

FEVAS
Plena
 inclusión
 Euskadi

Egizu erraz

**Praktikatu irisgarritasun
 kognitiboa**

Colabora:



BERDINTASUN, JUSTIZIA
 ETA GIZARTE POLITIKETAKO SAILA
 DEPARTAMENTO DE IGUALDAD,
 JUSTICIA Y POLÍTICAS SOCIALES

AURKIDIDEA

1

Zer da irisgarritasun kognitiboa?..... Pág. 3

2

Espacio irrisgarriak..... Pág. 5

3

Piktogramak..... Pág. 6

4

Webgunea eta Aplikazioa..... Pág. 7

5

Irakurketa Erraza..... Pág. 8

6

Pertsona irrisgarriak..... Pág. 10

1

Zer da irisgarritasun kognitiboa?

IRISGARRITASUN UNIBERTSALA



Irisgarritasun kognitiboa irisgarritasun unibertsalaren parte da, eta mundua ulerterrazagoa egitea du helburu

Irisgarritasun kognitiboa inguruneek, prozesuek, produktuek, zerbitzuek, jarduerak, objektuek, tresnek, teknologiak, testuek... bete behar duten baldintza da, pertsona guztiek erraz ulertu eta horietan moldatzeko aukera izan dezaten.



Hauetan aitortutako eskubidea da:

- Desgaitasuna duten Pertsonen Eskubideei buruzko NBERen Konbentzioan.
- Desgaitasuna duten Pertsonen Eskubideei eta Haien Gizarteratzeari buruzko Lege Orokorrean.

Euskadin Irisgarritasun Unibertsalaren Euskal Estrategiaren bidez bultzatzen ari da.

1

Zer da irisgarritasun kognitiboa?

Zergatik da garrantzitsua irisgarritasun kognitiboa?

- Mundua ulertzea errazten duelako.
- Eskubide "giltzarria" delako, beste eskubide batzuk eskuratzeko aukera ematen duelako, hala nola osasuna, hezkuntza, enplegua...
- Funtsezkoa delako pertsona guztien berdintasunean eta duintasunean aurrera egiteko.
- Pertsonak ahalduntzen dituelako eta haien parte-hartzea eta autonomia sustatzen dituelako.
- Funtsezkoa delako gizarteratzea lortzeko eta bizi-kalitatea hobetzeko.

**3 pertsonatik 1ek

- ulermenerako
- zailtasunak ditu**



GARRANTZITSUA

- **BESTE EZER BAINO LEHEN, LASAITASUNA**
Presa ez da aholkulari ona. Irisgarritasun kognitiboak denbora eskatzen du. Pentsatu egin behar da, ideiak ordenatu, egokitu, balioztatu, soluzioak bilatu...
- **PENTSATU NORENTZAT ARI ZAREN**
Zertarako eta zergatik den garrantzitsua pertsona horientzat ingurunea, informazioa... ulertzea.
- **ZAN KONTUAN ADIMEN- EDO GARAPEN-DESGAITASUNA DUTEN PERTSONAK.**



[Guía en Lectura Fácil "¿Qué es la accesibilidad cognitiva?" de FEVAS](#)

[Material del curso de accesibilidad cognitiva de Plena inclusión](#)

2

Espazio irsgarriak

Nolakoak dira espazio irisgarriak?

- Seguruak eta osasungarriak.
- Funtzionalak: jarduerak erraz gauza daitezke.
- Ulergarriak beren diseinuan: "labirinto efektua" neutralizatzen dute.
- Oztoporik gabekoak (arkitektonikoak, komunikaziozkoak eta sozialak).
- Giroko zarata eta argiztapena kontrolatzen dituzte.
- Estimuluen saturazioa saihesten dute.
- Informazioa irakurketa errazean ematen dute. Jarraitasuna eta progresioa bermatzen dituzte (irisgarritasunaren katea).

¿Nola egiten ditugu espazio irisgarriagoak?



Orientazioa, desplazamendua, kokapena eta informazioaren ulermena errazten duten baliabide, elementu eta kodeekin (Wayfinding):

- Bideratzeak
- Mapak
- Koloreak
- Komunak, igogailuak, larrialdietarako irteerak, gelak... seinalizatuz.
- Piktogramak
- Informazioa Irakurketa Errazean
- Prestatutako langileak...



"Orientaciones para mejorar la accesibilidad cognitiva en edificios" de OACEX- Plena inclusion Extremadura

Guía "Evaluación de la accesibilidad cognitiva de entornos" de Plena inclusión

3

Piktogramak

Zer da piktograma bat?

