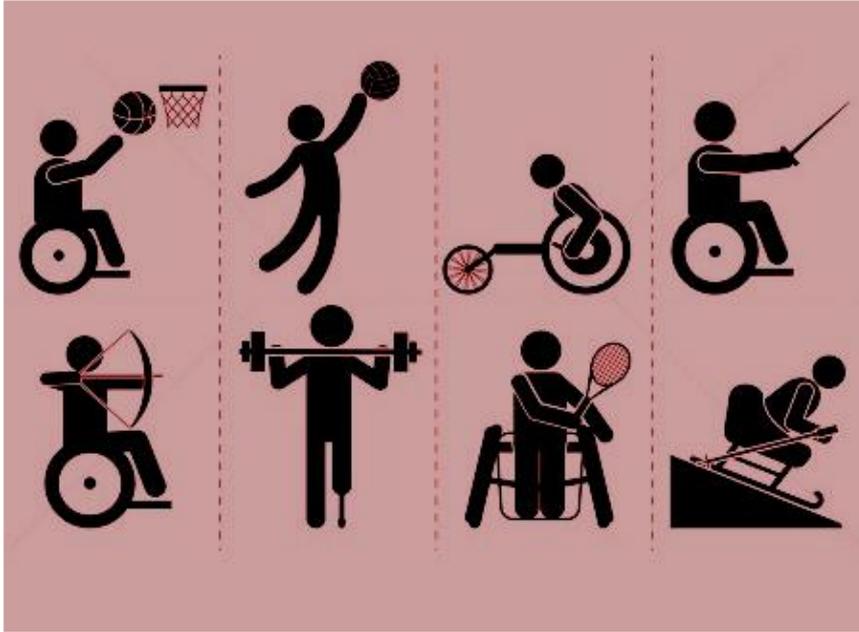


दिशा-निर्देश

दिव्यांग खिलाड़ियों के लिए सुगम्य खेल परिसर और
आवासीय सुविधाएं



मिशन निदेशालय खेल विकास,
खेल विभाग, युवा कार्यक्रम और खेल मंत्रालय,
भारत सरकार

शब्दावली	3
1. प्रस्तावना	5
1.1 सार्वभौमिक डिजाइन	5
1.2 डिजाइन क्यों.....	5
1.3 दिशानिर्देशों के बारे में	7
2. रास्ता	8
3. सुगम्य पार्किंग	9
4. मुख्य द्वार.....	
5. संकेत-सूचक.....	10
5.1 संकेतों की पहचान	11
5.2 संकेतों की दिशा	13
5.3 नियंत्रक संकेत.....	14
5.4 अस्थाय संकेत	15
6. स्वागत/ पूछताछ काउंटर	
7. रैम्प.....	16
8. पौड़ी और सीढियां	18
9. हैंडरेल.....	20
10. लिफ्ट	21
11. दरवाजे	23
12. दरवाजे के उपकरण और हार्डवेयर	24
13. गलियारा.....	25
13.1 फ्लोर फिनिशे	25
14. स्विच बोर्ड	26
14.1 रोशनी	26
15. सामान्य शौचालय	27
16. सुगम्य शौचालय, कपड़े बदलने की जगह और स्नान घर.....	28
16.1 फ्लश शौचालय (डब्ल्यू सी).....	28
16.2 वॉशबेसिन	29
16.3 स्नानघर/ कपड़े बदलने की जगह	29
16.4 नीचे बैठने की सीट	31
.....	
17. दर्शकों के बैठने की जगह	32
18. आवासीय सुविधाएं	33
18.1 खिड़कियां	33
18.2 फिटिंग	33

18.3 बिस्तर.....	33
18.4 बहु उपयोगी मेज	34
18.5 भण्डारण स्थल	35
18.6 भोजन स्थल	35
19. रोशनी चमक	36
20. आपात निकास	37
20.1 सुरक्षा	37
20.2 आश्रय.....	37
20.3 निकास रूट	37
21. सुलभ सूचना एवं संचार सेवाएं और सुविधाएं	38

सुगम्य रास्ता

पार्किंग स्थान, बैठने की जगह और डेस्कॉ जैसे भागों के बीच एक सुगम्य पैदल यात्री स्थान जिससे इन भागों के उपयोग के लिए उपयुक्त निकलने का रास्ता मिलता है।

सुलभ व्यवस्थाएं

एक स्थल, भवन, सुविधा, या उसका हिस्सा जो इस दिशानिर्देश के अनुरूप हो और जहां दिव्यांग जा सकते हैं, उनमें प्रवेश कर सकते और उनका उपयोग कर सकते हो।

सुगम्य रूट

किसी भवन में सभी सुगम्य भागों और जगहों को जोड़ने वाला एक निरंतर अबाधित पथ जिससे व्हीलचेयर का उपयोग कर दिव्यांग निकल सकते हैं जो अन्य दिव्यांगजनों के लिए सुरक्षित और उपयोग योग्य है

- आंतरिक सुगम्य मार्गों में गलियारे, रैंप, एलिवेटर, लिफ्ट, और अबाधित फर्श की जगह आदि शामिल हो सकते हैं।
- बाहरी सुलभ मार्गों में पार्किंग, सुगम्य रास्ता, कर्ब रैंप, पैदल मार्ग और रैंप शामिल हो सकते हैं

असमतल जगह

दो सतहों के बीच निर्बाध, तिरछा कोण; उदाहरण के लिए, व्हीलचेयर के आसानी से निकलने के लिए दो असमान सतहों के बीच एक ढलान या झुकाव

संचलन पथ

पैदल चलने वालों के लिए एक स्थान से दूसरे स्थान तक जाने का बाहरी या आंतरिक रास्ता जिसमें पैदल मार्ग, हॉलवे, प्रांगण, सीढ़ी और सीढ़ी की नीचे की जगह शामिल है

पटरी

आने जाने योग्य सतह के लिए एक साइड बैरियर

पटरी पर रैम्प

पटरी के बीच से बनाया गया या इसके उपर तक बनाया गया छोटा रैंप

पकड़ने के लिए इण्डे

एक बार किसी विशेष कार्य में लगे व्यक्ति को मजबूती या स्थिरता मिलती है

हैंडरेल

निरंतर संचलन में सहायता के लिए गलियारों, निकलने के मार्गों, रैंपों और सीढ़ियों जैसी संचलन जगहों में उपयोग की जाने वाली रेल

बाथरूम सह शौचालय

एक क्यूबिकल जिसमें पानी सुलभ शौचालय कक्ष, वॉशबेसिन और अन्य आवश्यक शौचालय सहायक उपकरण की बुनियादी आवश्यकताएं होती हैं

एलआरवी

प्रकाश परावर्तन मान (एलआरवी) किसी प्रकाश स्रोत द्वारा प्रकाशित होने पर सभी वेवलेंथ और दिशाओं में एक सतह द्वारा परावर्तित दृश्य प्रकाश की कुल मात्रा है

चमक रोशनी

टोनल कंट्रास्ट के रूप में भी जाना जाने वाला सबसे महत्वपूर्ण तत्व है जो दृष्टिबाधित व्यक्तियों को दो अलग-अलग सतहों के बीच अंतर करने में सहायता करता है। दो वास्तुशिल्प सतहों के रंगों के प्रकाश परावर्तन मान में 26 बिंदुओं का न्यूनतम अंतर एक पर्याप्त रोशनी पैदा करता है जिसे दृष्टि दिव्यांगजनों द्वारा देखा जा सकता है

उपयोग योग्य भाग

वस्तुओं को डालने या निकालने के लिए या उपकरण या उपस्कर को सक्रिय करने, निष्क्रिय करने या समायोजित करने के लिए उपयोग किए जाने वाले उपकरण या उपस्कर का एक हिस्सा (उदाहरण के लिए सिक्का स्लॉट, पुशबटन, हैंडल)

जन सुविधा

यह आम जनता के लिए उपलब्ध कराए गए आंतरिक और बाहरी कमरे या खाली जगहों का वर्णन करता है। जन सुविधा किसी ऐसे भवन या स्थल में प्रदान किया जा सकता है जो निजी या सार्वजनिक रूप से स्वामित्व में हो

दिव्यांगजन

दिव्यांगजन किसी भी शारीरिक, मानसिक, बौद्धिक या संवेदी दिव्यांगता वाला व्यक्ति है जो विभिन्न बाधाओं के साथ दूसरों के साथ समान आधार पर समाज में पूर्ण और प्रभावी भागीदारी में बाधा उत्पन्न कर सकती है।

रैम्प

एक स्तर को दूसरे से जोड़ने वाला झुकावदार रास्ता; 1:15 ग्रेडिएंट के हल्के रैंप को प्राथमिकता दी जाती है क्योंकि हल्की ढलान पर व्हीलचेयर को चलाना आसान होता है।

सुगम्यता का अंतर्राष्ट्रीय चिन्ह

यह चिन्ह अक्सर वहां देखा जाता है जहां सुगम्यता में सुधार किया गया है, विशेषकर व्हीलचेयर उपयोगकर्ताओं और अन्य गति संचलन वाले व्यक्तियों के लिए। यह चिन्ह एक बाधा मुक्त वातावरण को दर्शाता है जो वृद्ध लोगों, प्रेम के साथ माता-पिता और यात्रियों को सामान के साथ मदद करता है।

स्पर्श योग्य वस्तु

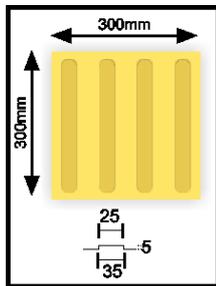
इसे स्पर्श बोध का उपयोग करके जाना जा सकता है।

टेक्टाइल गाइडिंग पेवर्स/ब्लॉक

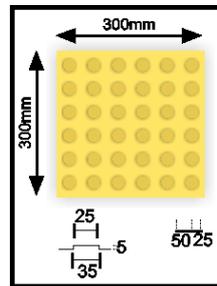
ये 300 मिमी x 300 मिमी टाइलें होती हैं जिनमें 5 मिमी (± 0.5 मिमी) ऊँची, 25 मिमी चौड़े बार होते हैं और एक बार के केंद्र से अगले बार के केंद्र तक 50 मिमी की दूरी पर होते हैं। दृष्टिबाधित लोगों द्वारा ये फ्लैट टॉप बार आसानी से पैरों के नीचे पहचाने जा सकते हैं। उनका उपयोग बाह्य रूप से संचलन पथ पर दृष्टिबाधित लोगों का मार्गदर्शन करने के लिए किया जाता है। इनका उपयोग बड़े व्यस्त क्षेत्रों में आंतरिक रूप से भी किया जा सकता है।

टेक्टाइल वॉर्निंग पेवर्स/ब्लॉक

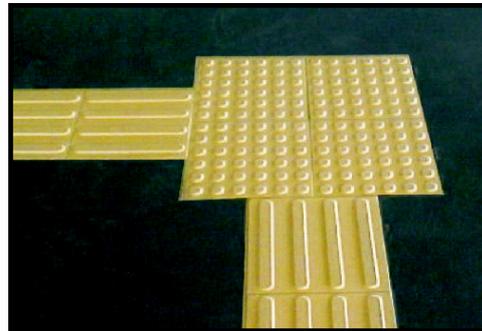
दृष्टिबाधित व्यक्तियों को आने वाले खतरे से आगाह करने के लिए, संचलन पथ पर टेक्टाइल ग्राउंड सरफेस इंडिकेटर (टीजीएसआई) को शामिल करने की सिफारिश की गई है ताकि बाधाओं और जोखिमों से बचा जा सके। टीजीएसआई, जिसे आमतौर पर 'टेक्टाइल वॉर्निंग ब्लॉक्स' के रूप में भी जाना जाता है, 300 मिमी x 300 मिमी टाइलें होती हैं जिनमें 5 मिमी (± 0.5 मिमी) गुंबदों जैसे ऊंचे फ्लैट-टॉप ब्लिस्टर की पंक्तियों को शामिल किया जाता है दृष्टि बाधित व्यक्तियों द्वारा पैर के नीचे आसानी से महसूस जा सकता है। ये टेक्टाइल वॉर्निंग ब्लॉक अंतरराष्ट्रीय स्तर पर, आने वाले खतरों के संकेत के रूप में पहचाने जाते हैं, और ये घरेलू भारतीय बाजार में आसानी से उपलब्ध हैं।



Guiding block



Warning block



गाइडिंग ब्लॉक

वॉर्निंग ब्लॉक

(स्रोत समर्थम)

1. प्रस्तावना

दिव्यांग व्यक्तियों के सामाजिक समावेश, पूर्ण भागीदारी और समानता के लिए एक सहायक वातावरण बनाना, ताकि वे अपनी आकांक्षाओं को पूरा कर सकें; यह अनिवार्य है कि हम एक स्थायी निर्मित वातावरण बनाएं और प्रदान करें जो सभी के लिए सुलभ हो।

हालांकि कई सेवा प्रदाताओं और हितधारकों द्वारा इसकी आवश्यकता की पहचान की गई है, तथापि, अद्यतन राष्ट्रीय पहुंच मानकों और उपयोगकर्ता के अनुकूल डिजाइन के साथ आज तक कोई दिशानिर्देश उपलब्ध नहीं है। दिव्यांग खिलाड़ियों के लिए खेल परिसर, स्टेडियमों और आवासीय सुविधाओं की योजना, रेट्रोफिटिंग और रखरखाव के लिए स्थलों संबंधी मानकों का अभाव है। इसके अतिरिक्त, भौतिक अवसंरचना में सुगम्यता की तकनीकी जानकारी दिव्यांगता विशिष्ट सिफारिशों और सुरक्षा निर्देशों का अभाव है जिसके परिणामस्वरूप स्थानों में अवरोध अत्यधिक है। एक बाधा भरा वातावरण, न केवल उपयोगकर्ताओं के मन में बल्कि उनके देखभाल करने वालों के मन में भी असुरक्षा और चिंता की भावना पैदा करता है।

इस सूचना के अंतर को पाटने के लिए, दिव्यांगजन अधिकार अधिनियम 2016 के अनुसार पूरे भारत में लागू किए जाने के लिए सुलभ मानकों की अनिवार्य संहिता के रूप में 'दिव्यांग खिलाड़ियों के लिए सुलभ खेल परिसर और आवासीय सुविधाओं के लिए दिशानिर्देश' तैयार किया गया है। सुनिश्चित करें कि सभी सुविधाओं और सेवाओं सहित बुनियादी ढांचे को दर्शकों, आगंतुकों, कर्मचारियों, दिव्यांग खिलाड़ियों के लिए सार्वभौमिक सुगम्यता भागों के साथ देखभाल करने वाले; बुजुर्ग लोग; आदि के लिए डिजाइन किया गया है इन दिशानिर्देशों का उद्देश्य दिव्यांग खिलाड़ियों, आगंतुकों, कर्मचारियों और सुविधाओं का उपयोग करने या रहने वाले अन्य लोगों के लिए सुविधाओं और सेवाओं को सुगम्य, सुरक्षित और उपयोग करने योग्य बनाना है। यह नेत्रहीन खेल, बधिर खेल, विशेष ओलंपिक, पैरा-ओलंपिक आदि जैसे सभी खेलों को शामिल करने के लिए सभी दिव्यांगताओं के लिए सुगम्यता प्रदान करता है।

1.1 सार्वभौमिक डिजाइन

"सार्वभौमिक डिजाइन, अनुकूलन या विशेष डिजाइन की आवश्यकता के बिना, सभी लोगों द्वारा ज्यादा से ज्यादा उपयोग किए जाने योग्य उत्पादों और वातावरण का डिजाइन है"।

1.2 सार्वभौमिक डिजाइन क्यों?

सार्वभौमिक डिजाइन एक ऐसे समाज का निर्माण करता है, जिसमें केवल कुछ ही नहीं बल्कि सभी शामिल होते हैं। सार्वभौमिक डिजाइन सभी दिव्यांगता वाले बच्चों और वयस्कों द्वारा उपयोग की जाने वाली सभी सूचनाओं, सुविधाओं और सेवाओं पर लागू होता है। व्यवहार में, जहां इन मानकों का पालन किया जाता है, सभी उपयोगकर्ताओं के लिए पहुंच, सुरक्षा और स्वतंत्र उपयोग को बढ़ाया जाएगा। जितनी जल्दी हो सके अपेक्षित उपयोगकर्ताओं की श्रेणियों की जरूरतों का पता लगाना और विविध उपयोगकर्ता पैनल के साथ उभरते डिजाइनों की व्यावहारिकता और उपयोगिता की जांच करना एक उत्तम प्रक्रिया है। एक समूह के लिए डिजाइन करने से ऐसे समाधान निकल सकते हैं जो कई अन्य लोगों की जरूरतों को पूरा करते हैं। उदाहरण के लिए:

- समतल प्रवेश (स्टेप-फ्री) वाले प्रवेश द्वार न केवल व्हीलचेयर उपयोगकर्ताओं को बल्कि धकेलने वाली व्हीलचेयर ले जाने वाले लोगों; सूटकेस या शॉपिंग ट्रॉली के साथ लोगों; चलने या चलने में सहायता करने वाले लोगों; और दृश्य कठिनाइयों वाले लोगों को भी सुविधा प्रदान करता है।
- बड़े आकार के शौचालय व्हीलचेयर उपयोगकर्ताओं; धकेलने वाली व्हीलचेयर ले जाने या छोटे बच्चों के साथ माता-पिता; चलने या चलने में सहायक उपकरण का उपयोग करने वाले; और बड़े आकार के लोगों के लिए आसान पहुंच प्रदान करते हैं।
- स्पष्ट, अच्छी तरह से स्थापित संकेत, जिनमें मान्यता प्राप्त चिन्हों या चित्रलेखों का उपयोग किया जाता है, पढ़ने या संज्ञानात्मक कठिनाइयों वाले लोगों, और जिनकी पहली भाषा न तो अंग्रेजी है और न ही हिंदी, की मदद करते हैं।

कभी-कभी एक समाधान सभी के लिए उपयुक्त नहीं होगा और कई विकल्पों को प्रदान करने की आवश्यकता होगी। उदाहरण के लिए:

- जहां सतह के स्तर में परिवर्तन होता है, वहां पौड़ी और एक रैंप दोनों प्रदान करना।
- ऐसी मशीनें और उपकरण उपलब्ध कराना जो खड़े होने की ऊंचाई, बैठने की ऊंचाई पर और छोटे कद के लोगों द्वारा उपयोग को आसान बनाने के लिए विभिन्न ऊंचाइयों पर स्लॉट प्रदान करते हैं।

1.3 दिशानिर्देशों के बारे में

दिशानिर्देशों यह सुनिश्चित करने के लिए सुगम्यता मानक और चित्र दिए गए हैं कि प्रदान की गई सुविधाओं और सेवाओं का उपयोग सभी उपयोगकर्ताओं द्वारा किया जा रहा है, चाहे उनकी उम्र, लिंग और दिव्यांगता कुछ भी हो। ये दिशानिर्देश डिजाइन, निर्माण, प्रबंधन और रखरखाव एजेंसियों; खेल आयोजन समितियों; खेल प्राधिकारियों; कार्यक्रम के आयोजकों; वास्तुशिल्पकारों, इंजीनियरों, योजना निर्माताओं, डेवलपर्स, डिज़ाइनर्स, बिल्डिंग कॉन्ट्रैक्टर्स और कामगारों; कार्यक्रम के आयोजक; गैर सरकारी संगठन, ओपीडी/डीपीओ, और दिव्यांगजनों और परिवार; आगंतुक, आदि के लिए उपयोगी होंगे।

यहां दिए गए डिजाइन समाधान और मानक विविध दिव्यांगताओं और कम गति संचलन वाले उपयोगकर्ताओं के सामने आने वाली बाधाओं को कम करने का प्रयास करते हैं। इसमें सभी नए भवनों के लिए एक सार्वभौमिक डिजाइन दृष्टिकोण पर मार्गदर्शन दिया गया है अर्थात् इस योजना चरण में और मौजूदा वातावरण की रेट्रोफिटिंग में शामिल करना।

