

Безбар'єрність – це коли

**М:ЖЕШ**



**АБЕТКА  
БЕЗБАР'ЄРНОСТІ**



інформаційна  
безбар'єрність

Абетка безбар'єрності — це перші кроки до розуміння того, що таке безбар'єрність. Вона розповість простими словами про складні речі: про рівність, повагу, доступність і прийняття. Проєкт створений для того, щоб пояснити поняття безбар'єрності дітям і дорослим, допомогти сформуванню культури взаємоповаги та інклюзії у суспільстві.





**АДАПТАЦІЯ**



Адаптація — процес пристосування людини до нових обставин, щоб усім було зручно, безпечно та комфортно.

**Приклад:**

**коли в школі для дитини з порушенням слуху встановлюють спеціальний пристрій або залучають перекладача жестової мови — це адаптація навчального процесу.**





**БЕЗПЕКА**



інформаційна  
безбар'єрність

Безбар'єрність – це коли

**М:ЖЕШ**

Безпека — стан, коли людині нічого не загрожує, вона відчувається захищеною фізично, психологічно та емоційно.

**Приклад:**

**у школі біля сходів є поручні та неслизьке покриття, щоб запобігти падінням.**



інформаційна  
безбар'єрність



# ВЕБДОСТУПНІСТЬ



Вебдоступність — це коли сайт або застосунок зроблені так, щоб ними могли зручно користуватися всі люди, зокрема люди з порушеннями зору, слуху, моторики чи з різними способами сприйняття інформації.

**Приклад:**

**на сайті розміщено відео з субтитрами та озвучкою, а всі кнопки підписані і мають чіткий контраст кольорів. Це робить сайт доступним для людей із порушеннями слуху чи зору.**



Безбар'єрність – це коли

**М:ЖЕШ**



# ГРОМАДЯНСЬКЕ СУСПІЛЬСТВО



інформаційна  
безбар'єрність

Громадянське суспільство — люди та об'єднання (громадські організації, волонтери, ініціативні групи), які добровільно працюють разом, щоб зробити життя в суспільстві кращим, справедливим і безпечним.

### Приклад:

**коли мешканці міста об'єднуються в ініціативну групу, щоб разом прибрати парк, захистити права людей з інвалідністю — це прояв громадянського суспільства.**





# ГРЕЧНІСТЬ



Гречність — це лагідна ввічливість, шаноблива поведінка, привітність та доброзичливість у поводженні з людьми, яка свідчить про вихованість. Вона охоплює щире ставлення, дотримання правил пристойності, приємні манери та здатність проявляти увагу до інших.

### **Приклад:**

**у парку чоловік поступився місцем у черзі людині на кріслі колісному та привітно запитав, чи потрібна допомога.**



Безбар'єрність – це коли

**М:ЖЕШ**



**ДОСТУПНІСТЬ**



інформаційна  
безбар'єрність

Доступність — облаштування приміщень і просторів, яке дозволяє всім людям, зокрема людям з інвалідністю, зручно та безпечно користуватися ними.

### **Приклад:**

**у будівлі є пандус при вході, ліфт для підйому на другий поверх і туалетна кімната, пристосована для людей на кріслі колісному. Це означає, що будівля є доступною.**



Безбар'єрність – це коли

**М:ЖЕШ**



# ЕКОНОМІЧНА БЕЗБАР'ЄРНІСТЬ



інформаційна  
безбар'єрність

Економічна безбар'єрність — створення рівних і зручних умов для ведення бізнесу, працевлаштування, послуг та фінансових ресурсів для всіх людей — незалежно від віку, статі, стану здоров'я, місця проживання чи соціального статусу.

**Приклад:**

**якщо людина з інвалідністю може працювати дистанційно на рівних з іншими — це прояв економічної безбар'єрності.**





**ЄДНІСТЬ**



Єдність — стан, коли люди об'єднані спільною метою, цінностями або діями, підтримують одне одного і разом працюють заради спільного блага.

