



Funded by
the European Union

GHID PRACTIC PENTRU PERSOANELE CU DIZABILITATI/NEVOI SPECIALE

TEMA: PREVENIREA SI SIGURANTA ELEVILOR CU DIZABILITATI IN MEDIUL SCOLAR

REFERINTA: PROIECT ERASMUS + Ka220 – Parteneriate de cooperare in domeniul educatiei

Titlul proiectului: ELEVI DEZAVANTAJATI CARE INFRUNTA DEZASTRE/SITUATII DE URGENTA

Numarul proiectului: 2021-1-LT01-KA220-SCH-000031550

Coordonator: Scoala Gimnaziala Marijampole „Ryto” (Lituania)

Parteneri:

Scoala Antalya Toplumsal Gelişim Derneği (Turcia)

Asociatia Colegiului National Nicolae Titulescu (Romania)

Scoala B1 PE Covão e Vargem (Portugalia)

Scoala 2nd Gymnasium of Nea Ionia Attikis (Grecia)



RECUNOASTERE

Acest ghid a fost realizat de catre partenerii unui proiect Erasmus + Ka220, parteneriate de cooperare in domeniul scolar.

Prezentul ghid este rezultatul colaborarii partenerilor de proiect si a altor autoritati locale sau institutii.

Informatiile din interiorul ghidului reflecta ideile, gandurile si propunerile partenerilor din proiect, ca urmare, Comisia Europeana nu este responsabila pentru continutul textului.

INTRODUCERE

Pregătirea pentru situații de urgență este o responsabilitate comună. Fiecare individ trebuie să fie echipat adecvat, astfel încât să poată rezista cel puțin 72 de ore, cât timp personalul de urgență se ocupă de persoanele care au nevoie de ajutor imediat.

Acest manual oferă instrucțiuni despre întocmirea unui plan de urgență și a unui kit, necesare persoanelor cu nevoi speciale sau cu dizabilități, dar și îngrijitorilor unor astfel de persoane. Deși toată lumea este afectată de dezastre și situații de urgență, efectele pe care acestea le au asupra persoanelor cu dizabilități sau cu nevoi speciale sunt, adesea, agravate, din cauza incapacității lor de a folosi curentul electric, lifturile, dar și de a comunica și de a se deplasa autonom.

Vă puteți îmbunătăți disponibilitatea de a gestiona o varietate de situații de urgență, făcând câțiva pași simpli chiar acum. Ar trebui să poți avea grijă de tine și de cei dragi în timpul unei situații de urgență, urmând aceste proceduri simple.

Trei etape fundamentale sunt implicate în pregătirea de urgență:

- Realizarea pericolelor / riscurilor**
- Acțiune planificată (realizarea unui plan)**
- Achiziționarea unui kit de supraviețuire**

DESPRE MANUAL

- **Nevoile speciale si dizabilitatile sunt tratate separat, in functie de nevoile specific fiecarei persoane.**
- **In functie de specificul dizabilitatilor/nevoilor special, fiecare sectiune propune un set de instrumente necesare unui kit de urgenta si ofera sfaturi utile pentru persoanele in cauza, dar si pentru ingrijitorii acestora.**
- **Ghidul nu ofera instructiuni referitoare la acordarea primului ajutor sau recomandari medicale.**

CUM CREATI UN GRUP DE SUPORT?

Daca aveti nevoie de ajutor in situatii de urgenta, intrebati persoanele in care aveti incredere daca sunt dispuse sa acorde ajutor.

- **Alegeti persoane de incredere din familie, de la locul de munca sau de la scoala. In caz de urgenta, vecinii sunt contactele cele mai apropiate si mai accesibile.**
- **Informati persoanele de sprijin despre locul unde se afla kitul pentru situatii de urgenta.**
- **Dati-i o cheie de rezerva a casei dumneavoastra unei persoane din grupul de suport.**
- **Asigurati-va ca in grup sunt persoane care se afla departe de locul evenimentului, pentru ca acestea sa nu fie afectate si sa va poata oferi ajutor.**
- **Ganditi o strategie adaptata la nevoile si capacitatile dumneavoastra.**
- **Impreuna cu grupul de suport, testati planul de urgenta.**
- **Faceti-le cunoscut modul in care trebuie folosit echipamentul de prim ajutor, daca aveti unul.**