स्थानों के मानकों को नए और मौजूदा भवनों पर लागू किया जाना चाहिए।

इन दिशानिर्देशों में शामिल सार्वजनिक भवनों की श्रेणियां हैं:

- स्टेडियम/खेल परिसर
 - सभी दिव्यांगताओं वाले व्यक्तियों के लिए स्पोर्ट्स हॉल पूरी तरह से सुगम्य होने चाहिए।
 - प्रति स्थल कम से कम एक शॉवर रूम, एक वॉशरूम और एक चेंजिंग रूम, एक व्हीलचेयर उपयोगकर्ता के लिए सुलभ होने चाहिए।
 - व्हीलचेयर उपयोगकर्ताओं के लिए दर्शकों के बैठने की जगह उपलब्ध कराई जानी चाहिए।
- आवासीय भवन जैसे गेस्ट हाउस, हॉस्टल और होटल
 - होस्टल, होटल या मोटल, गेस्ट हाउस या किसी अन्य आवासीय सुविधा में कम से कम दो कमरों में व्हीलचेयर सुलभ होनी चाहिए।
 - इस दिशा-निर्देश में दिए गए डिजाइन मानकों के अनुसार डोरमिटरी में निकटतम सुगम्य स्नानघर के साथ सुगम्यता सुविधाएं होनी चाहिए।
 - इन कमरों से जुड़े बाथरूम पूरी तरह से सुगम्यता भागों से लैस होने चाहिए। व्हीलचेयर उपयोगकर्ताओं के लिए नामित कमरे, जहां संभव हो, भूतल स्तर पर रखे जाएं ताकि आग लगने की स्थिति में बचने का सीधा साधन हो सके।

इन दिशानिर्देशों में दिए गए सुगम्यता मानकों और चित्रों को राष्ट्रीय और अंतर्राष्ट्रीय सुगम्यता विनियमों/दिशानिर्देशों से अनुकूलित किया गया है जैसे:

- राष्ट्रीय भवन संहिता, 2016
- दिव्यांगजनों और बुजुर्गों के लिए समन्वित दिशानिर्देश और स्थल मानक, 2016
- आईआरसी 103: 2012, पैदल यात्री सुविधाओं के लिए दिशानिर्देश, भारतीय सड़क कांग्रेस
- मॉडल भवन नियम, आवासन और शहरी कार्य के मंत्रालय, भारत सरकार
- दिव्यांगजनों के लिए गैर-दिव्यांगता भौतिक परिवेश के संवर्धन संबंधी दिशानिर्देश, संयुक्त राष्ट्र के लिए आर्थिक और सामाजिक एशिया और प्रशांत आयोग (ईएससीएपी), 1995

इन दिशानिर्देशों में संरचनात्मक जरूरतों और फिनिशिंग को शामिल किया गया है, जिन्हें इमारतों की योजना, डिजाइन और रेट्रोफिटिंग करते समय प्रदान करने की आवश्यकता होती है। यह सूचना, संचार, तकनीकी, वेबसाइटों और ऑनलाइन बुकिंग प्रक्रियाओं, और सुविधाओं और सेवाओं तक पहुंच पर भी बल डालता है।

■ संरचनात्मक आवश्यकताएं

- सुगम्य रास्ता,
- पार्किंग,
- मुख्य प्रवेश द्वार,
- स्वागत और पूछताछ काउंटर,
- गलियारे,
- उपर का ओर संचलन,
- लिफ्ट,
- सीढ़ियाँ,
- रैंप,
- हैण्डरेल,
- शौचालय,
- चेंजिंग रूम,
- दर्शकों के बैठने का क्षेत्र (इनडोर और आउटडोर) और
- आपातकालीन निकास

■ फिनिश

- बाहरी और आंतरिक,
- हार्डवेयर के साथ दरवाजे,
- फ्लोर फिनिश,
- संकेत-सूचक,
- प्रकाश,
- रंग और चमक और
- कंट्रास्ट

2. रास्ता

- खेल और प्रशिक्षण भवन सार्वजनिक, परिवहन प्रणाली से सुगम्य होगी और यह मुख्य सड़क के निकट होना चाहिए। सम्पर्क सड़क को नियमित रूप से बनाए रखा जाना चाहिए और इसकी सतह मजबूत और समतल होनी चाहिए, जिसकी फिनिशिंग सभी मौसमों में फिसलन रोधी हो।
- पथों की चौड़ाई सभी उपयोगकर्ताओं की आवश्यकताओं को पूरा करने के लिए उपयुक्त होनी चाहिए। 1800 मिमी की एक अनुशंसित स्पष्ट चौड़ाई से दो व्हीलचेयर उपयोगकर्ता पथ पर एक दूसरे पास से गुजर सकेंगे, हालांकि जहां बाधाएं अपरिहार्य हैं और 1800 मिमी चौड़ाई प्रदान नहीं की जा सकती है, पूरे रास्ते में कम से कम 1200 मिमी की स्पष्ट चौड़ाई प्रदान की जानी चाहिए।
- दिव्यांग व्यक्तियों के लिए टैक्सी स्टैंड और कार पार्क स्थलों में उतरने और चढ़ने की जगहों से भवन के सभी प्रमुख प्रवेश और निकास को जोड़ने के लिए एक पहुंच मार्ग प्रदान किया जाना चाहिए।
- भवन में (धारा 11) का अनुपालन करने वाले पूर्णतः सुगम्य प्रवेश द्वार होने चाहिए।
- बहुमंजिला इमारतों में, सुगम्य प्रवेश द्वार के पास लिफ्ट की ओर जाने वाला एक सुगम्य मार्ग होना चाहिए।
- सुगम्य प्रवेश द्वार, यदि मुख्य प्रवेश द्वार से अलग है, तो मुख्य प्रवेश द्वार के निकट स्थित होना चाहिए, न कि भवन के पीछे। सुगम्य प्रवेश पर स्पष्ट संकेत दिया जाना चाहिए और यह ढूँढ़ने में आसान होना चाहिए।
- दिव्यांग व्यक्तियों को सुगम्य प्रवेश द्वार पर ले जाने के लिए अन्य सभी गैर-सुगम्य प्रवेश द्वारों पर चिन्ह प्रदर्शित किया जाना चाहिए।
- प्रवेश द्वार के दोनों ओर उतरने के लिए कम से कम 1800 मिमी x 1800 मिमी का स्पष्ट, मजबूत और समतल प्रदान किया जाना चाहिए।
- मार्ग में किसी भी पटरी पर व्हीलचेयर / वॉकर उपयोगकर्ता की सुगम्यता के लिए उपयुक्त ड्रॉप कर्ब (कर्ब रैंप) होने चाहिए (फोटो 2-1)।

मुख्य सुगम्यता मुद्दे

उदाहरण

Key accessibility issues	Example
<p>Equitable approach to a building, e.g. designed parking, clear pedestrian routes separate from vehicles and cyclists, no steps or obstacles, short distances from parking and public transport, good signage, good lighting and good contrast.</p>	

भवन में एक समान पहुंच अर्थात डिजाइनयुक्त पार्किंग, वाहनों और साइकल चालकों से अलग पैदल चालकों के लिए मार्ग, कोई पौड़ी या बाधा न हो, पार्किंग और सार्वजनिक परिवहन से कम दूरी, उत्तम संकेत-सूचक, उत्तम रोशनी और उत्तम चमक

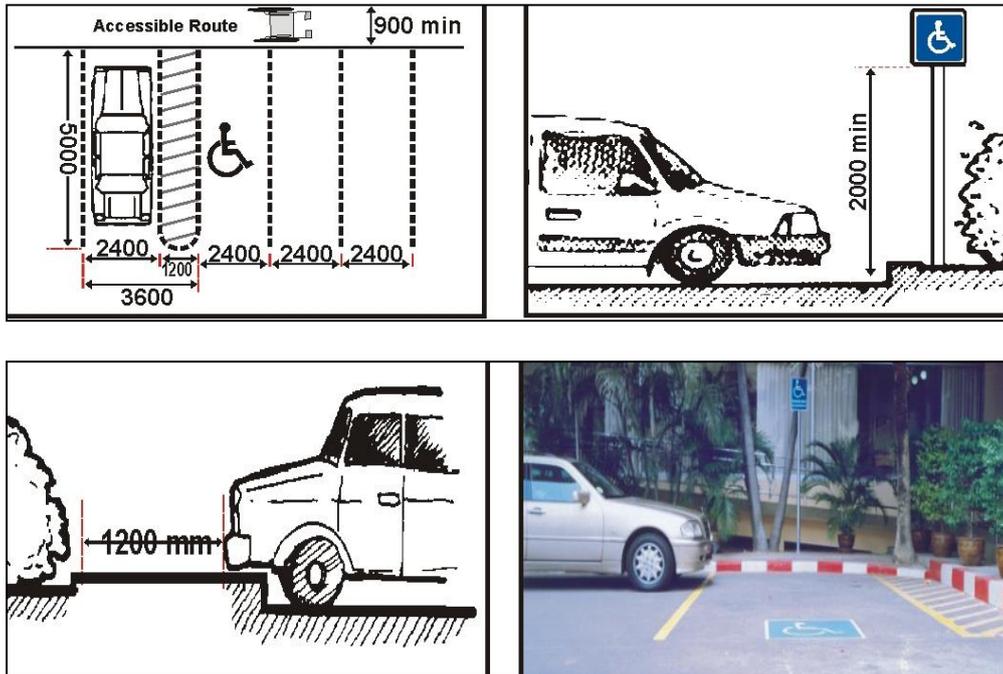
फोटो 2-1 निर्धारित सुगम्य पार्किंग के साथ पौड़ी रहित प्रवेश



फोटो 2-1 कर्ब रैम्प के साथ स्पष्ट और समतल सुगम्यता

3. सुलभ पार्किंग

- 1200 मिमी के गलियारे सहित, 3600 मिमी x 5000 मिमी आकार की सुगम्य पार्किंग, भवन के सुगम्य प्रवेश द्वार के 30 मीटर के भीतर प्रदान की जानी चाहिए। इस पार्किंग स्थल का उपयोग ट्राइसाइकिल उपयोगकर्ता, अनुकूलित स्कूटर उपयोगकर्ता और चार पहिया वाहन कर सकते हैं।
- प्रवेश द्वार से सुगम्य पार्किंग स्थानों के मार्ग पर, उपयोगकर्ताओं को मार्गदर्शन करने के लिए, संकेतों से सुगम्यता के अंतरराष्ट्रीय चिन्ह द्वारा सुगम्य पार्किंग में जाने का पता चलना चाहिए।
- इन संकेतों को 2000 मिमी की ऊंचाई पर स्थित किया जाना चाहिए, ताकि उन्हें देखा जा सके, भले ही कार आसपास खड़ी हो, और ये चालक की सीट से पहचाने जाने के लिए 600 मिमी x 600 मिमी आकार के हों।
- दिव्यांग व्यक्तियों के लिए इन आरक्षित पार्किंग के बारे में सभी सुरक्षा गार्डों / कर्मचारियों को संवेदनशील और अच्छी तरह से सूचित किया जाना चाहिए।



चित्रा 3-1 सुगम्य पार्किंग मानक



चित्रा 3-2. सुगम्य पार्किंग के लिए संकेत

खुले कार पार्को या कार पार्क भवनों में पार्किंग स्थलों की कुल संख्या:	न्यूनतम संख्या
1 से 25	1
26 से 50	2
51 से 75	3
76 से 100	4
101 से 150	5

तालिका 3-1 सुगम्य पार्किंग में अपेक्षित न्यूनतम संख्या में सुगम्य स्थान

4. मुख्य द्वार

- प्रवेश द्वार का पता लगाना आसान होना चाहिए और इस पर पर्याप्त रूप से संकेत-सूचक लगाया जाना चाहिए (फोटो 4-1)।
- देहली लगाने से बचें; यदि यह अपरिहार्य हो, तो वह 6 मिमी से अधिक नहीं होनी चाहिए।
- दरवाजे आसानी से पहचाने जाने योग्य होने चाहिए और ये देखने में आसपास की दीवार से अलग होने चाहिए (फोटो 4-2)।
- दरवाजे के सामने फर्श की बनावट आसपास के फर्श की बनावट से अलग होनी चाहिए। पतला फूटमैट या स्पर्शनीय चेतावनी पेवर भी फर्श की बनावट में परिवर्तन लाने में मदद करता है।
- दरवाजे के ठीक बाद में 1800mm x 1800mm की उतराई होनी चाहिए।
- जहां कांच के दरवाजों का उपयोग किया जाता है, उनमें 1000 मिमी और 1400 मिमी की ऊंचाई पर रंगीन पट्टियां या अन्य मार्कर होने चाहिए।
- प्रवेश / निकास जहां घूमने वाले दरवाजे प्रदान किए गए हैं, साथ लगा एक वैकल्पिक सुगम्य प्रवेश द्वार प्रदान किया जाना चाहिए।
- डोर और डोर हार्डवेयर के लिए, सेक्शन 11 और 12 देखें।



फोटो 4-1 टेक्टाइल पेवर्स के साथ सुगम्य मुख्य प्रवेश



फोटो 4-2 कार्यकलाप कक्षों के लिए अलग-अलग चमक के संकेत

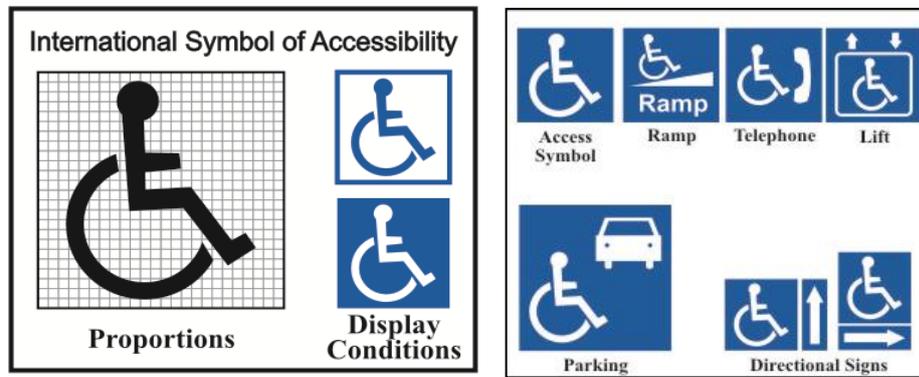
(फोटो सौजन्य: जोसेफ क्वान)

5. संकेत-सूचक

किसी विशेष गंतव्य तक पहुंचने के लिए सूचना प्रदान करने और दिशा को इंगित करने के लिए सभी सार्वजनिक स्थानों पर रास्तों को खोजने के प्रभावी तरीके और संकेत की आवश्यकता होती है। ये अस्पतालों, स्वास्थ्य केंद्रों, स्कूलों, कॉलेजों, सार्वजनिक भवनों और सड़कों और राजमार्गों पर आगंतुकों के लिए आवश्यक हैं। संकेत-सूचक गाइड व्यक्ति को बिना किसी दुर्घटना के किसी दिए गए गंतव्य तक पहुंचने में सहायता करती है।

संकेत-सूचकों से सभी को लाभ होता है। यह दृश्य, वाक् और श्रवण बाधित लोगों और बौद्धिक और अभिगम अक्षमता वाले लोगों को यथासंभव स्वतंत्र रूप से परिवेश का उपयोग करने में सहायता करता है। जब रणनीतिक स्थानों पर प्रदान किया जाता है, तो इससे रास्ता खोजने में कम प्रयास करना पड़ता है।

- बाहरी: आराम से निकलने के लिए तैयार फर्श स्तर से 2200 मिमी से अधिक ऊपर रखा जाना चाहिए।
- आंतरिक: दीवार पर तैयार फर्श के स्तर से 1400 मिमी से 1600 मिमी के बीच रखा जाना चाहिए।
- सुगम्यता का अंतर्राष्ट्रीय चिन्ह: प्रदान की जाने वाली सभी सुगम्य सेवाओं और सुविधाओं के लिए प्रदर्शित किया जाना।



चित्र 5-1 सुगम्यता का अंतर्राष्ट्रीय चिन्ह

(Source: Samarthyam)

- संकेत बोर्ड: उस दीवार से अलग रंग का होना चाहिए जिस पर इसे लगाया गया है।
 - संकेत की सतह परावर्तक नहीं होनी चाहिए।
 - कुछ संकेत जैसे कि शौचालय के दरवाजे के पास या उस पर संकेत उभरे हुए हों ताकि उन्हें स्पर्श करके पढ़ा जा सके।
 - चमकदार संकेतों के लिए काली की पृष्ठभूमि पर लाल रंग से नहीं लिखे जाना चाहिए।
 - संकेतों के साथ ब्रेल लिपि होनी चाहिए।
 - बड़े प्रिंट, लिखावट/चिन्हों के बीच और उनकी पृष्ठभूमि पर उत्तम रंग अन्तर प्रदान किया जाना चाहिए।
 - सैन्स सेरिफ़ फॉन्ट जैसे एरियल, हेल्वेटिका, ल्यूसिडा सेन्स, वर्दाना आदि का उपयोग किया जाना चाहिए।
- लिविंग रूम, स्टोर रूम, किचन, टॉयलेट, कॉमन रूम, थेरेपी रूम आदि जैसे विभिन्न स्थानों को दर्शाने या चिह्नित करने के लिए चमकीले रंग के चिन्हों/ चित्रलेखों का उपयोग करें।
- खाने, सोने, मनोरंजन, कार्य क्षेत्रों के स्पष्ट संकेतों से व्यक्तियों को बेहतर ढंग से कार्य करने, काम करने और जीवन जीने में सहायता मिलेगी।
- संकेतों के लिए चित्रलेख के रूप में वास्तविक वस्तुओं का उपयोग किया जा सकता है; उदाहरण के लिए पीने के पानी की जगह के लिए एक गिलास के साथ एक नल या शयन कक्ष के लिए एक बिस्तर का उपयोग (चित्र 5.2)।



चित्र 5-2 चित्रलेख

- किसी बहुमंजिला इमारत के लिए, सभी मंजिलों की मुख्य योजनाएं मुख्य प्रवेश द्वार / स्वागत क्षेत्र के पास और लिफ्ट और सीढ़ी में रखी जानी चाहिए।
- प्रत्येक स्तर पर संकेत-सूचकों की व्याख्या करने में मदद करने के लिए मुख्य योजना में विभिन्न रंगों के साथ चित्र दिया जाना है। उदाहरण के लिए: मुख्य योजना में पहली मंजिल के लिए लाल रंग और सीढ़ी और/या लिफ्ट प्रवेश द्वार पर लाल रंग का संकेत मंजिल की पहचान में मदद करता है।
- ग्राफ चिन्हों को शामिल करते हुए संकेत को समझना विशुद्ध रूप से लिखावट-आधारित संकेत की तुलना में आसान है।

Ground	G	Ground
1 st Floor	1	1st Floor
2 nd Floor	2	2nd Floor
3 rd Floor	3	3rd Floor
4 th Floor	4	4th Floor

Suggested colour coding multi- floor building

बहु मंजिला भवन के लिए सुझाई गई कलर कोडिंग

चित्रा 5-3 एक बहुमंजिला इमारत में कलर कोडिंग का उदाहरण

5.1 पहचान संकेत

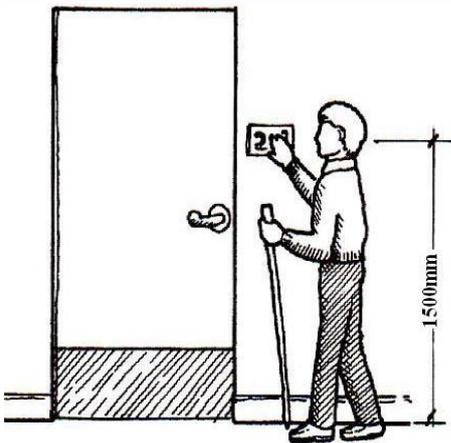
- अनुकूलन और रास्ता ढूढ़ने के संकेत: इन संकेतों में रास्ता खोजने वाले मानचित्र और निर्देशिका शामिल हैं। इसमें विभागों, कार्यालयों, संगठनों, कमरे की संख्या और सामान्य भवन सुविधाओं के स्थानों की सूची शामिल होनी चाहिए। समग्र डिजाइन स्कीम के लिए उपयुक्त होने के लिए भवन निर्माण के प्रारंभिक चरणों में आंतरिक भवन निर्देशिकाओं की योजना बनाई जानी चाहिए। इसमें ऑडियो के साथ एक स्पर्शनीय मानचित्र शामिल हो सकता है।
- भवन निर्देशिका संकेत: कई गतिविधियों / खेलों / आयोजनों आदि वाले भवन, विभागीय पहचान और लिस्टिंग को भवन के भीतर निर्देशिकाओं पर या निर्देशिका संकेतों पर नोट किया जाना चाहिए जिससे उस स्थल से सटे आंगतुक क्षेत्रों के लिए सुविधा हो। (फोटो 5-1).