Ikur ikoniko bat, hau da, objektu erreal bat edo esanahi bat modu figuratiboan irudikatzen du.

Hauetan erabiltzen dira:

- Inguruneen seinaleztapenean.
- Komunikazio Sistema Handigarri eta Alternatiboak. Horiek ulertzeko prestakuntza behar da. Hobe da seinaleztapenerako ez erabiltzea.
- Irakurketa Errazeko dokumentuen irudietan.
- Webguneetan eta aplikazioetan.



Kontuan izan:

- Seinaleztapenari dagokionez, hobe da piktograma estandarizatuak erabiltzea, herrialde gehienetan erabiltzen direnak eta ulertzeko prestakuntzarik behar ez dutenak, txikitatik ikusten ditugulako. Piktogramek bete beharreko irizpideei buruzko araudia dago (ISO 9186...).
- Ez saturatu espazioak piktogramaz.
- Zaindu pertsonen aniztasuna islatzen dutela (gizonak, emakumeak...)
- 50 pertsonak balioztatu behar dituzte.
- Irakurketa Errazeko dokumentuak irudikatzen dituztenak ere balioztatu behar dira (gutxienez 3 pertsonak balioztatu behar dituzte, irakurketa errazeko UNE arauaren arabera).

[Guía rápida de criterios y recursos sobre pictogramas. Accesibilidad cognitiva del CERMI](#)

[Seminario "Cómo usamos los pictogramas de Plena inclusión" de Plena inclusión](#)

[Banco de Pictogramas de Plena inclusión](#)

[Guía "Cómo usar los pictogramas" de Plena inclusión](#)



4

Webgunea eta Aplikazioa



Oro har, adimen- edo garapen-desgaitasuna duten pertsonak zailtasunak dituzte informazioa ulertzeko eta aurkitzeko. Orriaren egitura eta edukien antolaketa ulertzeko orduan informazio-saturazioa eta zailtasunak daudela adierazten dute. Askotan ez dakite nora jo, edo bilaketarako erabaki gehiegi (klikak) hartu behar izaten dituzte.

Nola egiten ditugu eskuragarriago webguneak eta app-ak?

- Diseinu erraza, intuitiboa eta ondo egituratua.
- Elementu, botoi eta sinbolo... ezagunak.
- Klik gutxiago. «Ariadnaren haria», webgunean nondik nabilen eta nola itzuli atzera argi garbi ikusteko.
- Irekitzen diren elementuak, publizitatea, animazioak... murriztu edo ezabatu.
- Menu egonkorak.
- Idazkera argia eta zehatza.
- Informazioa euskarri desberdinetan (audioa, bideoak, Irakurketa Erraza...).
- Laguntzarako edo harremanetarako klika.



[Pautas de accesibilidad cognitiva web de Plena inclusión Madrid](#)

[10 pautas para crear contenidos accesibles en páginas web y Apps de plena inclusión](#)

5

Irakurketa Erraza

Zer da Irakurketa Erraza?

Testuak idazteari, dokumentuak diseinatu eta maketatzeari eta horien ulergarritasuna balioztatzeari buruzko jarraibideak eta gomendioak biltzen dituen metodoa. Irakurtzeko zailtasunak dituzten pertsonen informazioa eskuragarriago egiten die.

Idazten hasi aurretik

- **Pentsatu norentzat egiten duzun, zer esan nahi duzun eta zergatik den garrantzitsua informazioa.**
- **Oinarrizko informazioa atera, alferrikako xehetasunetan sartu gabe.**
- **Ideiak ordenatu eta testuinguruan jarri, beharrezkoa bada.**

Egituratu informazioa

- Ulertzeko errazena den ordenan.
- Saihestu pertsonak interpretatu behar izatea.
- Elkartu gai berari buruzko informazioa.
- Jarraitu denbora-sekuentziari: aurretik, ondoren...
- Errepikatu informazio garrantzitsua.
- Jarri adibideak.
- Ez erabili kontzeptu zailik edo oso abstrakturik.

Hitz errazak erabili

- Hitz errazak eta maiz erabiltzen direnak.
- Hitza zaila bada, azaldu esanahia.
- Hitz bera gauza bera deskribatzeko.
- Saihestu siglak. Erabiltzen badituzu, azaldu esanahia.
- Kontuz izenordainekin (bera, hori...), argi geratu behar da nori edo zeri buruz ari diren.
- Saihestu laburdurak (etab.) eta karaktere bereziak (!, ~, \$, @...).
- Ez bereizi hitzak bi lerrotan.
- Zenbakiak zifratan idatzi.