### **Приклад:**

**коли мешканці громади під час надзвичайної ситуації разом допомагають постраждалим, організовують укриття, збір речей чи продуктів — це приклад єдності. Вони діють не поодинці, а разом, як одна команда.**

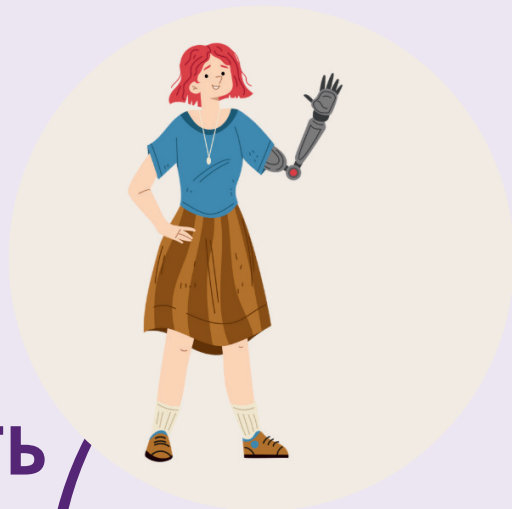


Безбар'єрність – це коли

**МОЖЕШ**



# ЖИТТЄСТІЙКІСТЬ



інформаційна  
безбар'єрність

Життєстійкість — здатність людини, громади або суспільства адаптуватися до складних обставин, долати труднощі та відновлюватися після криз.

### Приклад:

попри складні життєві обставини, людина знаходить у собі сили жити далі: продовжує навчатися, працювати, займатися улюбленою справою, спілкуватися з близькими. Вона не здається, а поступово відновлюється та рухається вперед.





# ЗНАК ДОСТУПНОСТІ



Знак доступності — спеціальне позначення, яке вказує, що місце, об'єкт або послуга пристосовані для людей з інвалідністю.

**Приклад:**

**на вході до громадської будівлі встановлено наліпку із зображенням людини на кріслі колісному — це знак доступності, який означає, що всередину можна потрапити без бар'єрів, наприклад, через пандус або автоматичні двері.**





**ПРИЙНЯТТЯ**



Прийняття — це готовність визнавати людину й ситуацію такими, як вони є, з повагою до відмінностей, без осуду та спроб “переробити”.

### **Приклад:**

**у класі навчається дитина, яка спілкується жестовою мовою, однокласники спокійно ставляться до цього: говорять повільніше, дивляться в обличчя й за потреби використовують прості жести або записки.**





# ІНКЛЮЗИВНА ОСВІТА



Інклюзивна освіта — система навчання, яка передбачає рівний доступ до якісної освіти для всіх дітей. Вона ґрунтується на принципах поваги до різноманітності, толерантності, участі та підтримки кожного учня в освітньому процесі.

### **Приклад:**

**разом з однолітками здобуває освіту дитина з порушенням слуху. Для неї забезпечено необхідні умови: встановлено відповідне обладнання, навчальні матеріали адаптовано, а під час уроків працює асистент учителя.**





**ЗНАЇМО**



Безбар'єрність – це коли

**М:ЖЕШ**

**«Знаїмо»** — це інформаційна платформа про здорове та свідоме шкільне харчування, створена в рамках реформи шкільного харчування, ініційованої першою леді Оленою Зеленською. Назва розшифровується як «знаємо, що їмо».



[znaimo.gov.ua](http://znaimo.gov.ua)



інформаційна  
безбар'єрність



**ЙОЛИТИ**



**Йолити** – дія, пов'язана з ігровими моментами, зазвичай в контексті розваг.

**Приклад:**

“На вихідних ми йолили в парку: каталися на роликах, сміялися й знімали кумедні відео”.

Тут “йолили” означає весело проводили час, дуркували, розважалися.