फोटो 5-1 प्रत्येक प्रमुख निर्णय बिंदु पर एकाधिक संगत निर्देशिका संकेत

(फोटो साभार: जोसेफ क्वान)

- गंतव्य संकेत: इन संकेतों से भवन के भीतर स्थानों, संसाधनों, विशिष्ट कार्यों की पहचान होती है। उनमें आवश्यकतानुसार चिन्ह और/या शब्द शामिल हैं। लिखावट आमतौर पर संक्षिप्त होती है, आम तौर पर एक से चार शब्द की जिसमें, उस कमरे का नाम होता जहां संकेत लगाया है, उदाहरण के लिए, सीढ़ी, निदेशक कक्ष, आदि। दूसरा संकेत संचलन क्षेत्रों में स्थित होता है जिससे सुविधाओं और सेवाओं की पहचान होती है, उदाहरण के लिए। फोटोकॉपियर, भुगतान काउंटर, आदि।
- कमरों नम्बर/पहचान सूचना संकेत : इस संकेत में अलग रंग की पृष्ठभूमि के साथ 1-1.5 मिमी उठा हुआ और 25 मिमी ऊंचा नंबर/अक्षर होना चाहिए। ब्रेल में जानकारी सीधे नीचे दिए गए नंबरों पर उपलब्ध कराई जाएगी। रखरखाव कक्ष, शौचालय में पहचान की जानकारी नहीं होनी चाहिए; रूम नंबर पर्याप्त है। कमरे के दरवाजों से सटी दीवारों पर कुंडी की तरफ कमरा नंबर लगाना होगा। इसे कुंडी की तरफ कमरे के दरवाजे से सटी दीवारों पर, दरवाजे की चौखट से 50 मिमी दूर, फर्श से 1400 मिमी-1600 मिमी, पर दरवाजे के कुंडी की ओर प्रदान किया जाना चाहिए (चित्र 5-4)।

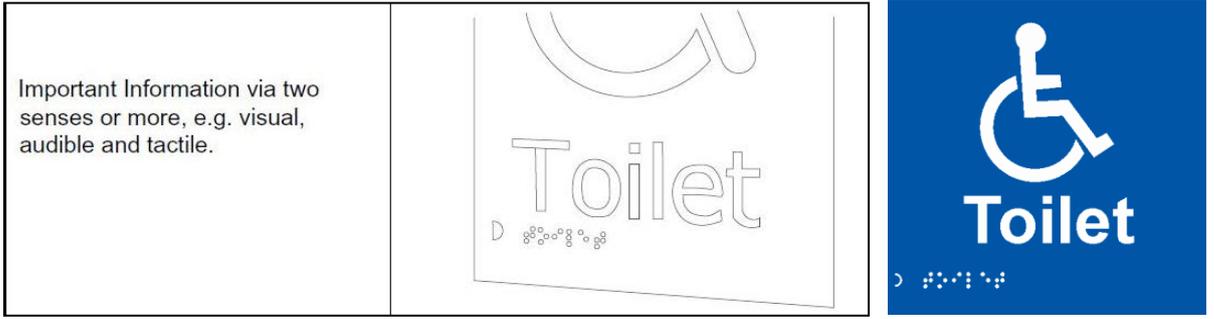


चित्रा 5-4 ब्रेल संकेत लगाना



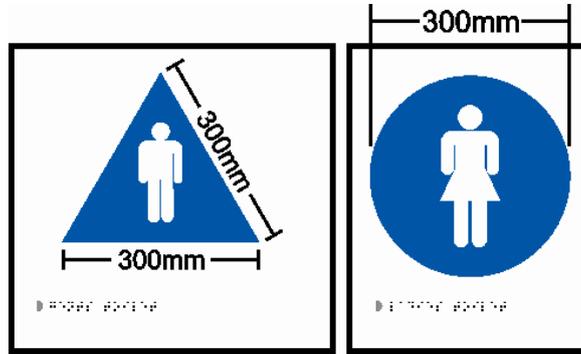
फोटो 5-2 ब्रेल में कमरे की जानकारी, उभरा हुआ और अलग रंग में

- सुगम्य शौचालय संकेत: शौचालय के संकेत में जिसमें 1 मिमी उभरे हुए सफेद अक्षर, 25 मिमी ऊंचे और 6 मिमी बोर्ड के साथ नेवी ब्लू बैकग्राउंड हो एक प्लेट/बोर्ड होना चाहिए। सुगम्यता का अंतर्राष्ट्रीय चिन्ह उन सभी बाथरूमों और चेंजिंग रूमों पर दिखाई देना चाहिए जो सुलभ हैं। यदि आवश्यक हो तो इसमें रूम नंबर संकेत भी हो सकता है। ब्रेल अक्षर के ठीक नीचे स्थित होना चाहिए। केवल टेक्स्ट और ब्रेल को ऊपर उठाना है, चित्रलेखों को उठाना नहीं है (चित्र 5-5 देखें)।



चित्र 5-5 सुगम्य शौचालय संकेत

- **सामान्य शौचालय संकेत:** सामान्य शौचालय संकेत में 7.5 मिमी मोटी प्लेट पर अंकित चित्रलिपि (त्रिकोण में पुरुष और सर्कल में महिला), होनी चाहिए, साथ में ब्रेल और उभरे हुए अक्षर दृष्टिबाधित व्यक्तियों की सुविधा के लिए होने चाहिए। इसे कुंडी की तरफ कमरे के दरवाजे से सटी दीवारों पर, दरवाजे के फ्रेम से 50 मिमी, फर्श से 1400 मिमी ऊपर रखा जाना है।



Panels should at least be
7.5mm thick

पैनल कम से कम 7.5 एमएम मोटा होना चाहिए

चित्र 5-6 सामान्य शौचालय संकेत

- **लिफ्ट/सीढ़ियां:** इन संकेतों में एक प्लेट/बोर्ड होना चाहिए जिसमें 1 मिमी उभरे हुए सफेद अक्षर, 25 मिमी ऊंचे और अलग रंग की पृष्ठभूमि पर 6 मिमी का बॉर्डर हो। चित्रलेख की ऊंचाई कम से कम 150 मिमी होनी चाहिए। केवल टेक्स्ट और ब्रेल को ऊपर उठाना है, चित्रलेखों को ऊपर नहीं उठाना है।



चित्र 5-7 लिफ्ट के लिए संकेत

- सीढ़ी का संकेत भी सीढ़ी बने स्थान पर स्थित होना चाहिए, अधिमानतः उतराई पर, व्यक्ति को यह बताने के लिए कि वे किस मंजिल पर हैं।



चित्र 5-8 सीढ़ियों के लिए संकेत

5.2 दिशा का संकेत

ये संकेत लोगों को भवन के भीतर के क्षेत्रों या सेवाओं के बारे में बताते हैं। ये व्यक्ति को विशिष्ट कमरों और सुविधाओं की ओर जाने में सुविधा प्रदान करते हैं। ये गलियारों, लिफ्ट लॉबी, प्रवेश द्वार, या सीढ़ियों के साथ स्थित होने चाहिए। इसमें आमतौर पर एक तीर का उपयोग होता है और जब भी संभव हो अन्य प्रतीकों का उपयोग किया जाना है। संकेत एक ही जगह दिशा द्वारा दिए जाते हैं।

- छत से लटका दिशा का संकेत: छत से लटके दिशा के संकेत में कम से कम 100 मिमी चौड़े भाग होने चाहिए। एक बड़े, विशिष्ट मोटे तीर को, समूह में या अलग से, सूचीबद्ध स्थानों की दिशा को इंगित करना चाहिए। यह संकेत अलग रंग के साथ सिंगल या डबल-फेस हो सकता है। 2050 मिमी की ऊंचाई पर लगे संकेत के लिए टेक्स्ट की ऊंचाई कम से कम 75 मिमी होनी चाहिए।



फोटो 5-3 छत में लटका दिशा का संकेत

5.3 नियंत्रक संकेत

ये कुछ विशेष प्रतिबंधों के बारे में सूचित करने या लोगों को भवनों में जीवन रक्षक उपकरणों या क्षेत्रों के प्रति सचेत करने के लिए आवश्यक हैं। चिन्हों का उपयोग किया जा सकता है और जब भी संभव हो बातचीत सकारात्मक शब्दों में की जाती है।

ये सामान्य क्षेत्रों में स्थित होने चाहिए, जैसे, आपातकालीन निकास, फायर अलार्म, धूम्रपान वर्जित क्षेत्र, प्राथमिक चिकित्सा क्षेत्र। इनमें विशिष्ट उपयोगकर्ताओं, स्थानों के लिए दूसरे संकेत भी शामिल हो सकते हैं, जैसे, 'बंद क्षेत्रों से बाहर रहें', 'उपयोग के बाद कंप्यूटर को बंद कर दें'।

- निकास योजना: यह संकेत महत्वपूर्ण स्थानों पर गलियारों की दीवारों पर, और प्रत्येक बड़े सभा स्थान में स्थापित किया जाता है, जैसी लॉबी, सम्मेलन हॉल, सभागार, आदि। इसमें "आप यहाँ हैं" संदेश के साथ एक तल

योजना शामिल होती है। संकेत-सूचक में एक सरलीकृत तल योजना होना चाहिए जो अग्नि निकास जगहों और आश्रय क्षेत्र के स्थानों और उनकी दिशाओं को दर्शाता हो।

- अग्नि निकास द्वार: इस संकेत-सूचक में 1 मिमी उभरे हुए सफेद अक्षरों का 125 मिमी x 125 मिमी लाल प्लेट / बोर्ड होने चाहिए। ब्रेल अक्षरों के ठीक नीचे स्थित होना चाहिए।



चित्र 5-9. आपातकालीन संकेत

5.4 अस्थायी संकेत

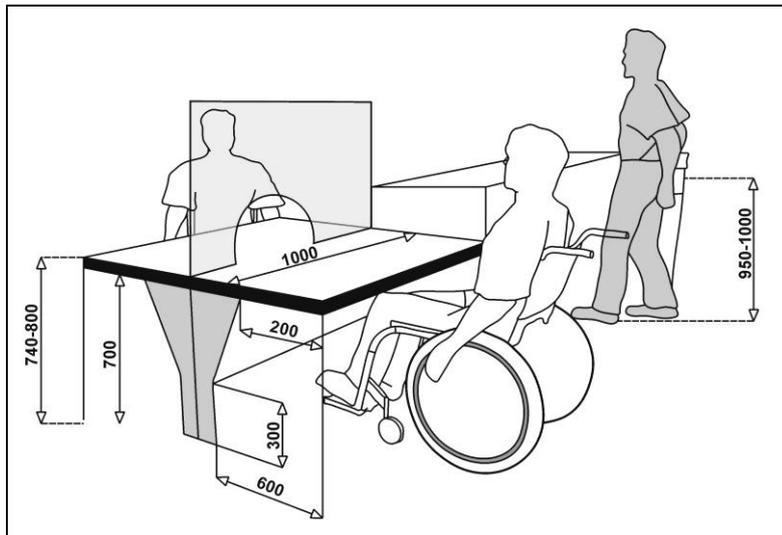
अस्थायी संकेतों के लिए प्रावधान किया जाना चाहिए जो सीमित अवधि के लिए आवश्यक हैं। इनमें समग्र संकेत-सूचक व्यवस्था का पालन किया जाना चाहिए। इनमें बुलेटिन बोर्ड पर नोटिस, इवेंट पोस्टर और फ्री-स्टैंडिंग संकेत शामिल हैं, जैसे घोषणाएँ, अवकाश सूचनाएँ, आदि।



फोटो 5-4 अस्थायी संकेत

6. स्वागत/पूछताछ काउंटर

- स्वागत काउंटर : स्वागत काउंटर का स्थान ऐसा होना चाहिए कि यह प्रवेश द्वार से आसानी से पहचाना जा सके। स्वागत काउंटर के लिए जाने का रास्ता बाधा मुक्त होना चाहिए।
- स्वागत काउंटर को इस तरह से डिजाइन किया जाना चाहिए कि आगंतुक खड़े हो सके। खड़े होने के भाग की ऊंचाई 950 मिमी से 1000 मिमी तक होनी चाहिए। बैठने के भाग की ऊंचाई 740-800 मिमी होनी चाहिए और व्हीलचेयर उपयोगकर्ताओं के लिए पैर और घुटने ठीक से आने की जगह होनी चाहिए। ऐसा बैठने का भाग देकर किया जा सकता है जो 700 मिमी ऊंचे घुटने के खाली जगह के साथ न्यूनतम 760 मिमी ऊंचा x 1500 मिमी चौड़ा x 700 मिमी गहरा हो। किसी भी स्वागत डेस्क या काउंटर के सामने 1200 मिमी गहराई और 1800 मिमी चौड़ाई का न्यूनतम स्पष्ट फर्श क्षेत्र आवश्यक है ताकि व्हीलचेयर उपयोगकर्ताओं के लिए जाने के लिए पर्याप्त जगह हो स्वागत अधिकारी के चेहरे पर बराबर रोशनी पड़नी चाहिए।
- एक श्रवणता संवर्धन प्रणाली होनी चाहिए जैसे कि लूप इंडक्शन यूनिट, जिसकी उपलब्धता रिसेप्शन / काउंटर पर एक चिन्ह के साथ स्पष्ट रूप से दर्शाई जाती है।
- **बैठने की बेंच:** सभी बेंचों की कम से कम 450 मिमी (आदर्श रूप से 500 मिमी) की गहराई होनी चाहिए और इसे 480 मिमी की ऊंचाई पर सेट किया जाना चाहिए ताकि व्हीलचेयर से आसानी से निकल कर आया जा सके इनकी सतहों की फिनिश निर्बाध होनी चाहिए और कोई नुकीला किनारा नहीं होना चाहिए।
- **रंग चमक:** दृष्टिबाधित व्यक्तियों की सहायता के लिए फिटिंग, दीवारों, छत, फर्श आदि के बीच पर्याप्त रंग और टोनल कंट्रास्ट होना चाहिए। स्वागत काउंटर की सतह चमकदार नहीं होनी चाहिए।
- **सिंगल विंडो सुविधा:** यह दिव्यांग व्यक्तियों और वरिष्ठ नागरिकों को त्वरित सुविधा देने में मदद करता है, जिन्हें लंबी कतारों में इंतजार न करना पड़े। यह काउंटर/विंडो प्रवेश के सबसे नजदीक प्रदान किया जाना चाहिए और इसके लिए संकेत महत्वपूर्ण स्थानों पर प्रदर्शित किया जाना चाहिए।



चित्रा 6-1 दो स्तरों पर काउंटर



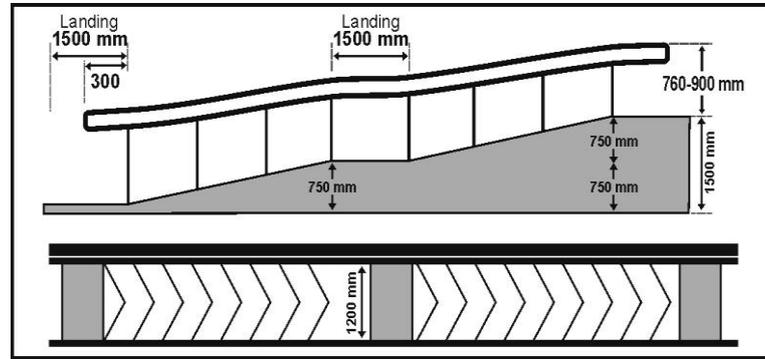
फोटो 6-1 पर्याप्त रोशनी के साथ स्वागत काउंटर, दो स्तरीय और अलग-अलग रंग वाले

7. रैम्प

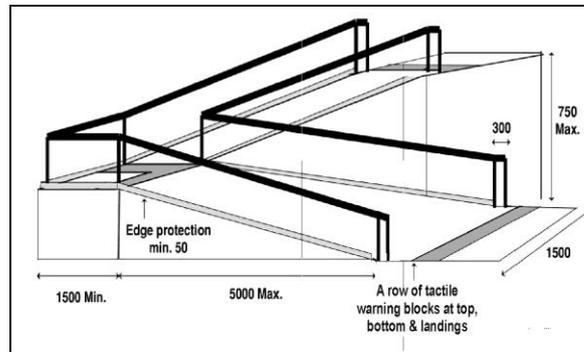
एक आंतरिक रैंप के प्रावधान से कई लोगों को लाभ होता है, जिसमें ट्रॉली, बग्गी या स्ट्रोलर ले जाने वाले, कोई भी व्हीलचेयर का उपयोग करने वाले लोग; और चलते समय संकेत भाषा में बात करने वाले व्यक्ति शामिल हैं। रैंप कई मामलों में स्वयं और सहायता के साथ निकासी में भी सहायता करते हैं, जैसे कि जब लिफ्ट उपलब्ध नहीं होती हैं। आमतौर पर लोगों के सीढ़ियों की तुलना में रैंप पर गिरने की संभावना बहुत कम होती है। लोगों को सीढ़ियों की तुलना में रैंप पर किसी अन्य व्यक्ति की सहायता करना अधिक आसान लगता है।

कई व्हीलचेयर उपयोगकर्ताओं को स्वयं इसका उपयोग करते समय 1:12 के ढालान का रैंप खतरनाक लगता है। व्हीलचेयर उपयोगकर्ता चढ़ते समय ऐसी खड़ी रैंप पर पीछे की ओर जोर डालते हैं और उतरते समय नियंत्रण खो देते हैं जिसके परिणामस्वरूप आकस्मिक खतरा हो सकता है।

- **ढाल:** 1:15 अधिकतम।
- **चौड़ाई:** 1500 मिमी न्यूनतम; 1800 मिमी ज्यादा सही रहती है।
- **लैंडिंग:** रैंप की शुरुआत और अंत में न्यूनतम 1500 मिमी x 1500 मिमी। 1:12 के ग्रेडिएंट के लिए प्रत्येक 5 मीटर के अंतराल पर और 1:15 या 1:20 के ग्रेडिएंट के लिए प्रत्येक 9 मीटर के अंतराल पर मोड़।
- **हैंडरेल :** 760mm-900mm की ऊंचाई पर दोनों तरफ हैंडरेल, पृष्ठभूमि की दीवार से अलग रंग में चित्रित।
- **वार्निंग टेक्टाइल पेवर:** रैंप किनारों से पहले और बाद में 300 मिमी पर रखा जाना चाहिए।
- **सतह (रैंप और लैंडिंग):** फिसलन रोधी होना चाहिए। सीमेंट रैंप पर अधिकतम 5 मिमी गहराई वाले खाने या चेकर्ड टाइलें प्रदान की जा सकती हैं।