Esaldi errazak erabili

- Esaldi sinpleak edo mendeko errazak erabili.
- Ideia bakarra esaldi batean.
- Aditzak hobe orainaldian.
- Hobe da pertsonen zuzenean hitz egitea. "zu" bezalako hitzak erabili horretarako.
- Baiezko esaldiak.
- Ahots aktiboa.
- Konektore errazak erabili (gainera, baita...).

5

Irakurketa Erraza

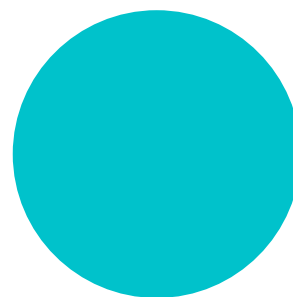


Dokumentuaren diseinua eta aurkezpena

- Arial edo Tahoma motako minuskulak.
- Tamaina handia (13-14) eta lerroarte zabala (1,5)
- Testua ezkerrean bakarrik justifikatu.
- Hitz azpimarratuak, etzanak eta marraduradunak mugatu.
- Testuan letra-mota 1 edo 2 baino ez erabili.
- Hobe 3 liburuxka labur 100 orrialdeko dokumentu bat baino.
- Testu gutxi orrialde bakoitzean.
- Testua kapitulutuan edo ataletan banatu.
- Edukiak zentratzeko izenburuak erabili.
- Informazio garrantzitsua letra lodiz edo testu-koadro batean nabarmendu.
- Paragrafo laburrak (6-8 lerro) eta tartea horien artean.
- Zenbakitu orrialdeak.
- Puntuazio erraza erabili (puntu hobe, puntu eta koma baino).
- Puntu eta aparte erabili ideia desberdinak dituzten esaldiak bereizteko.
- Lerro bakoitzean esaldi berri bat hasi.

Mezua irudiekin indartu

- Argiak.
- Testutik gertu.
- Hobe ezkerrean edo testuaren gainean.
- Ez erabili haurrentzako irudirik (helduei zuzendutako informazioan).



**Adimen- edo garapen-
desgaitasuna duten
pertsonek balioztatu
behar dute**



¿Qué normas hay de Lectura Fácil? de Plena inclusión

"Guía para validar textos en lectura fácil". Parte 1. de Plena inclusión Extremadura

"Guía para validar textos en lectura fácil". Parte 2 de Plena inclusión Extremadura

"Validación de textos en lectura fácil: Aspectos prácticos y sociolaborales" de Plena inclusión Madrid

6

Pertsona irisgarriak



Irisgarritasuna jarrera ere bada

- Enpatia, hurbiltasuna, entzutea, pazientzia, naturaltasuna, lasaitasuna... eskatzen ditu.
- Positiboan komunikatzen du.
- Aldatu zure begirada: begiratu pertsonari eta haren eskumenei, aurreiritzirik gabe.
- Zuzenean hitz egin pertsonari.
- Hizkuntza erraza eta zehatza erabili.
- Poliki hitz egin.
- Ideia hitzik gabeko komunikazioarekin babestu (irribarre egitea, seinalatzea...)
- Jarri adibideak eta errepikatu ideia garrantzitsuak.
- Adinaren arabera tratatu, paternalismorik eta gehiegizko babesik gabe.
- Egiaztatu ulertu duela galderaren batekin...
- Informazioa aurreratu.
- Informatzeko formatu desberdinak erabili: argazkiak, marrazkiak, piktogramak, teknologia... Errespetatu bere erritmoa.
- Laguntza behar denera mugatu.

Eman aukera bat pertsonari eta bere iritzia errespetatu



[Cómo dirigirse adecuadamente a las personas con discapacidad de CERMI Madrid](#)

[Personas accesibles de Gorabide](#)



**ASOCIACIÓN VASCA DE ENTIDADES EN FAVOR
DE LAS PERSONAS CON DISCAPACIDAD
INTELLECTUAL O DEL DESARROLLO**

**ADIMEN EDO GARAPEN DESGAITASUNA DUTEN
PERTSONEN ALDEKO ERAKUNDEEN EUSKAL
ELKARTEA**

C/ Colón de Larreátegui, 26 bajo C
48009 Bilbao
Tfno.: 94 421 14 76
comunicacion@fevas.org
www.fevas.org