COMPONENTELE UNUI KIT DE URGENTA

In cazuri de urgenta, veti avea nevoie de cateva lucruri de baza. Asigurati-va ca acestea sunt suficiente pentru cel putin 72 de ore. Nu toate obiectele din kit se potrivesc tuturor; cititi sectiunea potrivita, pentru obiectele suplimentare recomandate si selectati-le pe acelea care se potrivesc nevoilor dumneavoastra. Verificati kitul de doua ori pe an, pentru a va asigura ca aveti in el tot ce va este necesar. Adaugati ce va lipseste, daca este cazul.

KITUL DE URGENTA DE BAZA

- **Apa – cel putin 2 litri, pentru fiecare persoana, pe zi. Este necesar sa aveti sticle mici, care sa poata fi transportate usor, in cazul unui ordin de evacuare.**
- **Mancare neperisabila, cum sunt conservele, batoane energizante si hrana uscata (inlocuiti hrana si apa o data pe an)**
- **Lanterna cu incarcare prin inductie sau cu baterii (si baterii suplimentare)**
- **Radio cu incarcare prin inductie sau cu baterii (si baterii suplimentare)**
- **Kit de prim ajutor**
- **Prescriptii medicale, bratară MedicAlert® sau de identificare**
- **Chei de rezerva de la masina si de la casa**
- **Bani in bancnote mici, de exemplu de 10 ron si maruntis pentru cabine telefonice**
- **Obiecte specifice nevoilor dumneavoastra (prescriptii medicale, preparate pentru sugari, echipament special, mancare si apa pentru animale de companie etc.)**
- **O copie a planului dumneavoastra de urgenta si informatii despre persoanele de contact.**
- **Deschizator de conserve**

ALTE OBIECTE RECOMANDATE

- **Doi litri de apa, pentru fiecare persoana, pe zi, pentru gatit si curatenie**
- **Lumanari si chibrituri (puneti lumanarile in recipiente rezistente si nu le lasati sa arda nesupravegheate)**
- **Haine si incaltaminte de schimb pentru fiecare membru al familiei**
- **Un sac de dormit si o patura calduroasa pentru fiecare membru al familiei**
- **Articole de toaleta, dezinfectat pentru maini, ustensile, saci menajeri pentru igiena personala.**
- **Medicamente din prescriptia medicala pentru cel putin o saptamana**
- **Inalbitor pe baza de clor sau tablete pentru purificarea apei**
- **Unelte de baza (ciocan, clesti, cheie fixa, surubelnita, manusi de protective, masca anti praf, briceag)**
- **Plita mica pe gaz si gaz (cititi manualul de utilizare si depozitati gazul in mod corespunzator)**
- **Un fluier (in cazul in care trebuie sa cereti ajutor)**

SFATURI PENTRU PERSOANELE CU DIZABILITATI / NEVOI SPECIALE

- **Asigurati-va ca toate componentele kitului de urgenta sunt intr-un singur loc, la indemana si usor de transportat.**
- **Puneti etichete pe toate obiectele, inclusiv instructiuni de utilizare a fiecarui dispozitiv.**
- **Faceti o lista cu continutul kitului si dati o copie a acestuia persoanelor din grupul de support.**
- **Pastrati o copie a listei in kitul de urgenta.**
- **Daca aveti alergii la anumite alimente sau medicamente, purtati o bratara MedicAlert®**
- **Scrieti pe o lista toate alergiile de care suferiti si medicamentele pe care le luati (pentru fiecare medicament, specificati afectiunea pe care o aveti, denumirea generica, dozajul, cand trebuie sa va administrati medicatia, dar si numele si datele de contact ale medicului curant).**
- **Inmanati lista grupului de suport si pastrati si dumneavoastra o copie in kitul de urgenta.**