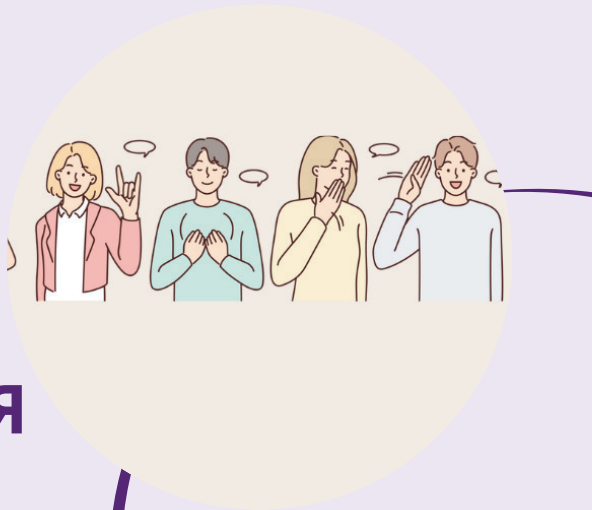


Безбар'єрність – це коли

**М:ЖЕШ**



**КОМУНІКАЦІЯ**



інформаційна  
безбар'єрність

Комунікація — процес обміну інформацією, думками, емоціями або ідеями між людьми за допомогою слів, жестів, міміки, письма чи інших засобів.

### **Приклад:**

**учитель пояснює нову тему учням, використовуючи прості слова, схеми та приклади. Учні ставлять запитання, щоб краще зрозуміти матеріал. Це приклад двосторонньої комунікації, коли обидві сторони активно беруть участь в обміні інформацією.**



Безбар'єрність – це коли

**М:ЖЕШ**



**ЛІДЕРСТВО**



інформаційна  
безбар'єрність

Лідерство — здатність людини впливати на інших, надихати, об'єднувати навколо спільної мети, приймати відповідальні рішення та вести команду до досягнення результату.

**Приклад:**

**староста класу помітив, що однокласники не встигають підготуватися до контрольної. Він запропонував план підготовки, розподілив теми, організував спільне повторення — і клас упорався.**



Безбар'єрність – це коли

**МЖЕШ**



# МЕНТАЛЬНЕ ЗДОРОВ'Я



інформаційна  
безбар'єрність



# ТИ ЯК?

Ментальне здоров'я — стан психологічного благополуччя, за якого людина усвідомлює свої емоції, може справлятися зі стресом, будувати стосунки, ефективно працювати та повноцінно брати участь у житті суспільства.

**Приклад:**

**після напруженого тижня людина відчуває втому й тривогу, але вміє подбати про себе: робить паузу, висипається, говорить із близькою людиною або звертається до психолога. Поступово стан поліпшується, і вона повертається до звичного ритму.**



Безбар'єрність – це коли

**М:ЖЕШ**



**НАВЧАННЯ**



інформаційна  
безбар'єрність

Навчання — процес отримання нових знань, умінь і навичок або вдосконалення вже набутих через досвід, спостереження, практику чи навчання інших.

### **Приклад:**

**дитина вчиться кататися на велосипеді — спочатку вона дізнається, як тримати рівновагу, потім практикується, і зрештою катається впевнено без допомоги.**



Безбар'єрність – це коли

**М:ЖЕШ**



**ОБІЗНАНІСТЬ**



інформаційна  
безбар'єрність

Обізнаність — наявність знань або поінформованості про певні факти, події, явища чи ситуації. Це означає розуміння й усвідомлення того, що відбувається або існує.

**Приклад:**

**людина, яка читає новини про стан довкілля, має обізнаність щодо проблем змін клімату.**





**ПІДТРИМКА**



Підтримка — допомога, схвалення чи сприяння комусь або чомусь, щоб зберегти, зміцнити чи полегшити стан, дії чи розвиток.

**Приклад:**

**друг підбадьорює тебе перед важливим виступом — це емоційна підтримка.**



Безбар'єрність – це коли

**М:ЖЕШ**



**РІВНІСТЬ**



інформаційна  
безбар'єрність

Рівність — стан, за якого всі люди мають однакові права, можливості та ставлення до них незалежно від віку, статі, національності, віри чи інших відмінностей.

### **Приклад:**

**у школі хлопчики й дівчатка мають рівні можливості брати участь у спортивних змаганнях.**



Безбар'єрність – це коли

**М:ЖЕШ**



**СПІВПРАЦЯ**



інформаційна  
безбар'єрність

Співпраця — спільна діяльність двох чи більше сторін для досягнення однієї мети.

