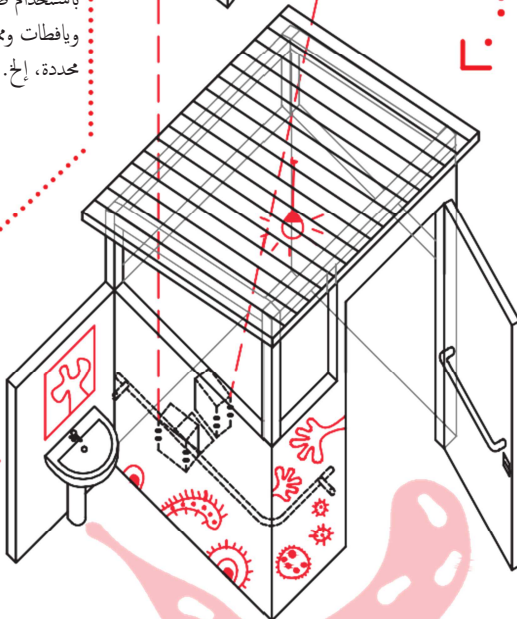
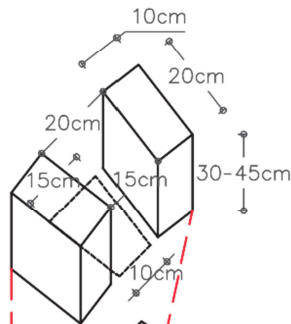


\* ممر عليه رسوم تشبه خطوات الأقدام للدلالة على الطريق المؤدية إلى المغاسل.

مثال على مراحيض الأطفال المتاحة:



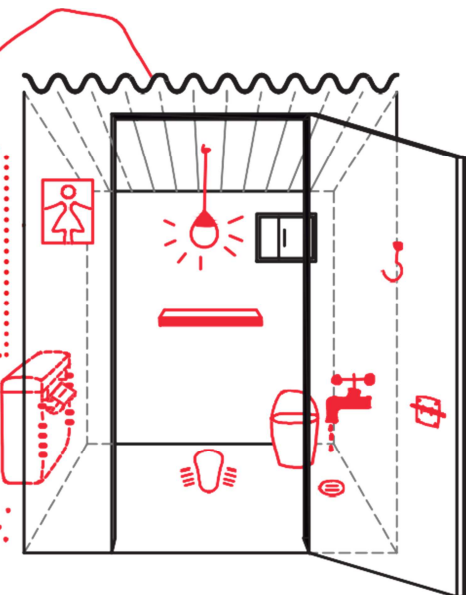
< غسل اليدين مهم جداً ولهذا لا بد أن يكون فعالاً مرغوباً به وعضوياً ويصعب التهرب منه. ولهذا ننصح باستخدام صور وإفطاطات وممرات محددة، إلخ.



## النظافة الصحية في فترة الطمث

- يجب تأمين مراحيض تحفظ الخصوصية والأمان تسهيلاً للنظافة الصحية في فترة الطمث، وهذا يشمل:
- مساحة تحفظ الخصوصية والأمان لتبديل مستلزمات العناية في فترة الطمث والتنظيف والتجفيف، حتى في الليل. يجب تأمين الأنوار والأقفال الداخلية وسلال المهملات والرفوف/علاقات الألبسة وأكياس القوط الصحية.
- مكان يؤمن الخصوصية ويحوي الصابون والماء لغسل اليدين بعد تبديل مستلزمات العناية في فترة الطمث. يجب وضع نقاط مياه في الداخل.
- مساحة تؤمن الخصوصية والأمان للاستحمام، مرة يومياً في العادة.
- ترويج رسائل توعية بالنظافة الصحية.

< سلة معلقة للقوط بحيث تكون حاوية المهملات مخفية ضمن الجدار بعيداً عن الأنظار.