SFATURI PENTRU PERSOANELE CU DIZABILITATI / NEVOI SPECIALE

- **Daca sunteti dependent de aparatura de mentinere in viata sau aveti nevoie de asistenta permanenta, rugati grupul de suport sa va verifice starea de sanatate, in caz de urgenta si intocmiti un plan de rezerva, in eventualitatea unei pene de curent.**
- **Intr-o situatie de urgenta, daca persoanele din grupul de sprijin nu va pot ajuta, cereti ajutor din partea altor persoane si informati-le referitor la nevoile dumneavoastra special si la modul in care va pot ajuta.**
- **Purtati asupra dumneavoastra o alarma care sa emita sunete puternice, pentru a atrage atentia asupra locului in care va aflati.**
- **Fiti constienti de faptul ca o situatie de urgenta poate fi coplecitoare si stesul va poate agrava problemele de sanatate.**

AJUTORUL ACORDAT

PERSOANELOR CU DIZABILITATI/NEVOI SPECIALE

Intrebati daca persoana in cauza are nevoie de ajutor si cum o puteti ajuta.

Daca persoana refuza ajutorul, asteptati sosirea paramedicilor, daca nu este o chestiune de viata si de moarte.

Nu atingeti persoana, animalul de companie sau lucrurile personale fara permisiune, decat daca este o chestiune de viata si de moarte.

Urmati instructiunile din kitul referitor la nevoile speciale ale persoanei in cauza.

Este posibil sa fie nevoie sa folositi manusi fara latex, pentru a diminua raspandirea infectiei virale sau alergia la latex.

Intrebati persoana daca durerea din zonele afectate s-a diminuat si daca vi se permite sa examinati ranile.

AJUTORUL ACORDAT PERSOANELOR CU DIZABILITATI/NEVOI SPECIALE

- **Nu incercati sa miscati din locul ei persoana cu nevoi speciale, decat daca aveti pregatire in tehnicile adecvate situatiei.**
- **Daca persoana este inconstienta sau necooperanta, nu ii administrati lichide sau mancare.**
- **Daca persoana are un animal de asistenta, este responsabilitatea stapanului sa decida daca animalul lui poate actiona fara riscuri in situatia de urgenta.**
- **Pentru a lua aceasta decizie, stapanul animalului trebuie sa stie pericolul la care sunt expusi si schimbarile care se pot petrece in mediul inconjurator.**
- **Daca persoana este nevazatoare, paramedicul sau ingrijitorul ar trebui sa confirme ca animalul de asistenta nu poate oferi ajutor.**

INGRADIREA LIBERTATII DE MISCARE

- O persoana care are probleme de mobilitate ar putea gasi dificila utilizarea scarilor sau deplasarea rapida pe distante lungi. Dependenta de mijloace ajutatoare de locomotie cum ar fi: scaunul cu rotile, cadrul, carjele si bastonul ar putea reprezenta in sine o ingradire.
- Oamenii ce sufera de afectiuni respiratorii sau cardiace pot intampina, de asemenea, dificultati de deplasare. Strategia necesara in situatii de urgenta solicita prezenta unui scaun pentru evacuarea de urgenta, care sa fie amplasat in apropierea scarilor de pe acelasi nivel cu locuinta sau locul de munca, de asa natura incat sa fie cu usurinta accesat in cazul unei evacuari.
- Persoana cu dizabilitati trebuie sa fie implicata in alegerea scaunului de evacuare. Cei ce au nevoie sa utilizeze un astfel de scaun trebuie, de asemenea, sa isi poata alege cele doua persoane(una prioritara si a doua, in caz de rezerva) care sa le ofere ajutor in caz de evacuare. Impreuna cu management-ul cladirii dar si cu persoanele de contact, trebuie schitat un plan de evacuare si un ghid de utilizare a scaunului.
- Daca nu va puteti ingriji singuri eventualele rani dupa o situatie de urgenta, identificati orice zone ale corpului dumneavoastra ale caror senzori de senzatie sunt scazuti si mentionati-i in lista de evaluare personala. Aflati daca exista adaposturi pentru situatii de urgenta care sa detina scaune cu rotile in regiunea dumneavoastra, contactand biroul municipal local.