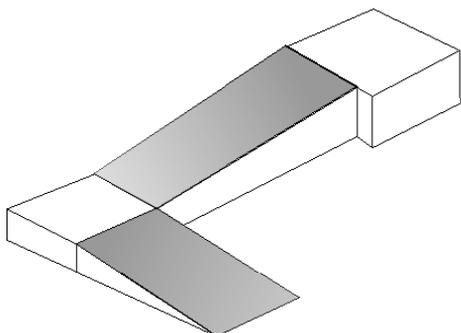


चित्र 7-1 शुरुआत और अंत में 1:15 ढलान, 1200 मिमी चौड़ाई और सामानांतर लैंडिंग के साथ रैम्प

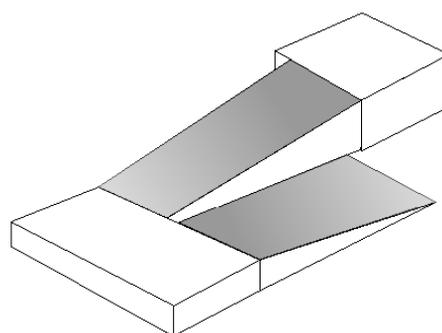


चित्र 7-2 1:15 ढलान, 1500 मिमी चौड़ाई और शुरुआत और अंत में सामानांतर लैंडिंग के साथ एल-आकार का रैंप

- रैंप पर रोशनी की चमक का स्तर 100-150 लक्स के बीच रखा जाना चाहिए।
- रैंप की सतह की फिनिशिंग के लिए चुनी गई सामग्री मजबूत और रखरखाव में आसान होनी चाहिए। यह फिसलन रोधी भी होनी चाहिए, विशेषकर जब गीला हो।
- बाहरी परिवेश में प्रत्येक रैंप की शुरुआत और अंत में चेतावनी ब्लॉक होने की आवश्यकता है। चेतावनी ब्लॉकों को रैंप के शुरुआत से पहले और इसके अंत में 300 मिमी - 600 मिमी के सेटबैक पर रखा जाना है।
- रैंप के नीचे की जगह को हैण्डरेल लगाकर या उसके सामने दीवार बनाकर अलग किया जाना है। यदि आवश्यक हो तो इस स्थान का उपयोग भंडारण क्षेत्र के रूप में भी किया जा सकता है।
- जिन भवनों में जगह की कमी है, वहां टर्निंग प्लेटफॉर्म या स्विच बैक (डॉंग लेग) रैंप उपलब्ध कराए जा सकते हैं।



चित्र 7-3 टर्निंग प्लेटफॉर्म (एल-आकार) रैंप



चित्र 7-4 स्विच बैक रैंप करें



फोटो 7.1 रैंप और पौड़ी का संयोजन

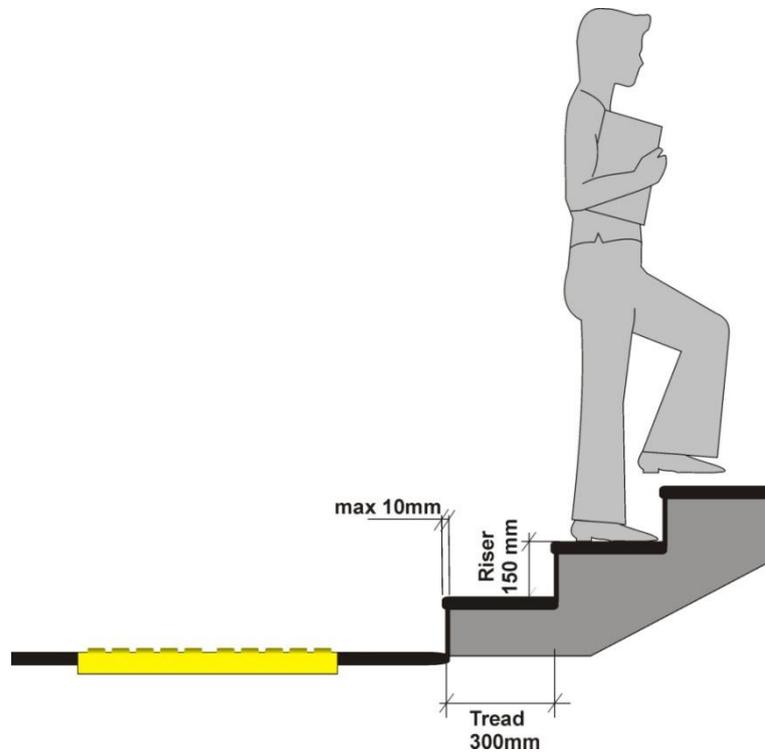
जांच सूची

●	रैंप की ढालान आदर्श रूप से 1:15 से अधिक नहीं होनी चाहिए।
●	पौड़ी हमेशा रैंप के साथ होनी चाहिए और रैम्प पौड़ी के साथ।
●	रैंप के दोनों किनारों पर रैंप की सतह से 900 मिमी की ऊंचाई पर घुमावदार हैण्डरेल स्थापित किए जाने चाहिए और इसे एल-आकार के ब्रैकेटों के साथ लगाया जाना चाहिए।
●	रैंप कम से कम 1500 मिमी चौड़ा होना चाहिए, हर 5 मीटर की दूरी पर और रैंप के ऊपर और नीचे लैंडिंग होनी चाहिए।
●	रैंप की सतह फिसलन रोधी होनी चाहिए। रैंप सतह पर 100-150lux के बीच एक समान रोशनी स्तर प्रदान करें।
●	रैंप की शुरुआत और अंत में स्पर्श चेतावनी ब्लॉक स्थापित किए जाने चाहिए।

8. पौड़ी और सीढ़ियां

सीढ़ियां, सभी के उपयोग के लिए सुरक्षित और आसान होनी चाहिए। ये स्पष्ट रूप से दिखाई देनी चाहिए और पहचानने में आसान होनी चाहिए। घुमावदार सीढ़ियों और पतले तल्लों वाली सीढ़ियों का उपयोग नहीं किया जाना चाहिए, क्योंकि इनसे गिरने की अधिक संभावना रहती हैं। पूरी पौड़ियों पर प्रत्येक पौड़ी का परिमाण एक जैसा होना चाहिए।

- एक समान ऊंचाई (पौड़ी की ऊंचाई): अधिकतम 150 मिमी ।
- एक समान तल्ला (पौड़ी की चौड़ाई): 300 मिमी न्यूनतम।
- बाहर निकली गोलाई : पौड़ियों को बाहर निकली गोलाई के बिना बनाने को प्राथमिकता दी जाती है; लेकिन अगर बाहर निकालने की आवश्यकता है, तो पौड़ी के सामने की ऊंचाई को कम से कम 60 डिग्री के कोण पर झुकाया जाना चाहिए और बाहर निकालने की सीमा 10 मिमी तक सीमित होनी चाहिए।

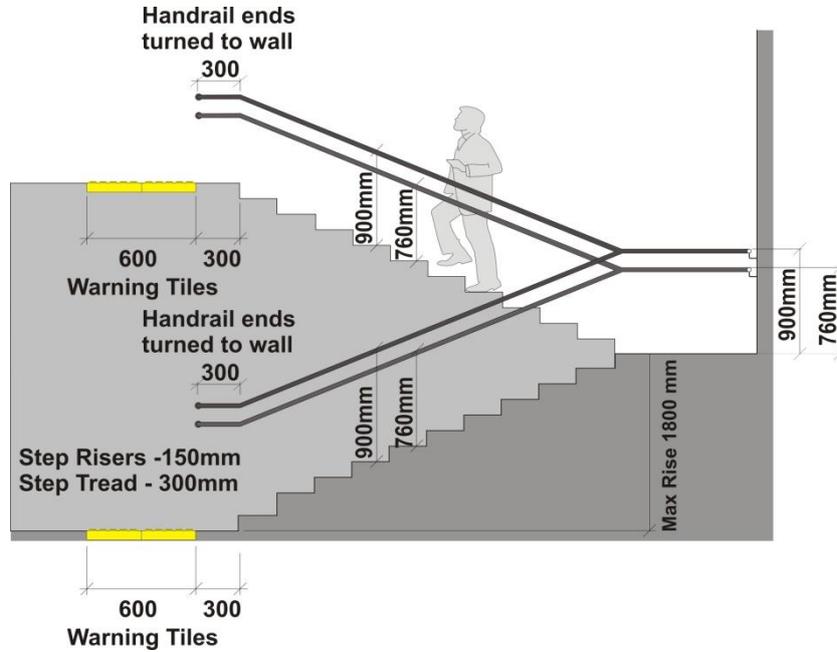


चित्र 8-1 पौड़ी की उठान और तल्ला

- पौड़ियों की कम से कम 1200 मिमी की अबाधित चौड़ाई होनी चाहिए।
- पौड़ी के किनारों में चमकीले अलग-अलग रंग होने चाहिए: पौड़ियों की गहराई और चौड़ाई को आसानी से पहचानने के लिए न्यूनतम 50 मिमी।
- लैंडिंग किसी भी बाधा से मुक्त 1200 मिमी गहरी होनी चाहिए।
- पौड़ियों और सीढ़ियों के दोनों ओर रेलिंग होनी चाहिए। रेलिंग न होने पर अक्षम व्यक्तियों के लिए सीढ़ियाँ चढ़ना अत्यंत कठिन होता है। दीवार (यदि कोई हो) और लैंडिंग सहित दोनों तरफ लगातार हैंडरेल प्रदान की जानी चाहिए।
- हैंडरेल दो स्तरों 760 मिमी और 900 मिमी पर होना चाहिए, जिन्हें पृष्ठभूमि की दीवार से अलग रंग में रंगा गया हो।
- सभी पौड़ियों से 300 मिमी पहले और इसके अंत में और लैंडिंग पर चेतावनी पेवर प्रदान किया जाना चाहिए।

- पौड़ी के किनारे पर 50 मिमी चौड़ा अलग-अलग रंग में बैंड / पट्टी प्रदान की जानी चाहिए जो पौड़ी की पूरी चौड़ाई तक जाए अलग-अलग रंग में बनाने के लिए पेंट या टेप का इस्तेमाल किया जा सकता है। कुछ कंपनियां फिसलन रोधी टेप प्रदान करती हैं जिनका उपयोग पौड़ी किनारों पर अलग रंगों में किया जा सकता है।
- न्यूनतम 100-150 लक्स के बीच रोशनी के स्तर के साथ पर्याप्त और समान रूप से प्रकाशित होना चाहिए।

हैण्डरेल का छोर दिवार की तरफ मुड़ा हुआ



चित्र 8-2 रेलिंग और स्पर्शनीय चेतावनी पेवर्स की स्थापना



फोटो 8-1 अलग रंग की आंतरिक सज्जा के साथ सुगम्य भाग

(फोटो साभार: जोसेफ क्वान)

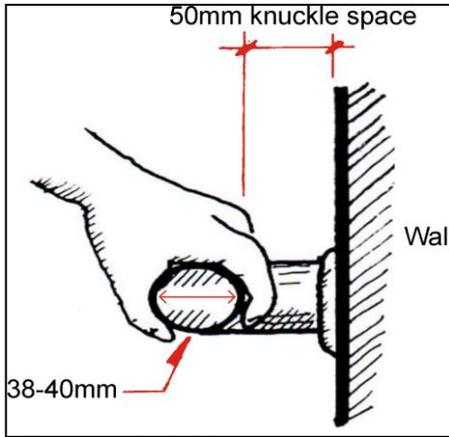
जांच सूची

● सुनिश्चित करें कि प्रत्येक पौड़ी का किनारा साफ तौर पर दिखें।
● पौड़ियों की स्पष्ट चौड़ाई 1200 मिमी से कम नहीं।
● यह देखें कि लैंडिंग के बीच पौड़ियों की कुल ऊंचाई 1800 मिमी या 12 पौड़ियों से अधिक नहीं है।
● एक के बाद एक और बराबर संख्या में पौड़ी स्थापित करें।
● सुगम्य रूट पर सिंगल पौड़ी से बचें।
● पौड़ियों के ऊपर और नीचे स्पष्ट लैंडिंग प्रदान करें।
● पौड़ी के ऊपर और नीचे वार्निंग टैक्टाइल पेवर्स का प्रयोग करें।
● सीढ़ियों के दोनों ओर और लैंडिंग के बीच के आसपास निरंतर हैंडरेल प्रदान करें।
● बीच में एक अतिरिक्त हैंडरेल प्रदान करें जहाँ सीढ़ियाँ 2000 मिमी से अधिक चौड़ी हों।
● 2200 मिमी से कम हेडरूम वाली सीढ़ियों के नीचे किसी भी क्षेत्र को घेर दें।
● पौड़ियों और लैंडिंग सतहों के स्तर पर 100-150 लक्स के बीच रोशनी दें।

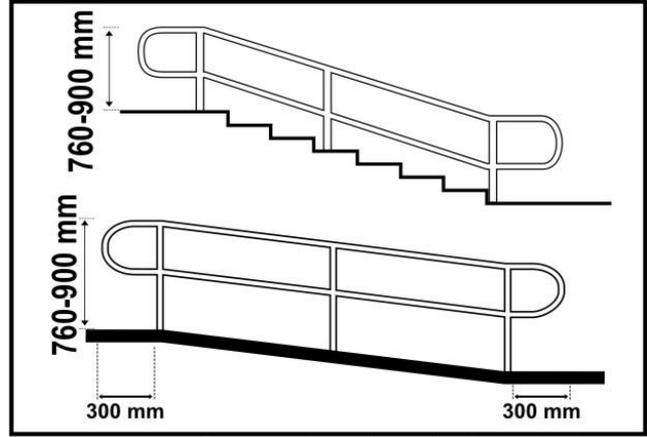
9. हैण्डरेल

सीढ़ियों और रैंप के दोनों किनारों पर हैण्डरेल प्रदान की जानी चाहिए और लैंडिंग पर भी यह लगातार होनी चाहिए।

- **व्यास:** 38-40 मिमी (चित्र 9-1) के व्यास के साथ गोलाकार भाग में होना चाहिए।
- **ऊंचाई:** फर्श के स्तर से दो स्तरों पर 760 मिमी और 900 मिमी।
- **नक्कल स्पेस:** जिस सतह से वे जुड़े हुए हैं, उससे कम से कम 50 मिमी का खाली स्थान रखें।
- **विस्तार:** पौडियों और रैंप से आगे कम से कम 300 मिमी।
- **छोर :** तो जमीन या दीवार में गाउट किया जाता है या गोल किया जाता है।
- **सामग्री:** दीवार की फिनिश से अलग रंग में होनी चाहिए (या हल्के रंग की रेलिंग के पीछे गहरे रंग की टाइलों का उपयोग करें) और अच्छी पकड़ प्रदान करें।
- **बहुमंजिला इमारत:** दृष्टिबाधित व्यक्तियों को रेलिंग/रेल के अंत में फर्श के स्तर को इंगित करने वाली स्पर्शनीय विशेषताएं प्रदान करें (उदाहरण के लिए उभरे बिंदुओं के उपयोग से प्रत्येक रेलिंग पर फर्श स्तर इंगित करें, जहां एक बिंदु पहली मंजिल इंगित करते, दो बिंदु दूसरी मंजिल इंगित करे, और इसी तरह) (फोटो 9-1)।



चित्र 9-1 हैण्ड रेलिंग व्यास



चित्र 9-2 रैंप और सीढ़ियों पर हैण्डरेल लगाना

(यूएनईएससीएपी दिशानिर्देशों से अनुकूलित)



फोटो 9-1 ब्रेल सूचना के साथ हैण्डरेल

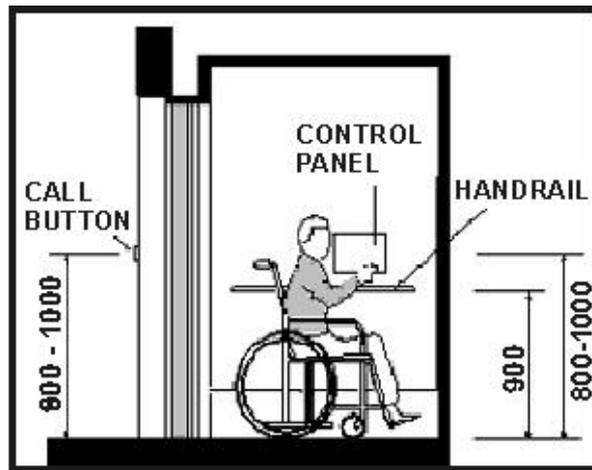
(फोटो साभार: जोसेफ क्वान)

10. लिफ्ट

सभी मंजिलों तक सुगम्यता प्रदान करने और इसे दिव्यांग व्यक्तियों द्वारा उपयोग करने योग्य बनाने के लिए एक बहुमंजिला इमारत में लिफ्ट प्रदान की जानी चाहिए।

लिफ्टों में सुगम्यता का अंतरराष्ट्रीय चिन्ह होना चाहिए और दिशा का संकेत होना चाहिए जो लिफ्ट के रास्ते को इंगित करता हो (चित्र 10-1)।

- **रंग:** लिफ्ट का दरवाजा और पैनल चमकीले रंग में होना चाहिए, जो चमक पैदा करता है ग्लेज़ेड स्टील या किसी अन्य धातु शेड के बजाय।
- **लिफ्ट के अन्दर की जगह:** आंतरिक फर्श की जगह न्यूनतम 1500 मिमी x 1500 मिमी।
- **दरवाजे:** 900 मिमी चौड़ा और पर्याप्त प्रवेश समय देने के लिए दरवाजे बंद करने की व्यवस्था को सुविधाजनक बनाया जाना है। वैकल्पिक रूप से सेंसर लगाए जाने चाहिए।
- **कॉल बटन:** 800mm-1000mm की ऊंचाई पर; कॉल बटन तक पहुंचने के लिए किसी भी कोने या दीवार से कम से कम 450 मिमी।
- **कन्ट्रोल पैनल :** लिफ्ट के अंदर अधिमानतः दोनों तरफ, ब्रेल वाले बटन हों और अक्षर उभरे हुए हों और पृष्ठभूमि से अलग चमकीले रंग में हों।
- **ऑडियो घोषणा:** दरवाजा खोलने / बंद करने और तल के नम्बर के लिए।
- **मुख्य योजना:** लिफ्ट के अंदर रखे जाने वाले सभी फर्श।
- **विजन पैनल:** लिफ्ट के दरवाजे पर दो स्तरों-800 मिमी और 1500 मिमी पर प्रदान किया जाना चाहिए।
- **स्तर का अंतर:** लिफ्ट कार और बाहरी तल की सतह के बीच के स्तर में अंतर 10 मिमी से अधिक नहीं होना चाहिए।
- **तल निर्देशिका:** लिफ्ट लैंडिंग पर उपलब्ध मुख्य सुविधाओं और सेवाओं की निर्देशिका के साथ-साथ एक सुगम्य आपातकालीन निकास मार्ग, जो स्पष्ट रूप से दिव्यांग व्यक्तियों के लिए निकटतम आश्रय क्षेत्रों के स्थान को इंगित करता हो।



चित्र 10-1 लिफ्ट संकेत, आंतरिक परिमाण और नियंत्रण पैनल

फोटो 10-1 कंट्रोल पैनल

(फोटो साभार: जोसेफ क्वान)

- **आंतरिक फिनिश:** लिफ्ट कार के भीतर दृष्टि और ध्वनि रूप से चमकदार दीवार सतहों का उपयोग कम से कम किया जाना चाहिए क्योंकि आंखों में चमक असुविधा पैदा कर सकती है और दृश्य बाधित लोगों की दृश्य तीक्ष्णता को प्रभावित कर सकते हैं।
- **फर्श:** लिफ्ट कार का फर्श फिसलन रोधी होना चाहिए और गिरने के जोखिम को कम करने के लिए लिफ्ट लैंडिंग के फर्श के अनुरूप यह समान घर्षण गुणवत्ता वाला होना चाहिए।
- **दर्पण :** लिफ्ट के दरवाजे के सामने लिफ्ट कार की दीवार पर व्हीलचेयर उपयोगकर्ता यह देख सकते हैं कि क्या कोई उनके पीछे है और वह फर्श संकेत पैनल भी देख सकता है। दृष्टिबाधित लोगों के भ्रमित होने से बचने के लिए दर्पण को लिफ्ट के फर्श से **900** मिमी से ऊपर रखा जाना चाहिए।
- **आपातकालीन संचार प्रणाली:** लिफ्ट के चारों ओर स्थापित इंडक्शन लूप सिस्टम के साथ जोड़ा जाना चाहिए।
- **टेलीफोन यूनिट :** श्रवण यंत्रों का उपयोग करने वाले व्यक्तियों की सहायता के लिए अन्दर लगा इंडक्टिव कप्लर होना चाहिए।