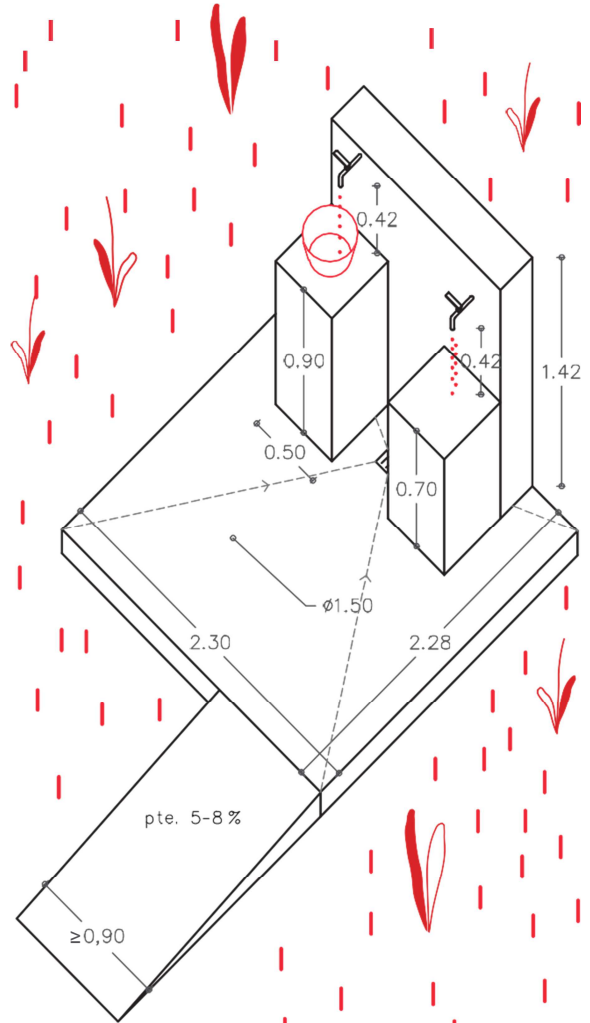
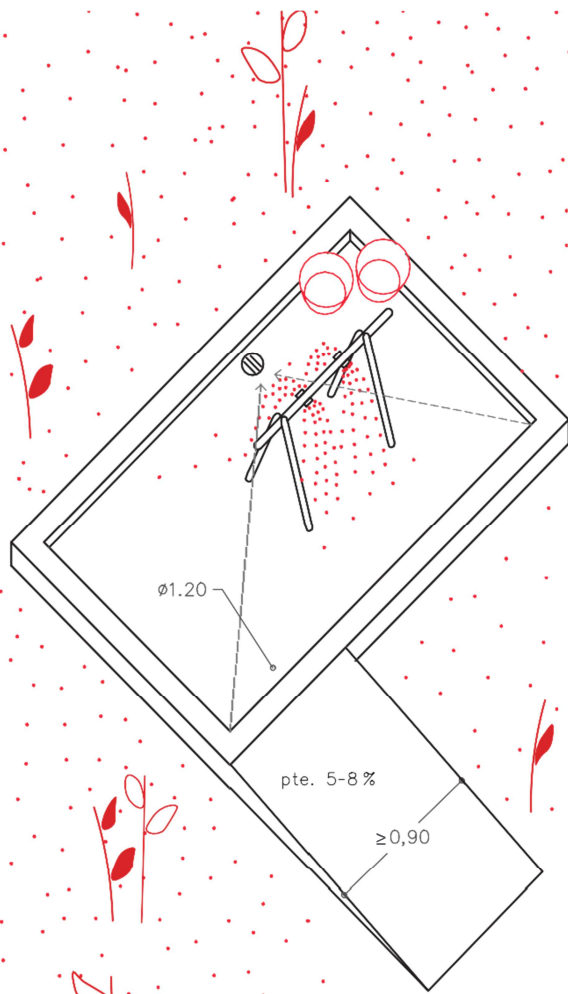
## نقاط المياه

- ننصح بإعداد منصة مرتفعة للتقليل من المجهود، كما يمكن تركيب نقاط المياه على ارتفاعات مختلفة كي يسهل على من لديهم صعوبات في الحركة الوصول إليها. يفضل أن تكون على ارتفاع 65-75 سم (لمستخدمي الكراسي المتحركة) و85-100 سم للآخرين.

- ننصح عند الإمكان بترك مساحة دائرية خالية بحيط 1,5 م تسهياً لدوران الكراسي المتحركة. لكن يمكن الاستعاضة عنها بمساحة محيطها 1,2 م على الأقل في حال عدم توفر مساحة كافية.

ينبغي توفير المياه دون أية عوائق أو عقبات للناس ذوي التنوع الوظيفي، وبالتالي لا بد أن يكون تصريف المياه في تلك الأماكن جيداً بحيث لا تتشكل بقع تغمرها المياه، كما ينبغي أن تكون مرتفعة عن الأرض تجنباً لتلوث المياه. وينبغي اتباع ما يلي إن أمكن ذلك:

- ممر منحدر للدخول والخروج بعرض  $\leq 90$  سم وانحدار بنسبة 5 بالمئة يمكن أن يصل إلى 8-10 بالمئة كحد أقصى في حال عدم توفر مساحة كافية. يجب أن يكون السطح أملساً وغير زلق، وأن يبقى جافاً دائماً. يمكن وضع درابزين على ارتفاع حوالي 74 سم، كما يمكن إضافة حواف لمنع السقوط.







**التوعية:** التثقيف ونشر المعلومات بين الطواقم والأهالي حول حقوق كبار السن والأشخاص الذين لديهم تنوع وظيفي وأو صعوبات في الحركة، كي يتمكنوا من الوصول بأمان إلى نقاط المياه ومرافق النظافة والإصحاح والبنى التحتية الطبية. والإبلاغ على النحو الملائم عن أية تغييرات قد تطرأ على هذه المرافق قبل إجرائها. إذ لا تقتصر الأهمية على إتاحة المرافق فحسب بل تتعداها إلى التعريف بكيفية استخدامها والحفاظ عليها. ويجب تنفيذ أنشطة التوعية بوجود مشرف للتوعية الصحية.