ASISTENTA OFERITA UNEI PERSOANE CU DIZABILITATI DE MISCARE

-ce trebuie facut-

- In masura in care este posibil, utilizati manusi fara latex, in momentul in care oferiti ajutor.
- Asigurati-va ca scaunul cu rotile este ocupat de persoana potrivita.
- Daca acest lucru nu este posibil, utilizati alte tehnici de evacuare, cum ar fi: utilizarea scaunului de evacuare, adapostul(daca sunteti instruiti in acest sens), sau ridicarea si transportarea de catre personal instruit.
- Nu impingeti sau trageți scaunul cu rotile al unei persoane fara a avea permisiunea acesteia, decat in situatii de viata si de moarte.

DEFICIENTE DE VEDERE

Chiar daca afectiunea lor nu este una vizibila, oamenii cu astfel de dizabilitati pot intampina probleme in realizarea anumitor sarcini.

Abilitatea unei persoane de a reactiona intr-o situatie de urgenta poate fi ingreunata de diverse obstacole ce nu pot fi cu usurinta vizibile: deficiente de comunicare, cognitive, senzoriale, de sanatate mentala, sau de natura intelectuala. Alergiile, epilepsia, diabetul, afectiuni pulmonare sau cardiace si/sau dependenta de dializa sunt doar cateva exemple de astfel de obstacole.

- **Tineti la indemana o lista cu persoanele de contact in caz de urgenta.**
- **Persoane importante ce cunosc in amanunt particularitatile si nevoile dumneavoastra trebuie incluse in aceasta lista.**
- **Instiintati membrii grupului de sprijin ales de dumneavoastra cu privire la locul unde tineti medicamentele**
- **Pentru a veni in sprijinul celor ce trebuie sa va ofere sprijin in situatii de urgenta, luati in calcul purtarea unei bratari de identificare Medical Alert.**
- **Pentru a ii alerta pe cei responsabili cu privire la locatia unde va aflati sau cu privire la faptul ca aveti nevoie de ajutor special intr-o situatie de urgenta, solicitati sa va fie instalata in zona de living a casei dumeravoastra sau la locul de munca un dispozitiv cu un buton de apasare in caz de urgenta.**

SPRIJINIREA UNEI PERSOANE FARA DEFICIENTE DE VEDERE

– ce trebuie facut-

- **Permiteti-i persoanei sa descrie ajutorul de care au nevoie**
- **Gasiti modalitati eficiente de comunicare, cum ar fi instructiuni desenate sau scrise, in locul termenilor generali, de genul “Luati-o la stanga!” sau “ Faceti dreapta!”**
- **Incercati sa mentineti contactul vizual in timp ce vorbiti cu persoana respectiva.**
- **Repetati instructiunile(in caz de nevoie)**
- **Daca o persoana are nevoie sa ia medicamente, asigurati-va daca are nevoie de sprijin in acest sens. (nu oferiti niciodata medicamente ce nu sunt prescrise de medic!)**

SPRIJINIREA UNEI PERSOANE FARA DEFICIENTE DE VEDERE

– ce trebuie facut-

Auzul

Felul in care sunt transmise avertismentele in caz de urgenta este esential pentru intelegerea instructiunilor, a reactiei ulterioare si a sigurantei persoanelor care sufera de deficiente de auz.

Planul dumneavoastra de urgenta

- Transmiteti faptul ca suferiti de pierderea auzului prin realizarea catorva gesturi cum ar fi: miscarea buzelor fara sa scoateti niciun sunet, indicarea urechii sau, daca este cazul, indicarea aparatului auditiv.
- Tineti la indemana o hartie si un creion pentru a inlesni comunicarea scrisa
- Incercati sa obtineti un pager care sa fie conectat la un sistem pentru situatii de urgenta si pe care sa il aveti amplasat atat la locul de munca cat si la domiciliu. Instalati un detector de fum care sa detina lumini sau care sa vibreze pentru a va atrage atentia in cazul in care alarma se declanseaza.
- Testati lunar alarmele de fum prin apasarea butonului de testare.
- Inlocuiti bateriile o data la 6 luni sau de fiecare data cand apare semnul de baterie descarcata.