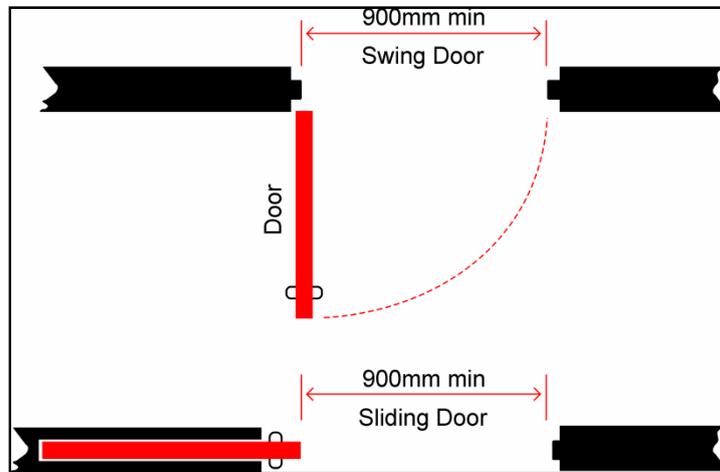


फोटो 10-1 लिफ्ट संकेत-सूचक और अलग रंग में सुविधाएं

(फोटो साभार: जोसेफ क्वान)

11. दरवाजे

- **स्पष्ट खाली जगह:** न्यूनतम **900** मिमी (दरवाजे के फ्रेम और दरवाजे की दरार के बीच की जगह, न कि फ्रेम से फ्रेम के बीच)।
 - फर्श के स्तर से कम से कम **800** मिमी और **1500** मिमी के बीच विज़न पैनलों के साथ लगाया जाए। आपात स्थिति में, विज़न पैनल को हटाया जा सकता है / बल लगाकर बंद दरवाजों को खोला जा सकता है।
 - आसपास की दीवार के रंग अलग-अलग हो और खोलने में **22N** से अधिक भारी न हो।
- कमरे के दरवाजे अंदर की ओर खुलने चाहिए न कि कॉरिडोर/सामान्य संचलन क्षेत्र की ओर।
- **शौचालय के सुगम्य दरवाजे:** आपातकालीन स्थिति में व्यक्ति की मदद करने के लिए बाहर की ओर खुलना चाहिए या सरकना चाहिए ताकि अन्दर की तरफ जगह मिल सके।



चित्र 11-1 स्लाइडिंग और स्विंग डोर

(यूएनईएससीएपी दिशानिर्देशों से अनुकूलित)



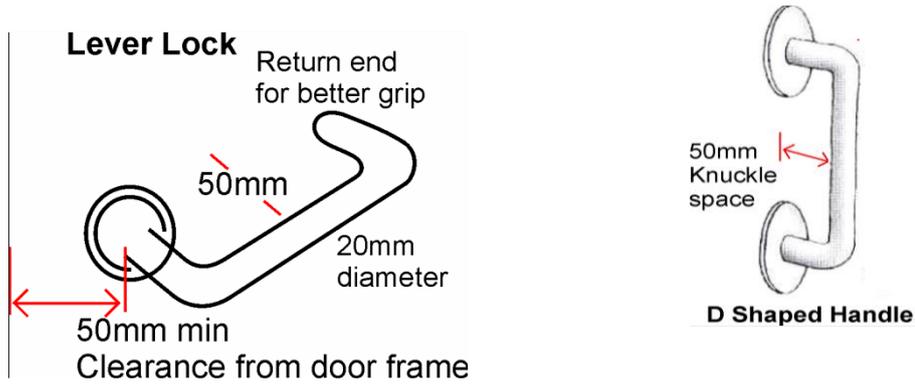
फोटो 11-1 ब्रेल लिपि में कक्ष संकेत

(फोटो साभार: जोसेफ क्वान)

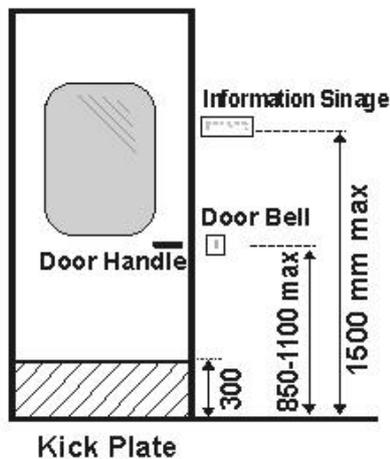
12. दरवाजे के सहायक उपकरण और हार्डवेयर

दरवाजे के सहायक उपकरण और हार्डवेयर को फर्श के तैयार स्तर से 850-1100 मिमी के बीच रखा जाना चाहिए।

- **उपयोग योग्य उपकरण:** जैसे हैंडल, कुंडी और ताले होने चाहिए:
 - 800-1000 मिमी के बीच
 - लीवर हैंडल और पुश टाइप
 - एक हाथ से चलाया जा सके और फाइन फिंगर कंट्रोल, कसकर पकड़ने, चुटकी देने या घुमाने की आवश्यकता न पड़े
- **ग्लेज़ेड/ग्लास दरवाजे और फिक्स्ड ग्लेज़ेड क्षेत्र:** इन्हें अलग-अलग रंग और टोन की इस्तेमाल चेतावनी या सजावटी विशेषता के उपयोग से दृश्यमान बनाया जाना चाहिए जो अंदर और बाहर दोनों से प्रभावी हो। ये किसी भी प्रकाश व्यवस्था में दिखाई देने चाहिए, जैसे आंखों के स्तर पर सेट किए गए न्यूनतम परिमाण 150 मिमी x 150 मिमी का लोगो प्रदान किया जा सकता है।
- **फुट मैट:** ज़मीन में दबें हो या पतली रबर की मैट प्रदान की जानी चाहिए, ताकि दृष्टिबाधित व्यक्ति आसानी से सभी प्रवेश द्वारों का पता लगा सकें।
- **किक प्लेट्स:** (एल्यूमीनियम/रबड़) फर्श के स्तर से 300-400 मिमी की ऊंचाई पर दरवाजे पर प्रदान किया जाना है (कटने-फटने से बचने के लिए)।



चित्र 12-1 पोर नक्कल स्पेस और डी-आकार के हैंडल की ऊंचाई



चित्र 12-2 डोर हार्डवेयर
(यूएनईएससीएपी दिशानिर्देशों से अनुकूलित)



फोटो 12-1 लीवर हैंडल उपयोग करने के लिए अनुकूल है
(फोटो सौजन्य: जूडी वी)

13. गलियारा

गलियारों में आसान आवाजाही होनी चाहिए और इससे संचलन मार्गों में दिशा का बोध मिलना चाहिए। फर्श और दीवार के बीच और दीवार और छत के बीच भी अलग-अलग रंग होने चाहिए जिससे दृष्टिबाधित व्यक्तियों को आसानी होती है।

- **कॉरिडोर:** इसकी 1500-1800 मिमी की अबाधित चौड़ाई होनी चाहिए और इसमें समान रूप से अच्छी तरह से रोशनी होनी चाहिए। फर्श पर फ्लोरेसेंट/चमकीले रंग (नारंगी/पीला) की एक मोटी पट्टी बेहतर पहचान प्रदान का सकती है।
- **दहलीज (दरवाजा सिल):** प्रवेश द्वारों पर और 6 मिमी से अधिक के स्तर के अंतर पर, झुकाव वाली होना चाहिए अर्थात सीधी ऊंचाई के दोनों तरफ ढलान प्रदान करना चाहिए।
- **बाधाएं और उभरी हुई वस्तुएं:** दीवार से 100 मिमी से अधिक पर, जैसे कि अव्यवस्थित फर्नीचर, अलमीरा, टेलीफोन, अग्निशामक यंत्र, बेंच, गमले और सजावटी जुड़नार को गलियारों में नहीं रखा जाना चाहिए।
- **चौड़ाई:** यह लोगों के आसान पहुंच देने, प्रैम के साथ चलने वाले माता-पिता और बैसाखी पर चलने वाले लोगों को एक-दूसरे से गुजरने के लिए पर्याप्त चौड़ा होना है। कॉरिडोर की न्यूनतम चौड़ाई 1500 मिमी होनी चाहिए और व्हीलचेयर के लिए मुड़ने के लिए नियमित अंतराल पर 1800 मिमी x 1800 मिमी जगह होनी चाहिए।
- **संचलन मार्ग:** जिससे आसान आवाजाही हो जाती है और यह दिशा का बोध प्रदान करता है।
- **दरवाजे:** संभावित बाधाएं होती, यह अनुशंसा की जाती है कि उन्हें गलियारों में उपयोग न करें, लेकिन जहां भी इस्तेमाल हो, दरवाजे का उपयोग स्वयं बंद होने की व्यवस्था के बिना किया जाना चाहिए। जब बंद करने की व्यवस्था की आवश्यकता होती है जैसे कि फायर डोर में, इसे विद्युत रूप से संचालित किया जाना चाहिए ताकि बंद करने की व्यवस्था केवल आपात स्थिति में ही सक्रिय हो।

13.1 फ्लोर फिनिश

- फर्श के लिए प्रयुक्त सामग्री के रूप में ग्लेजड टाइल/संगमरमर (बहुत फिसलन वाला होने के कारण) से बचा जाना चाहिए। मैट फिनिश टाइल्स/पीवीसी स्ट्रिप/किसी भी अन्य फिसलन रोधी सामग्री का उपयोग किया जाना चाहिए, ताकि गति सहायता का उपयोग करने वाले व्यक्तियों को फिसलने से बचाया जा सके। यह दृष्टिबाधित व्यक्तियों को स्पर्शपूर्ण संकेत भी प्रदान करता है और विभिन्न गतिविधियों के लिए निर्धारित स्थानों को इंगित करने में मदद करता है।
- फ्लोरिंग एक समान शेड की होनी चाहिए न कि मोज़ेक के टुकड़े की, जो कई लोगों को भ्रमित करती है।
- दृष्टिबाधित लोगों की सहायता के लिए, फर्श और दीवार के बीच और दीवार और छत के बीच भी उपयुक्त तरीके से अलग-अलग रंग का इस्तेमाल होना चाहिए।
- किसी कॉरिडोर में प्रकाश की आवश्यकता न्यूनतम 100 लक्स होती है।
- यह भी महत्वपूर्ण है कि गलियारा ध्वनि रूप से अच्छी तरह से डिजाइन किया गया हो, ताकि अत्यधिक गूंज या ध्वनि के बहुत अधिक दबने से बचा जा सके।

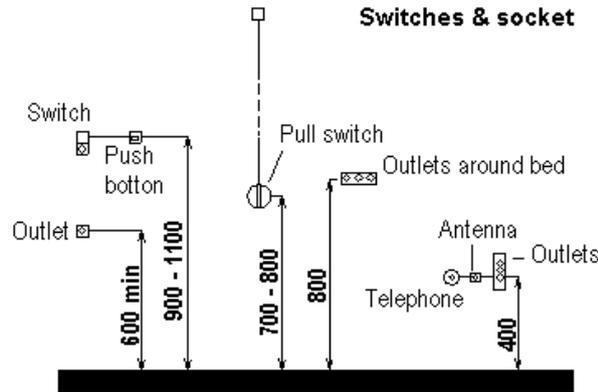


फोटो 13-1 फ्लोर फिनिश और गलियारे में रंगों का अन्तर (फोटो साभार: जोसेफ क्वान)

14. स्विच बोर्ड

दीवार से पहचानने में आसान होने के लिए, कम दृष्टि वाले व्यक्तियों के लिए स्विचबोर्ड का ढांचा अलग रंग में तैयार किया जाना चाहिए। इसके लिए विनाइल टेप/एक्रिलिक पेंट (पीला/काला/लाल) का इस्तेमाल किया जा सकता है।

- यह व्हील चेयर उपयोगकर्ताओं और छोटे कद वाले व्यक्तियों की पहुंच के भीतर हो अर्थात तैयार फर्श स्तर से 400 मिमी -1100 मिमी की ऊंचाई पर लगाया जाना चाहिए।
- सभी इलेक्ट्रिक सॉकेट एक सुरक्षा शटर के साथ होने चाहिए, जिसे बाल सुरक्षा सुनिश्चित होती है
- स्विच पर एक स्पर्श चिह्न हो, जैसे: पंखे के स्विच के लिए पंखे का एक उभरा हुआ चिह्न और प्रकाश के लिए बल्ब का चिह्न।



चित्र 14-1 बेडरूम में स्विच और अलार्म

(यूएनईएससीएपी दिशानिर्देशों से अनुकूलित)

14.1 रोशनी

- सभी गतिविधियों के लिए/आंतरिक क्षेत्रों में अच्छी रोशनी (250-300 लक्स) होनी चाहिए, पर्याप्त रूप से चमकदार और इस तरह से लगी हो कि पढ़ने और अन्य गतिविधियों में सुविधा हो।
- गलियारे और सीढ़ियों में प्रकाश की आवश्यकता न्यूनतम 100 लक्स है।
- लाइट फिक्स्चर सीएफएल/उपयुक्त शेड के साथ एलईडी रोशनी, जिसकी रोशनी नीचे की ओर पड़े, की सिफारिश की जाती है।
- बिना आवरण वाले बल्बों का प्रयोग न करें!



फोटो 14-1 प्राकृतिक प्रकाश से पर्याप्त रूप से प्रकाशित रैंप

15. सामान्य शौचालय

- कुछ व्यक्तियों को कमोड और अन्य लोगों को नीचे बैठने (भारतीय सीट) में कठिनाई होती है; कम से कम एक-एक कमोड और भारतीय सीट प्रदान की जानी चाहिए।
- सामान्य शौचालयों के सभी संकेत मोटे और अलग रंगों में होने चाहिए।
- दृष्टिबाधित व्यक्तियों के लिए चित्रलेख (त्रिकोण में पुरुष चित्रलेख और सर्कल में महिला चित्रलेख), ब्रेल और उभरे हुए अक्षरों के साथ प्लेटों पर चिह्नित, 1400 मिमी -1600 मिमी के बीच की ऊंचाई पर, कुंडी के पास दरवाजे के बगल में दीवार पर लगाए जाए। देखें शौचालय संकेत चित्र 5-6।
- शौचालय के प्रवेश द्वार से पहले और बाद में 300 मिमी पर टेक्टाइल वॉर्निंग पेवर / पतली रबर फुट मैट प्रदान की जाए।
- सभी शौचालय सुविधाओं में श्रव्य और दृश्य प्रणालियों के साथ अग्नि अलार्म होना चाहिए।
- सभी शौचालयों में WC के पास कमोड के बगल में, अलार्म स्विच (पुश/पुल टाइप) होना चाहिए (एक 300 मिमी की ऊंचाई पर और दूसरा फर्श के स्तर से 900 मिमी पर), जिसे एक आपात स्थिति में सक्रिय किया जा सके जिससे एक ऑडियो अलार्म बजेगा।
- कम दृष्टि वाले व्यक्तियों की सुविधा के लिए टॉयलेट सीट/डब्ल्यूसी अलग-अलग रंग में होना चाहिए, अलग दिखने के लिए दीवारों/टाइलों पर अलग रंग पेंट का उपयोग किया जा सकता है।
- मूत्रालय, स्टॉल-टाइप या दीवार में लगा होना चाहिए, इसमें कोई पौड़ी नुमा प्लेटफॉर्म नहीं होना चाहिए। फिनिश फ्लोर से 430 मिमी ऊपर लम्बी रिम बच्चों, छोटे कद के व्यक्तियों और व्हीलचेयर उपयोगकर्ताओं द्वारा उपयोग योग्य हो।
- दिव्यांग व्यक्तियों (उदाहरण के लिए, बैसाखी जैसी गति सहायता का उपयोग करने वाले लोग) की सहायता के लिए कम से कम एक मूत्रालय में पकड़ने वाला बार होना चाहिए।
- दृष्टिबाधित व्यक्तियों के लिए मूत्रालयों और वॉशबेसिनों के लिए टेक्टाइल वॉर्निंग पेवर प्रदान किया जाएगा (फोटो 15-1)।



फोटो 15-1 दृष्टिबाधित व्यक्तियों के लिए वॉर्निंग पेवर के साथ फर्श के निशान

(तस्वीरें साभार: जोसेफ क्वान)

16. सुगम्य शौचालय, कपड़े बदलने की जगह और स्नान घर

सुगम्य शौचालय और स्नानघर का उपयोग पुरुष और महिला दोनों द्वारा किया जा सकता है और इससे विपरीत लिंग के देखभालकर्ताओं को दिव्यांग व्यक्तियों की सहायता करने में मदद मिलती है।



चित्र 16-1 संकेत

- फर्श की जगह स्पष्ट रूप से न्यूनतम 2000mm x 2200mm हो।
- फिसलन रोधी /मैट फिनिश फर्श।
- दरवाजा खोलने के लिए स्पष्ट न्यूनतम 900 मिमी जगह, दरवाजा बाहर की ओर खुले या तह नुमा इकठ्ठा हो या सरकने वाला हो।
- दरवाजे की ओर एक सामानांतर पुल-बार, कम से कम 600 मिमी लंबा, स्थित होना चाहिए, ताकि यह दरवाजे की चूल से 130 मिमी पर हो और 900-1000 मिमी की ऊंचाई पर हो।
- पकड़ने और संतुलन बनाने के लिए शौचालय कक्ष की पूरी दीवारों में हैंडरेल प्रदान की जानी चाहिए।

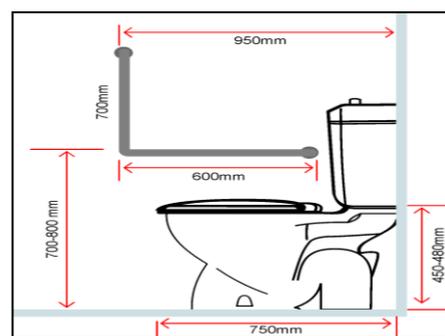
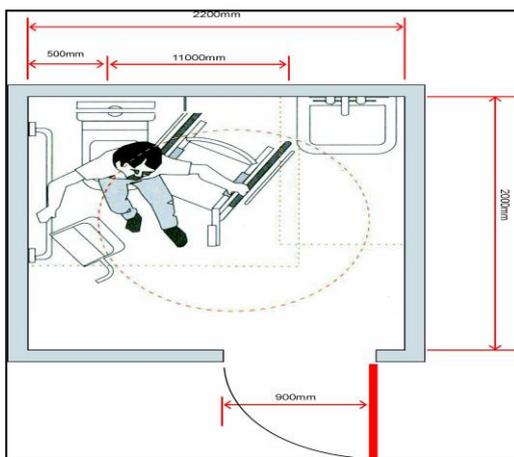
16.1 वाटर क्लोजेट (डब्ल्यूसी)

साइड से निकलने के लिए वाटर क्लोजेट के साथ में कम से कम 900 मिमी चौड़ी जगह होनी चाहिए।

- डब्ल्यूसी, सटी दीवार से 460-480 मिमी के ठीक मध्य स्थित हो।
- डब्ल्यूसी, की सीट फर्श से 450-480 मिमी होनी चाहिए।
- निकलने वाली तरफ पर चलायमान यू-शेप ग्रैब बार और सटी दीवार पर एल-शेप ग्रैब बार प्रदान करें।
- यदि डब्ल्यूसी ठीक मध्य में है अर्थात दीवार डब्ल्यूसी से 500 मिमी से अधिक दूर है, तो दोनों तरफ चलायमान ग्रैब बार प्रदान किए जाने हैं।
- 500-800 मिमी . के बीच की ऊंचाई पर स्वास्थ्य नल/हैंड हेल्ड स्प्रे उपलब्ध कराया जाना चाहिए