**Приклад:**

**учні готують шкільну виставу — одні пишуть сценарій, інші створюють декорації, ще інші готують костюми. Разом вони досягають результату, який кожен окремо зробити не зміг би.**



Безбар'єрність – це коли

**М:ЖЕШ**



# ТОЛЕРАНТНІСТЬ



інформаційна  
безбар'єрність

Толерантність — повага та прийняття людей такими, якими вони є, навіть якщо їхні погляди, звички чи спосіб життя відрізняються від наших.

### **Приклад:**

**у класі навчаються діти з різних країн і всі спілкуються різними мовами, святкують інші свята, але однаково ставляться одне до одного з повагою.**



Безбар'єрність – це коли

**М:ЖЕШ**



**УНІКАЛЬНІСТЬ**



інформаційна  
безбар'єрність

Унікальність — особливість, яка робить людину, предмет чи явище неповторним і відмінним від інших.

**Приклад:**

**у кожної людини відбитки пальців різні — це її унікальна ознака, якої немає ні в кого іншого.**





# ФУНКЦІОНАЛЬНІСТЬ



Функціональність — здатність предмета, пристрою чи системи виконувати свої завдання та приносити користь.

### **Приклад:**

сучасний протез руки має функціональність згинати пальці, утримувати предмети та навіть виконувати точні рухи, допомагаючи людині вести активне життя.



Безбар'єрність – це коли

**М:ЖЕШ**



**ХОБІ**



інформаційна  
безбар'єрність

Безбар'єрність – це коли

**М:ЖЕШ**

Хобі — улюблене заняття, яким людина займається у вільний час для задоволення, а не заради заробітку.

**Приклад:**

**колекціонування марок, гра на гітарі або вирощування квітів на балконі.**



інформаційна  
безбар'єрність



Цифрові технології — сукупність інструментів і методів, які використовують комп'ютери, програмне забезпечення та інтернет для створення, обробки, збереження й передавання інформації в електронному вигляді.

### **Приклад:**

**смартфон із додатками для спілкування — ви пишете повідомлення, додаєте фото чи відео, і воно миттєво надсилається іншій людині через інтернет.**



Безбар'єрність – це коли

**МОЖЕШ**



# ЧИТАБЕЛЬНІСТЬ



інформаційна  
безбар'єрність

Читабельність — наскільки легко і швидко людина може прочитати та зрозуміти текст.

**Приклад:**

**текст, надрукований на білому фоні великим шрифтом та простими словами, як у дитячій книжці, має високу читабельність.**

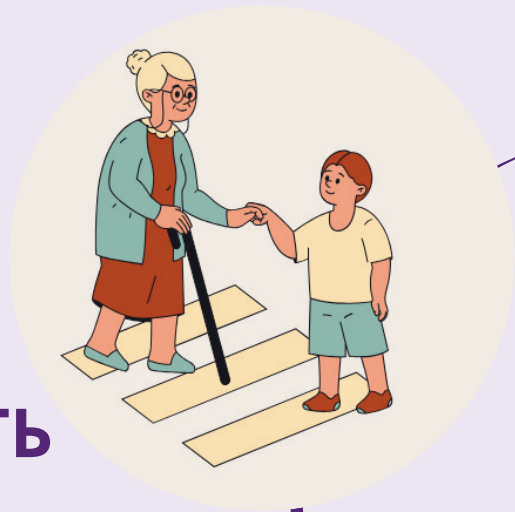


Безбар'єрність – це коли

**МОЖЕШ**



# ШАНОБЛИВІСТЬ



інформаційна  
безбар'єрність

Безбар'єрність – це коли

**М:ЖЕШ**

Шанобливість — ввічливе, уважне та доброзичливе ставлення до інших людей, визнання їхньої гідності та прав.

**Приклад:**

**поступитися місцем у транспорті старшій людині або подякувати за допомогу.**



інформаційна  
безбар'єрність

Безбар'єрність – це коли

**Можеш**



**ЩИРІСТЬ**



інформаційна  
безбар'єрність

Безбар'єрність – це коли

**М:ЖЕШ**

Щирість — відвертість і чесність у словах та вчинках, коли людина говорить і діє без обману чи прихованих мотивів.