SPRIJINIREA UNEI PERSOANE FARA DEFICIENTE VIZUALE

– ce trebuie facut-

LISTA CU OBIECTELE SUPLIMENTARE RECOMANDATE

- Hartie de scris si creioane necesare pentru comunicare
- Lanterna, fluier sau sistem personal de alarma
- Un set de propozitii printate ce ar putea fi utilizate in caz de urgenta. Cum ar fi: “Folosesc limbajul semnelor” sau “Daca faceti un anunt, eu voi avea nevoie ca el sa fie scris intr-un limbaj simplu sau semnalizat!”
- Echipament de asistenta in conformitate cu nevoile dumneavoastra (de exemplu: aparat auditiv, amplificator personal)
- Dispozitive de notificare personala portabile necesare pentru a sti daca cineva bate la usa, suna la sonerie sau la telefon.
- Baterii suplimentare pentru dispozitivele de ajutor
- Un card sau orice alt document care sa ateste afectiunea dumneavoastra (pierderea auzului) si care sa inlesneasca si sa eficientizeze reactia si maniera de comunicare a salvatorilor in timpul unei situatii de urgenta.

CE TREBUIE FACUT IN CAZ DE ASISTENTA A UNEI PERSOANE CARE SUFERA DE PIERDEREA AUZULUI

- **Puteti utiliza un semnal luminos sau o atingere usoara a bratului pentru a le atrage atentia**
- **Nu va apropiati de persoana in cauza din spate**
- **Cum exista posibilitatea de a se baza pe cititul pe buze, vorbiti in mod direct cu persoana si incercati pe cat posibil sa aveti un contact vizual.**
- **Vorbiti natural si clar. Evitati tipatul si vorbitul prea incet**
- **Incercati sa reformulati mai degraba decat sa spuneti din nou acelasi lucru.**
- **Faceti diverse semne pentru a clarifica mesajul dumneavoastra.**
- **Ar putea fi benefic sa scrieti un mesaj daca este suficient timp.**
- **Evitati sa faceti zgomote puternice deoarece acestea ar putea genera la randul lor o amplificare a sunetelor emise de aparatul auditiv, cauzand un soc fizic purtatorului.**
- **Fiti constient de faptul ca unele persoane pot fi fie nevazatoare fie hipoacuzice.**

CE TREBUIE FACUT CAND VII IN SPRIJINUL PERSOANELOR CU DEFICIENTA DE AUZ

Viziune

O persoana nevăzătoare sau care suferă de afecțiuni oculare ar putea avea dificultăți în citirea semnelor sau în deplasarea într-un mediu nefamiliar în timpul unei situații de urgență

Plan de urgență

- **Detineti un baston mai lung de culoare alba care poate fi cu usurinta manevrat printre obstacole(este posibil sa exist eramasite sau piese de mobilier cazute)**
- **Identificati in prealabil toate proviziile necesare, cum ar fi sursele de gaz, apa si supapele care opresc curentul electric in situatii de urgenta si semnalizati-le folosind culori fosforescente, litere de tipar sau redactate in alfabetul Braille**
- **Familiarizati-va in prealabil cu toate zonele de evacuare si cu localizarea usilor de urgenta aflate pe fiecare etaj al oricarei cladiri unde lucratii, domiciliati sau pe care o vizitati**
- **Este recomandabil sa aveti o lista cu obiecte suplimentare**
- **Un baston suplimentar de culoare alba, de preferat mai lung**
- **Ceas in format Braille**
- **Un ceas printat in format mare cu baterii suplimentare**
- **Alte materiale ajutatoare, cum ar fi un kit de calatorie electronic, monoclu, binoclu sau o lupa**
- **O pereche suplimentara de ochelari prescrisi (daca este cazul)**
- **Orice dispozitive de citire/tehnologie asistata pentru accesarea informatiei sau dispozitive CCTV portabile**