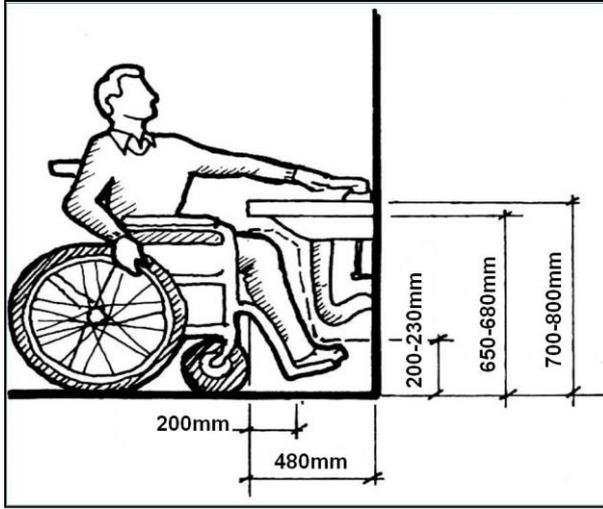
चित्र 16-1 सुगम्य शौचालय



चित्र 16-2 सुगम्य शौचालय का खाका

16.2 वॉशबेसिन

- इसका परिमाण 550 मिमी और 410 मिमी हो, इसे इस तरह लगाया जाए कि उपर का हिस्सा फर्श से 700 मिमी-800 मिमी के बीच हो; घुटने के लिए कम से कम 760 मिमी चौड़ी और 200 मिमी गहरी और 650-680 मिमी ऊंची की जगह हो।
- नलकों के लिए लीवर टाइप हैंडल का इस्तेमाल किया जाए।
- दर्पण का निचला हिस्सा फर्श से 1000 मिमी उपर होना चाहिए और बैठे हुए व्यक्ति के लिए ठीक से देखने के लिए यह दर्पण 250 कोणों पर झुकाया जा सके।



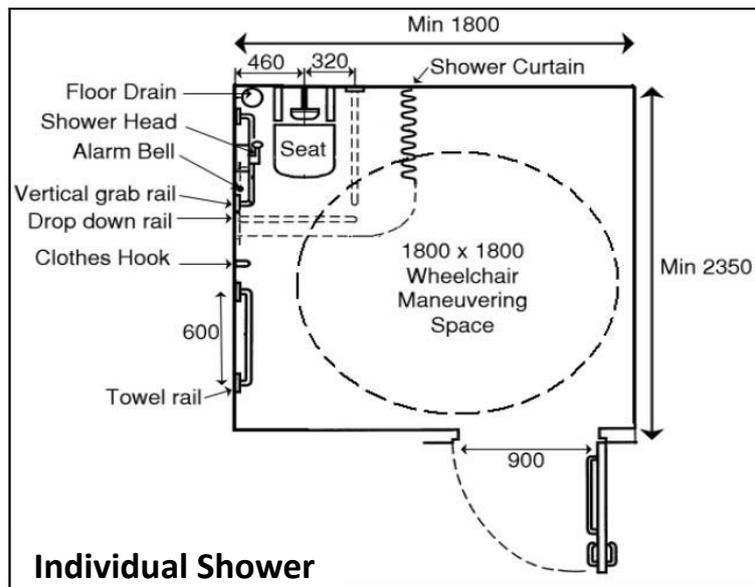
चित्र 16-3 सुगम्य वॉशबेसिन
(स्रोत: यूनेस्केप दिशानिर्देश)



फोटो 16-2 टैप के लिए लीवर हैंडल
(फोटो साभार: जूडी वी)

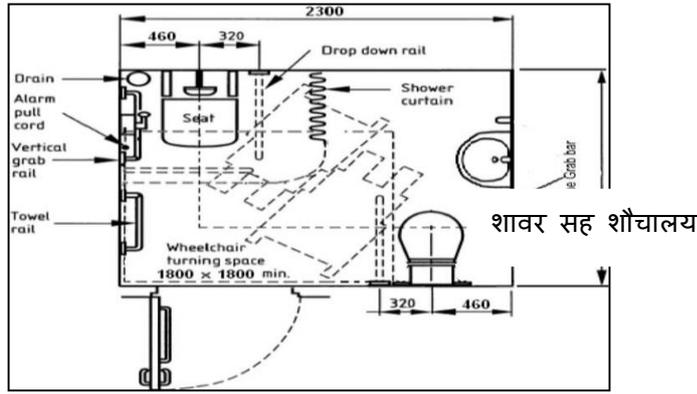
16.3 बाथरूम/चेंजिंग रूम

- शॉवर सह शौचालय यूनिट: न्यूनतम आंतरिक परिमाण 2300 मिमी x 2400 मिमी होना चाहिए।
- केवल शावर यूनिट: न्यूनतम आंतरिक परिमाण 1800 मिमी x 2350 मिमी होना चाहिए।



चित्र 16-4 अकेली शावर यूनिट

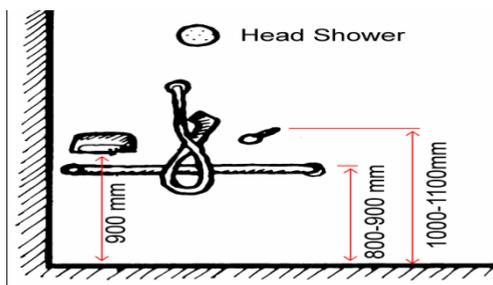
(स्रोत: यूनेस्केप दिशानिर्देश)



चित्र 16-5 शॉवर सह शौचालय

(यूएनईएससीएपी दिशानिर्देशों से अनुकूलित)

- शॉवर क्षेत्र: 800-900 मिमी पर पकड़ने के लिए एक सामानांतर रेलिंग होनी चाहिए।
- साबुन शेल्फ / ट्रे: 800-1000 मिमी ऊंचाई पर।
- नलका : 800-1000 मिमी ऊंचाई पर लीवर टाइप।
- फ्लेक्सिबल होज (हैंड शॉवर): शॉवर सीट/कुर्सी का उपयोग करने वाले व्यक्तियों की सुविधा के लिए 2000 मिमी का लंबा पाइप लगाया जाए।
- शॉवर स्प्रे: यह स्लाइड फिटिंग के साथ फ्लेक्सिबल होज से लगा हो और फ्लोर फिनिश से 800 मिमी -1000 मिमी तक की ऊंचाई पर हो जिसे सुविधानुसार रखा जा सके।
- शॉवर सीट: 600 मिमी x 600 मिमी लंबवत और सामानांतर रेल, शॉवर सीट से 900 मिमी दूर। सामानांतर रेल को फ्लोर फिनिश से 760mm ऊपर या शॉवर सीट से 200mm ऊपर रखा जाना चाहिए।
- पानी की उपलब्धता और उपयोग के अनुसार व्यक्तिगत अनुकूलन किया जाना चाहिए। उदाहरण के लिए, जहां बाल्टी और मग का उपयोग किया जाता है, उस पर बाल्टी रखने के लिए एक छोटी सी मेज प्रदान की जा सकती है जिसका उपयोग बैठे व्यक्तियों द्वारा स्नान के लिए किया जा सकता है।

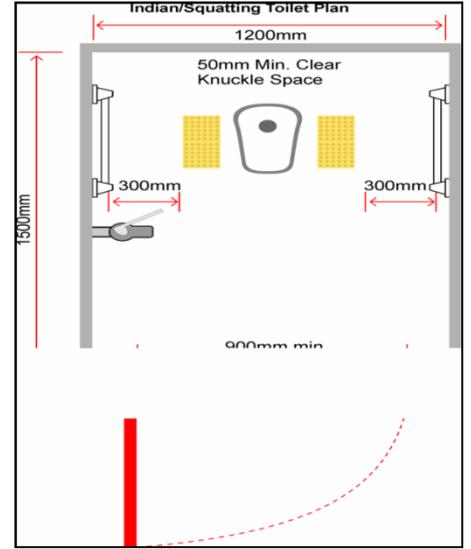


चित्र 16-6 हैंड हेल्ड शॉवर का परिमाण और स्थापना
(टेलीफोन)

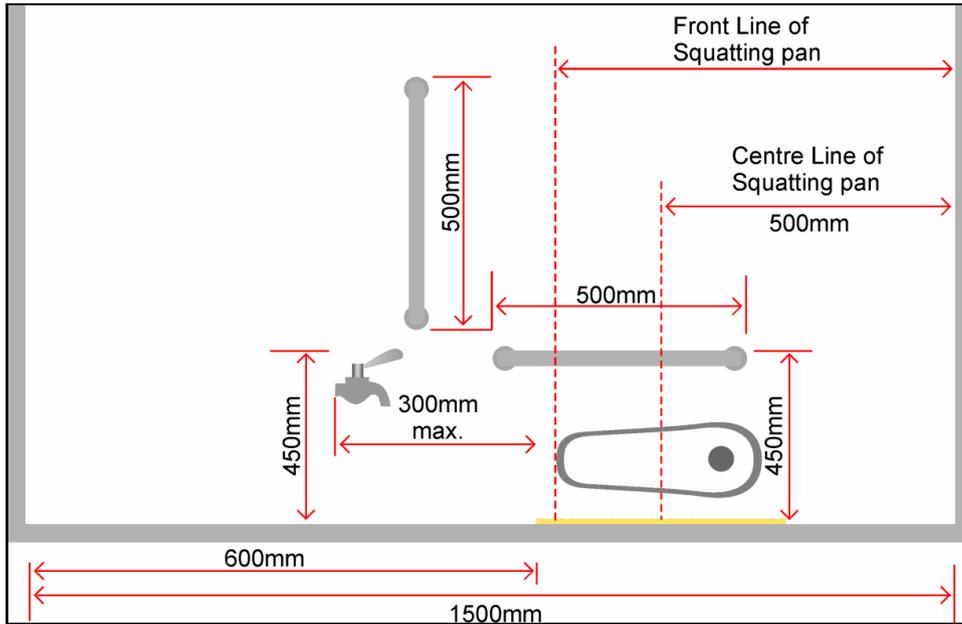
फोटो 16- सुगम्य चेंजिंग रूम

16.4 नीचे बैठने की सीट

- कई कस्बों और अर्ध-शहरी क्षेत्रों में, जहां जमीन पर गति उपकरणों का उपयोग किया जाता है, दिव्यांग लोग नीचे बैठने वाले शौचालय सीट पसंद करते हैं।
- 1200 मिमी x 1500 मिमी की स्पष्ट फर्श।
- वर्टिकल ग्रैब बार प्रदान किया जाना चाहिए, जो कम गति वाले व्यक्ति को नीचे बैठने और फिर खड़े होने में मदद करता है।
- सामानांतर ग्रैब बार प्रदान किया जाना चाहिए जो पानी लेने/सफाई के समय संतुलन बनाने और स्थिर करने में मदद करता है।
- स्वास्थ्य नल/हैंड हेल्ड स्प्रे 300-400 मिमी के बीच की ऊंचाई पर उपलब्ध कराया जाना चाहिए।



चित्र 16-7 बैठने की सुगम्य सीट का खाका और परिमाण



चित्र 16-8 नीचे बैठने वाले सुगम्य शौचालय का एक तरफ का चित्र

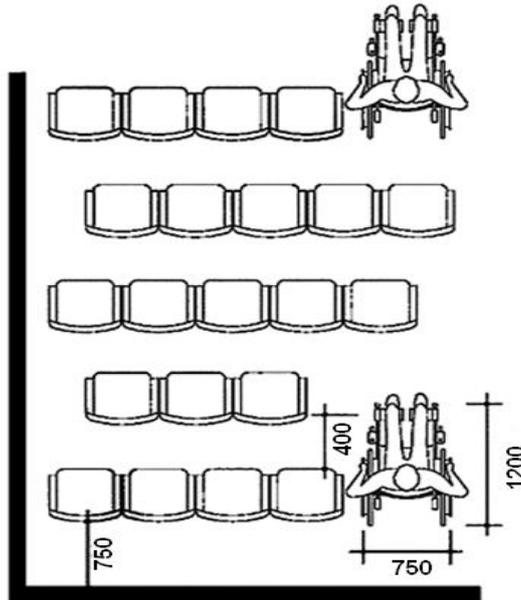
17. दर्शकों के बैठने की जगह

स्थिर सीटों वाले खेल केंद्रों और स्टेडियमों में दर्शकों के बैठने की जगह के लिए, बैठने की व्यवस्था में व्हीलचेयर उपयोगकर्ताओं के लिए निर्दिष्ट स्थानों की संख्या का अनुमान तालिका 17-1 के अनुसार लगाया जा सकता है:

तालिका 17-1: हॉल/स्टेडियम में व्हीलचेयर उपयोगकर्ताओं के लिए बैठने की व्यवस्था

बैठने की जगह में सीटों की संख्या	व्हीलचेयर उपयोगकर्ताओं के लिए अपेक्षित स्थानों की संख्या
600 तक	6 अर्थात 1/100
1000 तक	6 + 2
1000 से उपर	1000 सीटों की प्रत्येक अतिरिक्त वृद्धि के लिए 8+1

व्हीलचेयर उपयोगकर्ता या सीमित संचलन गति वाले व्यक्ति को समायोजित करने के लिए पंक्ति के छोर पर कुछ सीटों को हटाने योग्य या फ्लिप-अप आर्मरेस्ट वाली सीट प्रदान किया जाना चाहिए। पंक्ति के छोर पर व्हीलचेयर उपयोगकर्ताओं के लिए एक समतल फर्श क्षेत्र रखा जाना चाहिए और इन्हें विभिन्न स्तरों पर लगाया जाना चाहिए ताकि बैठने और देखने की विविध व्यवस्था हो (चित्र 17-1)।



चित्र 17-1 व्हीलचेयर के साथ बैठने की व्यवस्था

फोटो 17-1 साथी आगंतुकों के साथ व्हीलचेयर के लिए आरक्षित स्थान

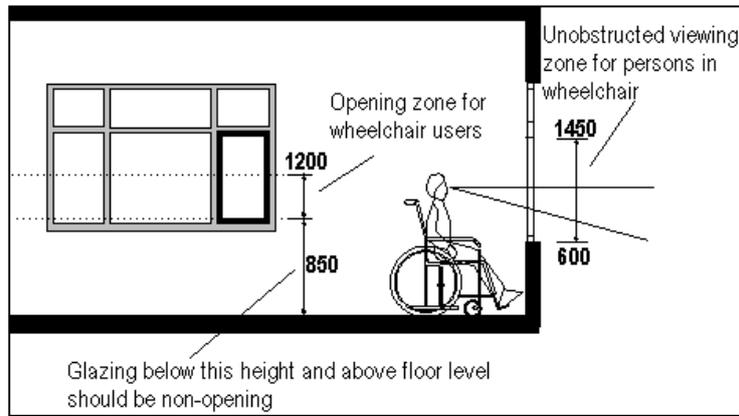
(स्रोत: यूनेस्केप दिशानिर्देश)

(फोटो स्रोत: समर्थम और जोसेफ क्वान)

18. आवासीय सुविधाएं

18.1 खिड़कियां

- खिड़कियाँ: ये कमरे के अंदर खुलनी चाहिए न कि गलियारे/संचलन क्षेत्र में
- उंचाई: खिड़की की उंचाई 600-1450 मिमी होनी चाहिए, जिससे निवासी बैठने या बिस्तर पर रहने के समय खिड़की बाहर देख सकें।
- उपयोग योग्य उपकरण: जैसे कि हैंडल, पुल, लैच और ताले:
 - 850-1200mm . के बीच लगाए जाएं
 - लीवर हैंडल और पुश टाइप हों
 - एक हाथ से खुलने योग्य हो, उंगली को ज्यादा जोर लगाने की आवश्यकता न हो, उपयोग के लिए कसकर पकड़ना न पड़े, चुटकी न करनी पड़े, या मोड़ना न पड़े;
- ब्लाइंड/पर्दे लगाकर चमकीली वस्तुओं और खिड़की से तेज चमक को दूर करें।
- मच्छरों को रोकने और दिव्यांग लोगों की सुरक्षा के लिए खिड़की के शीशों पर तार की जाली / गिल लगाई जाए।



चित्र 18-1 खिड़की

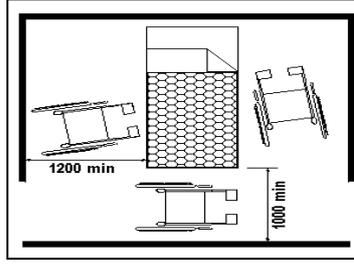
(स्रोत: यूनेस्केप दिशानिर्देश)

18.2 फिटिंग

- कमरा: 800-1000 मिमी के बीच की उंचाई पर लाइट/पंखे/एसी स्विच प्रदान किए जाएं।
- अलार्म: हर कमरे में ऑडियो और विजुअल (फ्लैशिंग बल्ब) अलार्म की सुविधा होनी चाहिए।

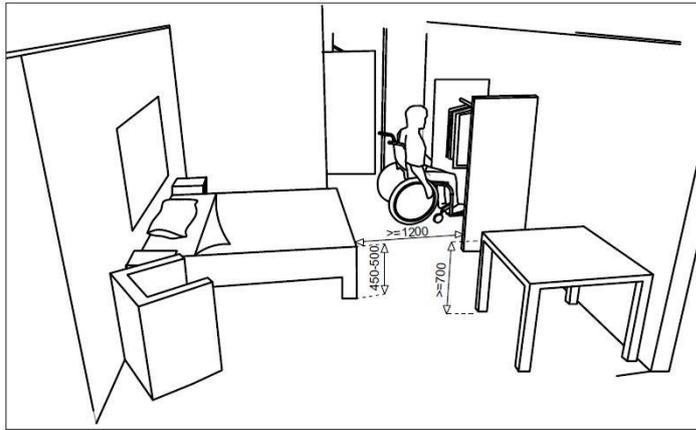
18.3 बिस्तर

- स्थिर बेड के बजाय सुविधानुसार इस्तेमाल योग्य बेड / मोबाइल बेड की सिफारिश की जाती है।
- व्हीलचेयर उपयोगकर्ता द्वारा सुगम्यता या निकलने के लिए या देखभालकर्ता द्वारा निकलने में सहायता करने के लिए बिस्तर के चारों ओर न्यूनतम 1000 मिमी-1200 मिमी स्थान होना चाहिए।
- गद्दे की उंचाई सहित बिस्तर जमीन से 450MM-480MM उंचा होना चाहिए; इससे व्हीलचेयर उपयोगकर्ता आसानी से निकल सकता है।
- 450MM-480MM की एक बेड-साइड टेबल होना चाहिए और इसे इस तरह से लगाया जाना चाहिए कि बिस्तर पर लेटा हुआ व्यक्ति आसानी से उस तक पहुंच सके।
- बिस्तर के पास 500-800 मिमी उंचाई के बीच के स्विच/सॉकेट (प्रकाश, पंखा, रात का बल्ब, अलार्म, एसी आदि सहित) उपलब्ध कराया जाना चाहिए।