**Приклад:**

**друг відверто ділиться з вами своїми переживаннями, бо довіряє вам і не прикидається.**



інформаційна  
безбар'єрність

Безбар'єрність – це коли

**МОЖЕШ**



**ЛЮДЯНІСТЬ\_**



інформаційна  
безбар'єрність

Безбар'єрність – це коли

**М:ЖЕШ**

Людяність — це вміння ставитися до інших із повагою, добротою та співчуттям, навіть у складних ситуаціях.

**Приклад: у черзі людині стало зле — ви допомагаєте сісти, пропонуєте воду й викликаєте медиків.**



інформаційна  
безбар'єрність

Безбар'єрність – це коли

**М:ЖЕШ**



**ЮНІСТЬ**



інформаційна  
безбар'єрність

Юність — період у житті людини між дитинством і дорослістю, коли вона вже не дитина, але ще не повністю доросла; час активного розвитку, мрій і відкриттів.

**Приклад:**

**студент університету, який із захопленням пробує нові справи та будує плани на майбутнє.**

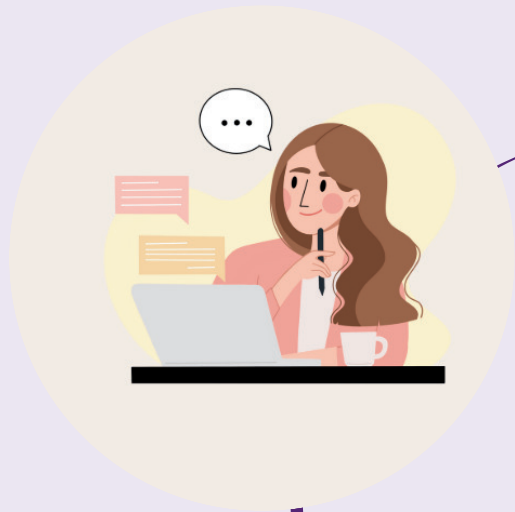


Безбар'єрність – це коли

**МОЖЕШ**



**ЯКІСТЬ ЖИТТЯ**



інформаційна  
безбар'єрність

Якість життя — рівень комфорту, добробуту та задоволення основних потреб людини, який визначається станом здоров'я, умовами проживання, безпекою, доступом до освіти, медицини та можливостями для розвитку.

### **Приклад:**

**у місті є безпечні дороги, доступні школи й лікарні, чиста вода, зручний транспорт і парки, де люди можуть відпочивати та проводити час із сім'єю — це свідчить про високу якість життя.**



Безбар'єрність – це коли

**М:ЖЕШ**

пройти від А до Я без перешкод



інформаційна  
безбар'єрність

**Автор:** Ірина Кучер

**Редактор:** Ірина Дембіцька

**Макет:** Ірина Кучер

**Озвучка:** Ірина Кучер, Юлія Зяткевич

**Відеозйомка, монтаж та аудіозапис:** Юлія Зяткевич

**Перекладач жестової мови:** Марина Зарицька

Безбар'єрність – це коли

**М:ЖЕШ**

**ГОВОРІМО БЕЗБАР'ЄРНО:  
КОРЕКТНІ АЛЬТЕРНАТИВИ**



інформаційна  
безбар'єрність

## СТОП-СЛОВО



Каляска/коляска  
Візок для інвалідів  
Інвалідний візок  
Інвалідка

## КОРЕКТНА АЛЬТЕРНАТИВА



Крісло колісне  
**Про людину:**  
людина, яка користується  
кріслом колісним



## СТОП-СЛОВО



Сліпий/сліпа  
Інвалід по зору

## КОРЕКТНА АЛЬТЕРНАТИВА



**Людина з порушенням зору**  
**людина, яка не бачить /**  
**має часткову втрату зору**



## СТОП-СЛОВО



Інвалід  
Людина з обмеженими  
МОЖЛИВОСТЯМИ

## КОРЕКТНА АЛЬТЕРНАТИВА



Людина з інвалідністю  
Людина, яка має інвалідність



## СТОП-СЛОВО



ВІЛ-інфікований/інфікована  
Хворий на СНІД

## КОРЕКТНА АЛЬТЕРНАТИВА



**Людина**, яка живе з ВІЛ  
**Людина** з ВІЛ-позитивним  
статусом





## СТОП-СЛОВО



Колишній  
військовослужбовець /  
військовослужбовиця  
Ексвійськовий / ексвійськова  
Фронтвик / фронтвичка