ASISTAREA UNEI PERSOANE CE SUFERA DE DIZABILITATE VIZUALA

– ce trebuie facut-

- In cazul persoanelor cu deficient de auz/vaz, desenati un X pe spatele lor cu degetul dumneavoastra pentru a-i avertiza ca ii puteti ajuta.
- Pentru a comunica cu o persoana nevazatoare/hipoacuzica, trasati literele pe mana sa cu degetul dumneavoastra
- Pentru a ghida o persoana, faceti o jumatate de pas in fata sa, oferiti-i bratul si mergeti in ritmul lor
- Nu ridicati vocea la o persoana nevazatoare sau care are o deficiente de vedere. Vorbiti clar si oferiti directii clare si concise
- Oferiti in timp util informatii cu privire la prezenta scarilor sau obstacolelor majore sau a schimbarilor de directie.
- Fiti precaut si incercati sa depistati eventualele obstacole de care s-ar putea lovi persoana in cauza
- Nu apucati de brat niciodata o persoana cu deficiente de vedere decat daca este o problema de viata si de moarte
- Nu plecati de la considerentul ca persoana nu va poate vedea
- Evitati utilizarea termenilor de genul “acolo”; descrieti utilizand expresii de genul “ la dreapta/stanga/drept inainte/in spatele” sau utilizand pozitia cadranului de ceas(ora 12 reprezinta calea de iesire)
- Daca o persoana detine un animal special antrenat pentru ajutorarea sa, intrebati-l pe unde ar trebui sa pasiti pentru evitarea deranjarii animalului. Nu despartiti animalul de stapanul sau.

SENIORI CU DIZABILITATI/ NEVOI SPECIALE

Persoanele in varsta, in special cei cu nevoi speciale, ar trebui sa fie informati cu privire la ceea ce ar trebui sa faca intr-o situatie de urgenta. Contactati biroul municipal pentru a afla detalii despre programele si serviciile ce sunt puse la dispozitie in zona dumneavoastra si care v-ar putea ajuta in situatii de urgenta dar si in a va facilita intoarcerea la rutina zilnica.

Plan de urgenta

- **Intocmiti o lista a persoanelor ce pot fi contactate in situatii de urgenta, o retea a celor ce ar putea veni in sprijinul dumneavoastra, cum ar fi: doctorul, un nume de contact dintr-un grup de seniori din care faceti parte, vecini si administratorul cladirii unde locuiti.**
- **Pastrati o copie a acestei liste in trusa de urgenta**
- **Familiarizati-va cu toate caile de evacuare, echipamentele de urgenta si locatia usior de urgenta din locuinta dumneavoastra**
- **Solicitati amplasarea unui buton de declansare a alertei atat in locuinta cat si la locul de munca, de asa natura incat intr-o situatie de urgenta, sa puteti anunta locatia unde va aflati si faptul ca aveti nevoie de ajutor.**

SENIORI CU NEVOI SPECIALE

Lista cu obiecte suplimentare recomandate

- **Alimente neperisabile potrivite dietei dumneavoastra**
- **Dispozitive de ajutorare, cum ar fi: bastoane, mergator, scaun cu rotile manual, dispozitive auditive, aparat de respirat, dispozitiv de masurare a glocizei din sange(glucometru)**
- **Retete suplimentare pentru ochi si picioare(daca este cazul)**
- **Medicamente si suplimente alimentare**
- **O lista cu toate proviziile medicale necesare si echipament special**
- **Copii ale tuturor retelor medicale**
- **Proteze dentare(daca este cazul) si aparat de curatare**
- **Manusi ce nu sunt fabricate din latex(pentru oricine vine in ajutorul dumneavoastra)**

Seniori cu dizabilitati/nevoi speciale

Asistarea unei persoane in varsta cu dizabilitati

– ce trebuie facut-

- **Luati legatura cu vecinii pentru a identifica persoanele in varsta ce ar putea avea nevoie de asistenta in timpul unei situatii de urgenta**
- **Abordati un comportament calm, asigurand persoana in cauza ca va aflati acolo pentru a oferi ajutor. Evitati sa tipati sau sa vorbiti prea incet.**
- **Permiteti persoanei sa va transmita felul in care o puteti ajuta**
- **Asigurati-va ca stiti unde este localizat butonul de urgenta(multe cladiri cu oameni in varsta au butoane de urgenta in dormitoare si in zonele de baie)**
- **Urmati instructiunile ce se regasesc pe echipamentele si dispozitivele create pentru ajutorararea persoanelor cu nevoi speciale.**