**المشورة والمشاركة:** العمل معاً (المرضى والأقرباء وعمال الرعاية الصحية والموظفين الفنيين) على تحليل وتحديد العقبات المحتملة التي قد تعيق إمكانية الوصول إلى المرافق، ومشاركة ذوي التنوع الوظيفي أو من لديهم صعوبات حركية في أعمال التصميم واتخاذ القرار. كما ينبغي تحديد قدرات كل شخص واستشارتهم فيما يخص المياه وأعمال التنظيف ومسائل النظافة الصحية.



**المراجعة:** تنفيذ أعمال صيانة منتظمة لجميع مرافق الرعاية الصحية والمراحيز والحمامات ونقاط مياه الشرب حرصاً على إتاحتها للجميع والحفاظ على نظافتها وإمكانية استخدامها وتأمين راحة المكان.



< نشاط عملي سهل التطبيق:

تنظيم مجموعات صغيرة من شخصين أو ثلاثة أشخاص (من فيهم المرضى وعمال الرعاية الصحية والمسؤولين اللوجستيين) والقيام بجولة على المرافق (لمدة حوالي 30 دقيقة). التحقق من كل قسم بناءً على هذه الوثيقة وتسجيل الملاحظات بخصوص أية مساحات يصعب أو يسهل الوصول إليها. في الختام تعقد جلسة نقاش جماعي لعرض الأفكار.

**السياق الثقافي:** لا ينبغي أن ننسى السياق الثقافي الذي يتواجد ضمنه المشروع، كما علينا أن نأخذ في عين الاعتبار الممارسات المعتادة في كل مكان وكذلك مجموعة الناس الذين نستهدفهم. يجب أيضاً تعديل التصميم بحيث تتلائم مع مختلف الأوضاع التي نعمل في إطارها.



**البرنامج الطبي:** يجب أن نأخذ في الحسبان البرنامج الطبي والمرضى ونجري تعديلاتنا بناءً على ذلك. فقد نضطر في بعض الأحيان إلى تأمين مرافق متاحة حتى في مناطق العزل. علينا أن نتحدث إلى مدير الوقاية من العدوى والسيطرة عليها والمسؤولين اللوجستيين وكذلك إلى لجنة النظافة الصحية إن أمكن، وذلك للعمل معاً وصولاً إلى الحل الأنسب وحرصاً على سير أعمال المشروع بسلاسة.



**المنسقون اللوجستيون:** يجب التواصل مع المنسق اللوجستي أو المنسقة اللوجستية أو مسؤولي المياه والصرف الصحي والنظافة الصحية في حال كانت لدينا أية شكوك أو كنا بحاجة إلى دعم إضافي بخصوص أي جانب من جوانب المشروع.



## المراجع

- الكل تحت سقف واحد. الملاجئ والتجمعات السكنية الشاملة لذوي الإعاقة في حالات الطوارئ. الاتحاد الدولي للصليب الأحمر والهلال الأحمر، هانديكاب إنترناشيونال، جمعية سي بي إم، 2015
- موجز تكنولوجيات المياه والصرف الصحي والنظافة الصحية المتاحة. هيزل جونز وجين ويلبر، مركز المياه والهندسة والتنمية، منظمة ووتر إيد، 2014
- الممارسات الجيدة لتوفير خدمات المياه والصرف الصحي والنظافة الصحية المتاحة والشاملة. اليونيسف، ديسمبر/كانون الأول 2015
- دليل استشارات الإتاحة. معاريون بلا حدود، 2015
- دليل النظافة الصحية المنزلية المتاحة لذوي الإعاقة. وزارة مياه الشرب والنظافة الصحية في الحكومة الهندية ومنظمة ووتر إيد، ديسمبر/كانون الأول 2015
- معايير الإدماج الإنساني لكبار السن وذوي الإعاقة. منظمة هيلب إيج الدولية، لندن، ومنظمة هانديكاب إنترناشيونال 2018
- إدماج الأطفال ذوي الإعاقة في العمل الإنساني. اليونيسف، نوفمبر/تشرين الثاني 2017
- إدماج الأشخاص ذوي الإعاقة في عمليات قطاع المياه. مجموعة البنك الدولي، 2017
- التصاميم الشاملة لمراحيض المدارس. مركز المياه والهندسة والتنمية، 2011
- المعايير الدنيا لإدماج كبار السن وذوي الإعاقة في العمل الإنساني. الكل تحت سقف واحد. الملاجئ والتجمعات السكنية الشاملة لذوي الإعاقة في حالات الطوارئ. برنامج قدرات كبار السن وذوي الإعاقة، 2015
- الدليل العملي المفصل للعمل الإنساني الميداني الشامل. الدليل العملي الإنساني – جمعية سي بي إم