चित्र 18-2 सिंगल बेड के आसपास व्हीलचेयर घुमाने की जगह

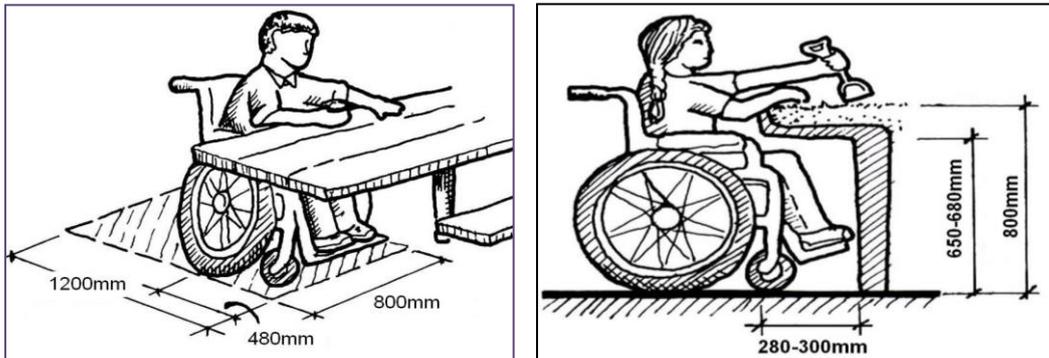
(स्रोत: यूनेस्केप दिशानिर्देश)



चित्र 18-3 सुगम्य डबल सीटर बेडरूम का खाका

18.4 बहु-उपयोगी मेज

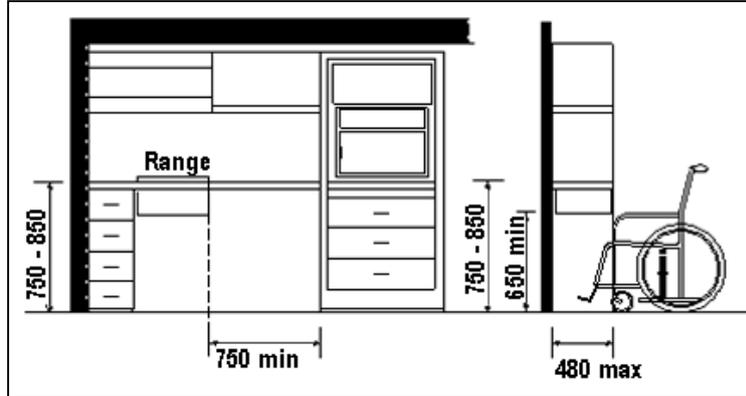
- एक्टिविटी/कंप्यूटर/डाइनिंग टेबल फर्श से 800 मिमी से अधिक ऊंची नहीं होनी चाहिए, घुटनों के लिए न्यूनतम 650-680 मिमी ऊंची और 280-300 मिमी गहरी जगह होनी चाहिए।
- टेबल के चारों ओर की जगह लगभग 1200mm x 800mm होनी चाहिए।
- चमकदार सतहों, जो चमक पैदा करें, के बजाय हल्के रंग की मैट फिनिश टेबल सतह की सिफारिश की जाती है।



चित्र 18-4 वर्किंग टेबल के लिए निकलने की जगह

पेंटी को दिव्यांग निवासियों द्वारा स्वतंत्र रूप से उपयोग करने के लिए डिज़ाइन किया जाना चाहिए।

- वर्किंग शेल्फ / कुकिंग रेंज: 750-800mm ऊंचाई पर।
- सिंक: व्हील चेयर उपयोगकर्ताओं के घुटनों और पैर की लिए 650mm की जगह के साथ 750-800mm ऊंचाई पर लगा हो।
- नल: लीवर हैंडल हो, जो सिंक के किनारे से 400 मिमी से अधिक दूर नहीं होना चाहिए।

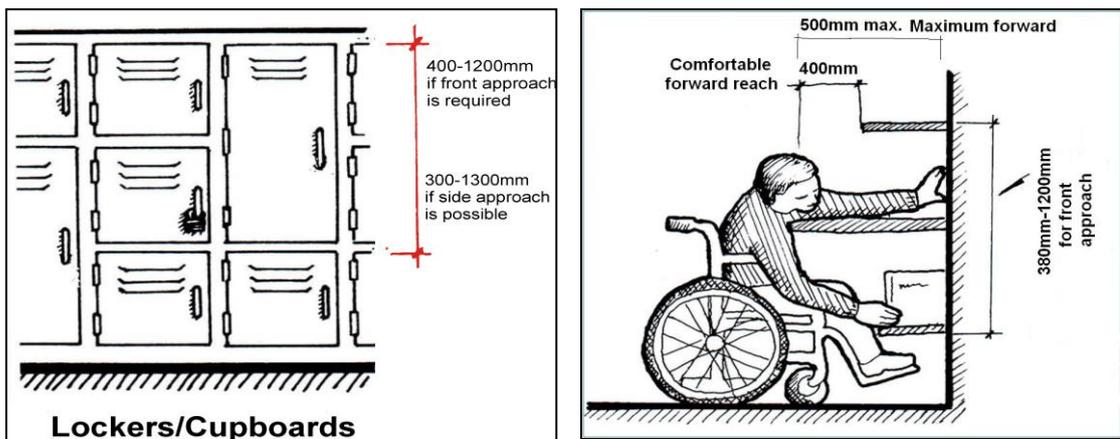


चित्र 18-5 सर्विग/कुकिंग काउंटर टॉप और कैबिनेट्स

(स्रोत: यूनेस्केप दिशानिर्देश)

18.5 भंडारण स्थान

- कमरे/गतिविधि क्षेत्र में, विभिन्न प्रकार के भंडारण स्थान (खाने, अलमारी और दराज) फर्श के स्तर से 340 मिमी -1200 मिमी होना चाहिए ताकि, सामने पहुंचा जा सके और साइड से पहुंचने के लिए यह 230-1300 मिमी होनी चाहिए।
- अलमारी और दराज के हैंडल डी-आकार के हैंडल के साथ लीवर लॉक होने चाहिए, जिसे सीमित पकड़ या खींचने की कम ताकत वाला व्यक्ति आसानी से पकड़ सकता है।
- व्हीलचेयर उपयोगकर्ताओं के लिए अलमारी/अलमारी के चारों ओर चलने और दरवाजे खोलने के लिए 900 मिमी-1200 मिमी का पर्याप्त फर्श स्थान प्रदान किया जाना चाहिए।
- सामने की आसान पहुंच के लिए 380-1200 मिमी की जगह सही होगी और वर्कटॉप पर अलमारियों की अधिकतम ऊंचाई 1300 मिमी से अधिक नहीं होनी चाहिए।

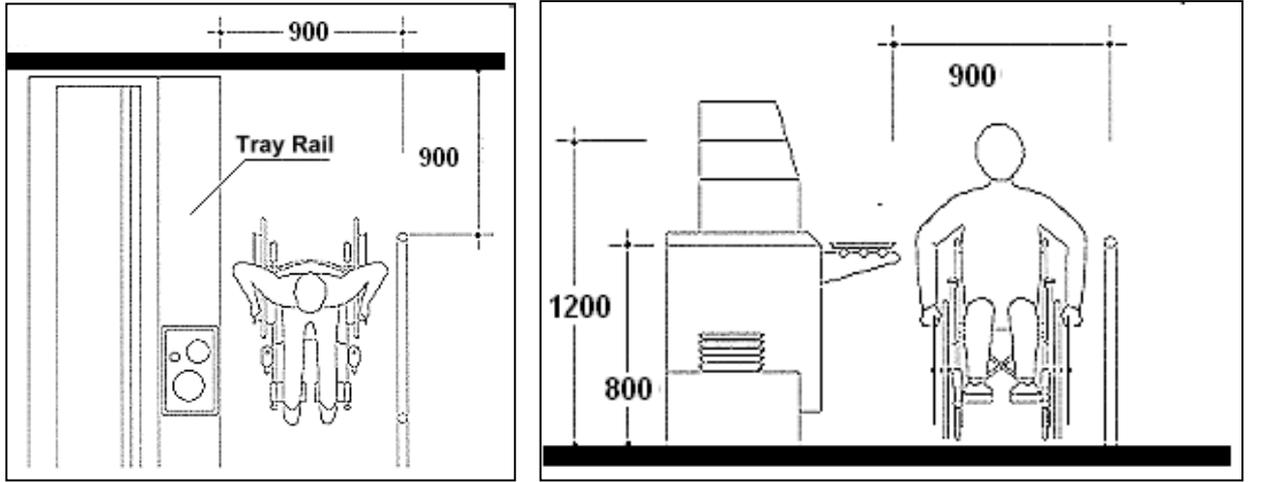


चित्र 18-6 भंडारण और लॉकर

(स्रोत: यूनेस्केप दिशानिर्देश)

18.6 भोजन क्षेत्र

- स्वयं-सेवा वाले भोजन क्षेत्रों में, व्हील चेयर उपयोगकर्ताओं के लिए ट्रे स्लाइड और काउंटर, फर्श से 800 मिमी पर लगाए जाने चाहिए। कम से कम 900 मिमी का गलियारा स्थान प्रदान किया जाना चाहिए (चित्र 18-7)।
- प्रत्येक कोने पर कैंटिलीवर टेबल या सीधे पैरों के साथ टेबल केंद्रीय पैडस्टल की तुलना में बेहतर होते हैं, जो व्हीलचेयर पहुंच को रोक सकते हैं।
- व्हीलचेयर और बैसाखी उपयोगकर्ताओं जैसे गति सहायता उपकरण उपयोगकर्ताओं के लिए स्टूल और ऊंची टेबल उपयुक्त नहीं हैं। कम ऊंचाई की टेबल भी प्रदान की जानी चाहिए।



चित्र 18 7 व्हीलचेयर गलियारा स्थान और स्वयं सेवा के लिए पहुंच की ऊंचाई

(स्रोत: यूनेस्केप दिशानिर्देश)

19. रोशनी चमक

रोशनी चमक का अर्थ है दो सतहों/वस्तुओं के बीच 26-30 एलआरवी (लाइट रिफ्लेक्शन वैल्यू) के अंतर से रखी गई पर्याप्त चमक और यह सभी के लिए विशेष रूप से दृष्टिबाधित व्यक्तियों के लिए सुविधाजनक है।

- इनके बीच अलग-अलग रंग दिए जाने चाहिए:
 - महत्वपूर्ण सतहें (दीवारें, छत और फर्श),
 - संकेत और पृष्ठभूमि संकेत फ्रेम/दीवार,
 - पौडियों के किनारे और राइजर/ पौडियों के तल्ले,
 - हैण्डरेल और पृष्ठभूमि की दीवार,
 - दरवाजे और आसपास की दीवारें,
 - स्विच/सॉकेट और पृष्ठभूमि की दीवार,
 - शौचालय जुड़नार, सहायक उपकरण और पृष्ठभूमि की दीवारें।
- रंगों और अलग-अलग चमक को शामिल करके बाधाओं और खतरों को देखें जाने योग्य बनाया जाना चाहिए।



फोटो 19-1 अलग-अलग चमकदार रोशनी



फोटो 19-2 रोशनी चमक

(तस्वीरें साभार: जोसेफ क्वान)

20. आपात निकास

आपातकालीन स्थितियों में, दिव्यांग व्यक्तियों को तुरंत सतर्क किया जाना चाहिए और उन्हें निकाला जाना चाहिए।

20.1 सुरक्षा

- चार दीवारी और खिड़कियाँ: इमारतों के लिए चारदीवारी और खिड़कियों, खुले क्षेत्रों, बालकनियों, छत आदि पर ग्रिल / जाल प्रदान करें।
- रेसिडुअल करंट सर्किट ब्रेकर (RCCB): इसे मुख्य विद्युत आपूर्ति में स्थापित किया जाना चाहिए ताकि बिजली के झटके की स्थिति में बिजली प्रवाह बंद हो जाएं।
- सुरक्षा प्रक्रियाएं: आसानी से समझ में आने वाले प्रारूपों में दी जाएं और निवासी की संचार आवश्यकताओं को ध्यान में रखना चाहिए।

20.2 आश्रय स्थल

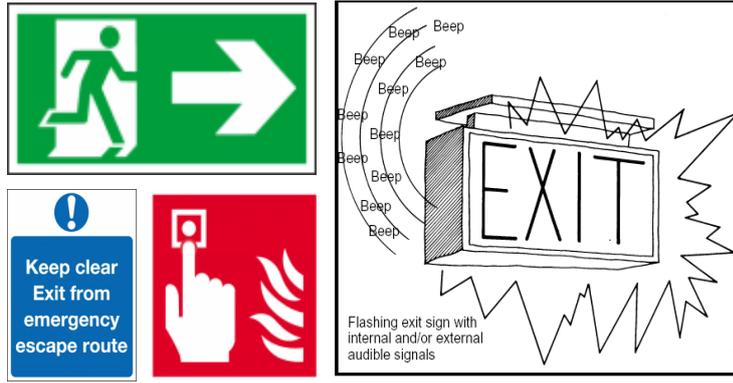
आग से बचने के लिए सीढ़ी से उतरने वाली जगह (लैंडिंग) पर अग्नि आश्रय स्थल प्रदान किया जाए, स्पष्ट संकेत के साथ दो-तरफा संचार उपकरणों, फ्लैशिंग बल्ब और ऑडियो सिग्नल से लैस, आपातकालीन स्थिति में आसानी से निकला जा सके।

न्यूनतम आवश्यकता के रूप में, आश्रय स्थलों में:

- बचने के मार्ग के लिए 1400mm x 900mm की स्पष्ट जगह खाली रहे, जहां एक ही आश्रय स्थान पर्याप्त माना जाता है।
- इमारत के अंदर की आग से, जहां आश्रय स्थल बाहर है, कोल्ड-स्मोक सील्स कंस्ट्रक्शन (इंटीग्रिटी एण्ड इन्सुलेशन) से सुसज्जित 30 मिनट के लिए आग रोधी सेल्फ-क्लोजिंग फायर डोर उपलब्ध कराया जाए।
- यह बचने के साधनों के लिए आवश्यक प्रत्येक संरक्षित सीढ़ी के भीतर हो या तत्काल सुगम्यता वाला स्थान हो।
- आश्रय स्थल और प्रबंधन नियंत्रण बिंदु के बीच जुड़ी एक दो-तरफा संचार प्रणाली हो।
- स्पष्ट संकेत हो जो यह दर्शाएं कि स्थान को आश्रय के लिए निर्दिष्ट किया गया है जिसमें फर्श के स्तर की पहचान भी शामिल है।
- आग लगने की स्थिति में प्रक्रियाओं संबंधी मार्गदर्शन प्रदान करने वाला एक नोटिस हो।
- **अलार्म उपकरण:** फायर अलार्म बॉक्स, आपातकालीन कॉल बटन और लिट पैनल रोशनीयुक्त सज्जित फर्श सतह से 800 मिमी और 1000 मिमी ऊंचाई के बीच स्थापित किए जाने चाहिए। ये पृष्ठभूमि की दीवार से पर्याप्त रूप से अलग रंग में होना चाहिए और इसमें उभरे हुए अक्षर और ब्रेल होने चाहिए।
 - 'आवाज निर्देश' के साथ श्रव्य अलार्म जो लोगों को निकटतम आपातकालीन निकास ले जाएं, प्रदान किया जाए।
 - श्रवण बाधित व्यक्तियों को सचेत करने के लिए गैर-श्रवण अलार्म (दृश्य या संवेदी) सभी क्षेत्रों (रसोई, शौचालय क्षेत्रों, आदि सहित) में महत्वपूर्ण स्थानों पर स्थापित किए जाने चाहिए।
 - चमकदार संकेत
 - वाइब्रेटिंग पिलो
 - वाइब्रेटिंग बेड

20.3 निकास मार्ग

- निकास मार्गों को स्पष्ट रूप से निर्धारित किया जाए जो कम से कम 1200 मिमी चौड़ा हो ताकि यह सुनिश्चित हो सके कि व्हीलचेयर का उपयोग करने वाला व्यक्ति और गैर-दिव्यांग व्यक्ति उस मार्ग में एक दूसरे से गुजर सकें। मार्ग में कोई भी स्तर अंतर नहीं होना चाहिए और इसे फर्नीचर, कूलर, एसी यूनिट, फूलदान आदि जैसी बाधाओं से मुक्त रखा जाना चाहिए।
- हरे रंग में आपातकालीन निकास लाइट और फर्श के पास लगे दिशा संकेतों को उन सभी लोगों के लिए उपयोगी पाया गया है जहां बहुत अधिक धुआं मौजूद हो।
- मार्ग में "निकास" संकेत का प्रयोग करें। निकास मार्ग में फर्श स्तर से 500 मिमी की ऊंचाई पर हाथ घुमाने वाले और तीरों वाले और दिशा संकेत स्थापित किए जाने चाहिए। इन्हें कॉरिडोर सर्किट से जुड़े विद्युत प्रकाश द्वारा आंतरिक रूप से प्रकाशित किया जाना चाहिए।



चित्र 20-1 बाहर निकलने के संकेत से

21. सुलभ सूचना एवं संचार सेवाएं और सुविधाएं

सम्पूर्ण खेल प्रणाली में कई सेवाएं हैं जिनसे शारीरिक सुगम्यता व्यर्थ हो सकती हैं, यदि इन पर ध्यान न दिया जाए। जिला, राज्य, राष्ट्रीय स्तर पर प्रदान की जाने वाली सेवाओं और बुनियादी ढांचे, जो अक्सर प्रतिस्पर्धी खेलों के अगले स्तर को तैयार करते हैं, का विवरण यहां दिया गया है:

21.1 सूचना और संचार

i. खेल के मैदान और खेल क्षेत्र की सुलभता

- एक मानचित्र जो आगंतुकों को अलग-अलग दिशाओं से स्टेडियम के प्रवेश द्वार तक अपनी सुगम्य पार्किंग तक पहुंचने के बारे में सूचित करता है, प्रदान किया जाना चाहिए।
- अपने पार्किंग स्थान को अग्रिम रूप से आरक्षित करने की सुविधा पोर्टल या ऐप के माध्यम से भी प्रदान की जा सकती है ताकि पहुंचने पर उन्हें जगह खोजने की चिंता न करनी पड़े।

ii. परिवहन सुविधाएं

- जो लोग सार्वजनिक परिवहन का उपयोग कर रहे हैं, उन्हें एक सुगम्य भूमिगत पार पथ मेट्रो प्रदान किया जा सकता है या क्षेत्र तक पहुंचने के लिए एक मानचित्र प्रदान किया जा सकता है।
- स्टेडियम या सार्वजनिक परिवहन के बारे में दिव्यांग लोगों के किसी भी प्रश्न का उत्तर देने के लिए प्रत्येक मुख्य प्रवेश द्वार पर स्थित आगंतुक सम्पर्क बूथ स्थापित करना और तदनुसार उनकी सहायता करना।

21.2 दिव्यांग दर्शक/खिलाड़ी

संवेदी संवेदनशीलता वाले लोग

- कार्यक्रम के बारे में जानकारी, संवेदी संवेदनशीलता वाले लोगों को अग्रिम रूप से प्रदान की जा सकती है, जिन्हें रोशनी या शोर के साथ समस्या है, संभावित चुनौतियों से अवगत होने के लिए उन्हें अनुरोध पर अग्रिम रूप से चेतावनी दी जा सकती है। इसकी पहले से जानकारी होने से वे सुरक्षित और नियंत्रण में महसूस कर सकते हैं।
- एक संवेदी कक्ष की उपलब्धता- उन लोगों के लिए एक शांत और सुखदायक स्थान हो, जिन्हें खेल की गतिविधियों की गति बहुत तेज और बहुत तीव्र होने पर शांति की आवश्यकता होती है। इस प्रकार डाउन सिंड्रोम, ऑटिज्म स्पेक्ट्रम आदि वाले लोग एक सुरक्षित आश्रय पा सकते हैं। शोर से सुरक्षित हेडफोन, ईयर प्लग, संवेदी खिलौने, कम रोशनी वाला कमरा उपलब्ध कराया जाएगा।

दृष्टि दिव्यांगता

- दृष्टिबाधित खिलाड़ियों के लिए ऑडियो विवरण
- दृष्टिबाधित व्यक्तियों के लिए ब्रेल लिपि में सूचना पुस्तिका उपलब्ध कराई जाएगी।
- स्टेडियम के बाहरी और आंतरिक भाग, दोनों के लिए दिशा मानचित्र (दृश्य और स्पर्शनीय) प्रदान करना।
- दिव्यांग लोगों को मानचित्र या ऐप का डाउनलोड करने योग्य संस्करण ऑडियो और विजुअल के साथ उपलब्ध कराया जा सकता है ताकि खिलाड़ियों को रास्ता खोजने में मदद मिल सके।