## КОРЕКТНА АЛЬТЕРНАТИВА



Ветеран війни / ветеранка війни  
Учасник бойових дій / учасниця  
бойових дій  
Військовослужбовець /  
військовослужбовиця



## СТОП-СЛОВО

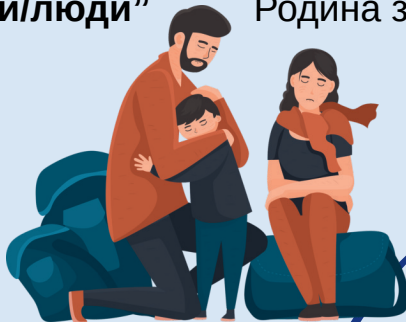


Біженці  
Переміщені  
без слова “особи/люди”

## КОРЕКТНА АЛЬТЕРНАТИВА



Внутрішньо переміщені особи  
**Людина** зі статусом ВПО  
Родина зі статусом ВПО



## СТОП-СЛОВО



Старі / старики  
Бабки / діди / дідки

## КОРЕКТНА АЛЬТЕРНАТИВА



Літні **люди**  
**Люди** старшого віку  
Особи похилого віку  
**Люди** поважного віку



## СТОП-СЛОВО

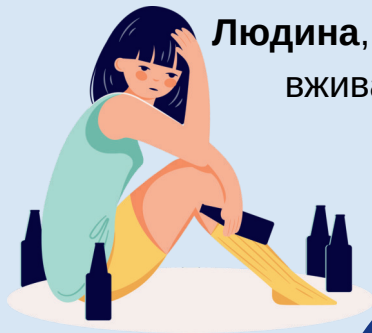


Наркоман / наркоманка  
Алкоголік  
П'яниця

## КОРЕКТНА АЛЬТЕРНАТИВА



**Людина**, яка вживає  
психоактивні речовини  
**Людина**, яка має проблеми з  
вживанням алкоголю



## СТОП-СЛОВО



Бізнесмен (гендерно  
марковане слово)

Фопи

## КОРЕКТНА АЛЬТЕРНАТИВА



Підприємець / підприємця  
Власник / власниця бізнесу  
Фізична особа-підприємець  
(ФОП)



## СТОП-СЛОВО



Працевлаштування інвалідів  
Обмежено працездатні  
Робочі місця для інвалідів

## КОРЕКТНА АЛЬТЕРНАТИВА



Працевлаштування **людей** з  
інвалідністю  
**Люди**, які мають обмеження  
життєдіяльності  
Доступні робочі місця



## СТОП-СЛОВО



Соціально неблагополучні  
Малозабезпечені

## КОРЕКТНА АЛЬТЕРНАТИВА



**Люди/родини** в складних  
життєвих обставинах  
Домогосподарства/родини з  
НИЗЬКИМ ДОХОДОМ



## СТОП-СЛОВО



Бомж, бродяга, жебрак

## КОРЕКТНА АЛЬТЕРНАТИВА



Бездомна людина  
Людина, яка опинилася в  
складних життєвих обставинах



## СТОП-СЛОВО



Дитина-інвалід  
Особливі діти



## КОРЕКТНА АЛЬТЕРНАТИВА



Дитина з інвалідністю  
Діти з особливими освітніми  
потребами



## СТОП-СЛОВО



Дефект мови



## КОРЕКТНА АЛЬТЕРНАТИВА



Порушення мовлення



## СТОП-СЛОВО



Проблемна дитина  
Важкий учень



## КОРЕКТНА АЛЬТЕРНАТИВА



Учень/учениця, який/яка  
потребує підтримки  
Учень із поведінковими/  
навчальними труднощами

## СТОП-СЛОВО



Спрощене навчання

## КОРЕКТНА АЛЬТЕРНАТИВА



Адапована програма /  
модифікована програма