श्रवण दिव्यांगता

- श्रवण बाधित लोगों के लिए सहायक श्रवण यंत्र।
- श्रवण बाधित लोगों के लिए विशिष्ट घोषणाओं और/या सार्वजनिक संबोधनों के लिए क्लोज्ड कैप्शनिंग।
- संकेत भाषा दुभाषिया प्रदान किया जाएगा।
- दृश्य और पाठ्य जानकारी।

21.3 ऐप्स/वेब आधारित जानकारी

- सुविधाजनक कम ऊंचाई के काउंटर और व्यापारिक स्टैंड।
- बैठने की व्यवस्था
 - जमीन पर उचित दृश्य संकेतों के साथ बैठने के चिह्नित क्षेत्र हों।

- क्षेत्र को निर्दिष्ट किया जा सकता है या समावेश को बढ़ावा देने के लिए इसे सभी खंडों में दिया जा सकता है
- व्हीलचेयर ऑटो लॉक सुविधा होगी
- ऑटिज्म और गंभीर बौद्धिक अक्षमता वाले व्यक्तियों के लिए सीट बेल्ट की सुविधा।
- ऑनलाइन या ऐप सुविधा के माध्यम से टिकट की बुकिंग। आगमन बुकिंग के लिए अलग काउंटर उपलब्ध कराया जा सकता है
- शौचालय सुविधा
उपयोगकर्ताओं को विश्राम स्थल ले जाने के लिए ऐप में सरल दिशा की सुविधा होनी चाहिए।

21.4 कोच

- नैतिक आचरण जागरूकता और संवेदीकरण कार्यक्रम आयोजित करना होगा
- यदि किसी व्यक्ति को दिव्यांग व्यक्ति के साथ संवाद करने में कठिनाई आती है, तो एक दूसरे के साथ संवाद करने का सबसे अच्छा तरीका निकाला जाएगा।
- कोचों और स्वयंसेवकों को खेल से पहले किसी भी सहायता की आवश्यकता के बारे में प्रतिभागी के साथ बात करनी चाहिए। यह सामान्य जानकारी और सर्वोत्तम प्रक्रिया के लिए संगत राष्ट्रीय दान के संपर्क में आने में मदद कर सकता है।
- कोच जितना अधिक पहले से योजना बनाएगा, उतना ही अधिक सकारात्मक अनुभव दिव्यांग व्यक्ति को होगा।
- सभी दिव्यांग लोगों के पास दिव्यांगता वाले खेल या मुख्यधारा के खेल के बीच चुनने का विकल्प होना चाहिए। सभी योग्यताओं के लोगों के स्वागत के लिए सभी सुविधाएं और गतिविधि कार्यक्रम समावेशी होने चाहिए।

21.5 एथलीटों और खिलाड़ियों के लिए सुगम्य भाग

क) प्रशिक्षण के दौरान

- उपयोग में न होने पर व्हीलचेयर रखने के लिए एक क्षेत्र निर्धारित किया जाना चाहिए।
- मैदान के निकट वर्दी बदलने की सुविधा की व्यवस्था की जा सकती है
- सुगम्य शौचालय की सुविधा प्रशिक्षण क्षेत्र के पास होनी चाहिए ताकि एथलीटों और खिलाड़ियों को लंबी दूरी तक चलने की जरूरत न पड़े।
- सुविधाओं के क्षेत्रों को दर्शाने वाले सचित्र संकेत प्रदर्शित किए जाने चाहिए और मार्गदर्शन और सहायता के लिए स्वयंसेवक प्रदान किए जाने चाहिए
- जब भी आवश्यक हो, प्रशिक्षण के दौरान प्रशिक्षित गाइडों या स्वयंसेवकों द्वारा भौतिक रूप में सहायता प्रदान की जाएगी।
- एथलेटिक जोन, जिम, वेलोड्रोम, आंतरिक और बाहरी खेल सुविधाओं में सुगम्यता भाग होंगे।

ख) अन्य विशिष्ट जरूरतें

- चिकित्सा और उपचार क्षेत्रों में वाशरूम और चेंजिंग रूम सहित सभी सुगम्य भाग होंगे।
- भंडारण क्षेत्र में उपकरण भंडारण के लिए चौड़े दरवाजे होंगे और खेल और प्रशिक्षण उपकरण रखने के लिए मानव सहायता उपलब्ध कराई जाएगी।
- युवा एथलीट के खेलने के लिए स्टेडियम में मनोरंजन क्षेत्र
- संवेदी उपकरण या विकासात्मक खेल उपकरण प्रदान किए जा सकते हैं
- संशोधित उपकरण, आवश्यकता-आधारित और दिव्यांगता को प्रकार आधारित उपकरण उपलब्ध कराया जाएगा
- यदि मध्यम या गहन एथलीट अभ्यास कर रहे हैं तो माता-पिता के लिए प्रशिक्षण क्षेत्र के पास बैठने की व्यवस्था।
- प्रशिक्षित प्रशिक्षक, जिन्हें उस स्थल के बारे में जानकारी है, को एथलीट को प्रशिक्षण देना चाहिए
- प्रशिक्षण कार्यक्रम के बारे में संपर्क जानकारी और समय के साथ ऐप के माध्यम से या प्रवेश बूथ पर जानकारी प्रदान की जा सकती है।

- प्रशिक्षण के बारे में जानकारी सरल भाषा में प्रदान की जानी चाहिए और स्वयंसेवक और यदि आवश्यक हो तो प्रशिक्षक उनकी समझ के अनुसार उन्हें सरल भाषा में जानकारी समझाने में सक्षम होना चाहिए।

ग) पाठ्यचर्या

- बौद्धिक अक्षमता वाले लोगों सहित सभी के लिए खेल स्थल को सुगम्य बनाने के लिए प्रशिक्षण पाठ्यक्रम, निम्नलिखित कदम उठाए जाएंगे:
- निर्देश को सरल बनाया जाएगा और सरल उपाय किए जाएंगे।
- निर्देश व्यावहारिक रूप से दिए जाने चाहिए और उनकी समझ के अनुसार उन्हें समझाया जाना चाहिए।
- जब भी संभव हो, अवधारणा की समझ को आसान बनाने के लिए सचित्र मॉडल प्रदान करने की सलाह दी जाती है।
- स्कूल शिक्षक को खेल शिष्टाचार पर प्रशिक्षण प्रदान किया जाना चाहिए और कोचों या प्रशिक्षक को दिव्यांगता संबंधी प्रशिक्षण प्रदान किया जा सकता है।
- प्रशिक्षण मैनुअल ब्रेल लिपि में भी उपलब्ध कराया जाएगा।
- संकेत भाषा के दुभाषिए उपलब्ध कराए जाएंगे।

घ) सुरक्षा

- प्रशिक्षण मैदान के पास मेडिकल रूम होना चाहिए या उस कमरे तक पहुंचने का आसान रास्ता होना चाहिए।
- प्रशिक्षित चिकित्सक उपलब्ध कराया जाना चाहिए।
- पर्याप्त स्वयंसेवक/प्रशिक्षक प्रदान किए जाने चाहिए, ताकि उन्हें सुरक्षा संबंधी जानकारी बहुत ही सरल और आसानी से समझ में आने वाली भाषा में समझाई जा सके।

ड.) प्रतियोगिता के दौरान

- अच्छी तरह से डिजाइन की गई खेल सुविधाओं को प्रोत्साहित करें जो खेल की जरूरतों को पूरा करती हों और जिनका उपयोग करना सुखद हो।
- चेंजिंग रूम से गतिविधि क्षेत्र जैसे स्पोर्ट्स हॉल या आउटडोर/इनडोर तक का मार्ग सुगम्य होना चाहिए।
- ऑडियो और विजुअल सुविधा के साथ स्कोर बोर्ड।
- अवार्ड पोडियम में सभी सुगम्य विशेषताएं होंगी जैसे रैंप, हैण्डरेल और स्पर्श के साथ पौडियां, और घोषणाओं के लिए ऑडियो सिस्टम के साथ डिजिटल।
- चेंजिंग रूम से शॉवर क्षेत्र के लिए सीधी पहुँच प्रदान की जाती है।
- शौचालय की व्यवस्था चेंजिंग एरिया के बहुत निकट हो।

च) लॉकर्स

- अलग-अलग ऊंचाई पर पर्याप्त लॉकर स्थापित किए जाएं और खेल बैग रखने के लिए चौड़ी जगह हो न्यूनतम आरक्षित सुगम्य लॉकर 1:10 होंगे।
- ताले और लॉकरों में स्पष्ट रूप से दिखाई देने वाले और उभरे हुए नंबर होने चाहिए जिन्हें दृष्टि या स्पर्श से पढ़ा जा सके।
- जहां लॉकरों के बड़े बैंक हों, वहां किसी न किसी रूप में अनुकूलन सहायता दी जानी चाहिए।
- जहां भी उभरे हुए अक्षरों का प्रयोग किया जाता है वहां ब्रेल लिपि का प्रयोग किया जाना चाहिए।

छ) फ़्लोरिंग

- चमकदार सतहों से बचना चाहिए। चमकारा और चमक लोगों के लिए होठों की भाषा पढ़ना मुश्किल बना देते हैं।
- रंग अन्तर से अधिकतम लाभ प्राप्त करने के लिए मैट या मिड-शीन फ़िनिश का उपयोग करें।

ज) स्विमिंग पूल

- सभी पूलों को, सभी गतिविधियों में दिव्यांग तैराकों के अनुकूलन की दृष्टि से डिजाइन किया जाना चाहिए।

- प्रबंधन को अतिरिक्त सहायता के साथ एकीकृत तैराकी सत्र, साथ ही उन लोगों के लिए 'विशेषज्ञ' सत्र भी प्रदान करने चाहिए जिन्हें विशेष सहायता की आवश्यकता होती है या जो अलग-अलग गतिविधियों को पसंद करते हैं।
- दिव्यांग तैराक के लिए स्वीमिंग पूल परिसर से जाने वाला मार्ग एक गैर-दिव्यांग तैराक के समान होना चाहिए।
- गीले फर्श की सतहों पर नंगे पैर होना, चलने-फिरने में अक्षम लोगों के लिए आवाजाही को अधिक कठिन और अधिक खतरनाक बना देते हैं। सतह को फिसलन मुक्त होना चाहिए और गिलेपन को सोखने वाला मैट प्रदान किया जा सकता है
- दिव्यांग लोग अक्सर पूल परिवेश में आत्म-सचेत हो सकते हैं क्योंकि वे अपने सहायक उपकरणों के बिना हो सकते हैं, शारीरिक रूप से अनाश्रित हो सकते हैं, और उन्हें पूल में प्रवेश करने के लिए सहायता की आवश्यकता हो सकती है। पूल लिफ्ट/होइस्ट ऐसे सहायक उपकरण हैं जो पूल में प्रवेश करने में सहायता करते हैं (फोटो 21-1)।



फोटो 21-1 पूल लिफ्ट और होइस्ट

(तस्वीरें साभार: जूडी वी)

21.6 क्षमता निर्माण और जागरूकता बढ़ाने का प्रशिक्षण

- अनिवार्य दिव्यांगता समावेशी प्रक्रियाओं को बढ़ावा दिया जाएगा और इसमें प्रशिक्षकों, कर्मचारियों, मानव संसाधन, स्थायी और संविदा कर्मचारियों और दिव्यांग खिलाड़ियों के साथ सीधे संपर्क में आने वाले किसी भी अन्य कर्मियों के लिए विभिन्न स्तरों पर क्षमता निर्माण प्रशिक्षण शामिल है।
- दिव्यांगता शिष्टाचार, शब्दावली, उपकरणों संभालने, रास्ता ढूँढने में मार्गदर्शन संबंधी प्रशिक्षण, आगंतुकों और दिव्यांग खिलाड़ियों को शौचालय से निकलने में उनकी सहायता करना इसके कुछ उदाहरण हैं।
- सभी कर्मचारियों और स्वयंसेवकों को आपदा प्रबंधन जोखिम कम करने और आपदाओं के दौरान दिव्यांग व्यक्तियों को निकालने में प्रशिक्षित किया जाएगा।
- दिव्यांगता संवेदीकरण सत्र, कर्मचारी अधिष्ठापन कार्यक्रम का हिस्सा हैं।
- स्टाफ को दिव्यांग व्यक्तियों की सहायता करने के लिए प्रशिक्षित किया जाता है, जिसमें अभिगम अक्षमता वाले व्यक्ति भी शामिल हैं।
- स्वागत स्टाफ को बुनियादी भारतीय संकेत भाषा में प्रशिक्षित किया जाता है।
- कर्मचारी उपलब्ध सुलभ सुविधाओं से अवगत हैं और वे इन्हें संचालित करने का तरीका जानते हैं
- सभी दिव्यांगता क्षेत्रों के लिए परिसर में कुशल तत्काल सहायता उपलब्ध है जहां इसकी आवश्यकता हो सकती है।
- खेल सुविधाओं में कोई प्रभारी, दिव्यांगता फोकल व्यक्ति होता है जो दिव्यांग कर्मचारियों और ग्राहकों की चिंताओं का प्रबंधन करता है।

21.7 सुगम्य मैदान और उपकरण

- बुनियादी ढांचे और सार्वजनिक सुविधाओं की सुगम्यता के अलावा, दिव्यांग खिलाड़ियों के लिए सुगम्य उपकरण, खेल/खेल मैदान, स्विमिंग पूल, रेस ट्रैक, टेनिस कोर्ट आदि अनिवार्य रूप से उपलब्ध कराए जाएंगे।
- सभी सुगम्यता उपकरणों की नियमित रूप से जांच की जाती है और उनका रखरखाव अच्छी तरह से किया जाता है।

21.8 संबद्ध सेवाएं

- खेल आयोजनों/खेलों/परीक्षाओं के आयोजन के लिए मानक/जांच सूची, यात्रा, ठहरने, खिलाड़ियों और दर्शकों - दोनों के रूप में दिव्यांग व्यक्तियों की गरिमा और सम्मान को सुनिश्चित करते हुए, स्थान की सुगम्यता का उपयोग इन दिशानिर्देशों में दिए गए विवरण के अनुसार किया जाएगा।
- खेल में शामिल होने, आयोजनों के लिए पंजीकरण और सम्पूर्ण प्रणाली, जिसमें दिव्यांग व्यक्ति एक खेल चुन सकता है, और जिसमें राज्य/संघ राज्य क्षेत्र और केंद्रीय स्तर पर आगे बढ़ने के लिए मार्गदर्शन करने और उसे अगला कदम उठाने में मदद करने के लिए परामर्श सेवा सुलभ होगी, के लिए सुलभ और दिव्यांगता समावेशी प्रक्रियाएं प्रदान की जाएगी।
- वरिष्ठ दिव्यांग खिलाड़ियों को खेल कोच प्रशिक्षण की व्यवस्था प्रदान की जाएगी।
- वेब/मोबाइल एप्लिकेशन, खेल और इसके विभिन्न रूपों के बारे में जानकारी तक पहुंच को बढ़ावा देने और प्रशिक्षण और प्रतियोगिताओं के लिए पंजीकरण/भागीदारी, फॉर्म भरने, दस्तावेजों और क्रेडेंशियल्स आदि को अपलोड करने के लिए वेबसाइट प्रदान की जाएगी।
- दिव्यांग व्यक्तियों के लिए अभ्यास सत्र, खेल आयोजनों में भाग लेने और ठहरने/होटल क्षेत्रों से कार्यक्रम क्षेत्रों तक यात्रा करने के लिए सुगम्य परिवहन सेवाओं की आवश्यकता प्रदान की जाएगी।

21.9. अनुकूलित खेल उपकरण

- शारीरिक गतिविधि कार्यक्रम, विविध और प्रकार की दिव्यांगताओं के लिए उपयुक्त उपकरण का अधिग्रहण, उपयोग और रखरखाव किया जाएगा। उदाहरण के लिए, ट्रैक और फील्ड एथलीटों में, विशेष रेसिंग व्हीलचेयर और थ्रोइंग फ्रेम या विशेष कृत्रिम अंग व्यवस्था करने की आवश्यकता है। व्हीलचेयर बास्केटबॉल और व्हीलचेयर टेनिस के लिए, एथलीटों को विशेष रूप से डिज़ाइन किए गए और बहुत हल्के व्हीलचेयर की आवश्यकता हो सकती है।
- इसलिए, दिव्यांगता और खेल विशिष्ट अनुकूलित उपकरण और सहायक उपकरण नीति, खरीद नियमों / विनियमों में निर्दिष्ट की जानी चाहिए, और इन्हें दिव्यांग व्यक्तियों की व्यक्तिगत आवश्यकताओं के अनुसार प्रदान और अनुकूलित किया जाना चाहिए। ऐसे कोच/गाइड होंगे जो निरंतर/आवश्यकता के आधार पर समायोजनों का सत्यापन और समर्थन करेंगे।

21.10 आपदा प्रबंधन योजना

- सभी प्रवेश और निकास बिंदुओं को अच्छी तरह से प्रदर्शित किया जाएगा
- अग्निशामक यंत्र और निकास योजना ब्रेल में होनी चाहिए और ऑडियो संस्करण उपलब्ध कराया जाएगा

21.11 जांच सूची- सूचना और संचार

1.क	भवन/सेवा के बारे में जानकारी प्रदान करने वाली वेबसाइट वेब सुलभता मानकों का अनुपालन करती है।
1.ख	चित्रलेख के साथ भवन में सुलभ सुविधाओं के विवरण की सूचना दी गयी है।
2.	सभी प्रकाशन/ब्रोशर वैकल्पिक सुलभ प्रारूपों में उपलब्ध हैं जैसे: ब्रेल/बड़े प्रिंट/ऑडियो/चित्रकारी/पढ़ने में आसान/साधारण भाषा/हिंदी और अंग्रेजी और स्थानीय भाषा में उपलब्ध। - सुलभ इलेक्ट्रॉनिक प्रारूप जिन्हें ईमेल या मोबाइल प्लेटफॉर्म पर साझा किया जा सकता है।
3	मुद्रित सेवा से संबंधित दस्तावेज़ जैसे प्रपत्र; मेनू कार्ड, आदि सुलभ प्रारूपों में हैं।
4.	फॉर्म को सुलभ सॉफ्टवेयर के माध्यम से इलेक्ट्रॉनिक रूप से भरा जा सकता है।
5.	यदि आवश्यक हो तो लिखित प्रपत्र भरने के लिए अतिरिक्त सहायता उपलब्ध है।
6.	स्टाफ को भारतीय संकेत भाषा की व्याख्या में प्रशिक्षित किया गया है। यदि नहीं, तो कॉल पर संकेत भाषा के व्याख्याकर्ता उपलब्ध हैं।
7	सहायक तकनीक जैसे लूप इंडक्शन सिस्टम, ऑडियो ओरिएंटेशन टूल, कैप्शनिंग या संकेत भाषा के साथ व्याख्यात्मक वीडियो, व्हीलचेयर आदि उपलब्ध हैं।
8.	कम दृष्टि वाले व्यक्तियों और श्रवण बाधित व्यक्तियों के लिए पर्याप्त और एक समान प्रकाश व्यवस्था और कोई चमक नहीं या काले धब्बे नहीं हैं की स्थिति हो।
9.	उपरोक्त सभी प्रावधानों में विभिन्न संस्कृतियों, अभिगम की अक्षमता वाले व्यक्तियों, औपचारिक रूप से शिक्षित नहीं होने वाले व्यक्तियों के लिए पर्याप्त सहायता उपलब्ध है।
10.	आगंतुकों/दिव्यांगजनों के लिए शिकायत दर्ज करने या सुझाव देने की एक प्रक्रिया है।