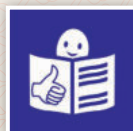


ILLIK, NEM ILLIK

A közlekedés illemtana





Illik, nem illik – A közlekedés illemtana

Könnyen érthető kiadvány

Kiadja: Down Alapítvány

1145 Budapest, Amerikai út 14.

Telefon: (061) 363 6353

E-mail: down@downalapitvany.hu;

Web: www.downalapitvany.hu

Adószám: 18005282-1-42

Bankszámlaszám: 10918001-00000013-38730007

Felelős Kiadó: Dr. Gruiz Katalin

Írta: „Akadálymentes közlekedés” projekt-csapat

A rajzokat készítette: Sebestyén Diána



Fogyatékos Személyek
Esélyegyenlőségéért
Közhasznú Nonprofit Kft.

A kiadvány az FSZK támogatásával készült a Down Alapítvány
„Mentálisan Akadálymentes közlekedés” projektjéhez





Tartalom

Hogyan viselkedjünk az utcán?	4
Hogyan viselkedjünk a járműveken?	18
Hogyan viselkedjünk utazásnál?	31
Hogyan viselkedjünk külföldön?	35
Hogyan viselkedjünk szabadidős programokon?	41





Hogyan viselkedjünk az utcán?



Ha gyalog járunk az utcán, akkor is be kell tartani:

- a közlekedési szabályokat és
- az illemszabályokat!

A közlekedési szabályok betartásával megelőzhetjük a baleseteket.

Az illemszabályok arról szólnak, hogy hogyan viselkedjünk más emberekkel vagy emberek között.

Az illemszabályokat ugyanúgy be kell tartanunk, mint a közlekedési szabályokat.

Az illemszabályok betartásával elkerülhetjük

- az emberek rosszalló tekintetét, megjegyzéseiket;
- hogy nem megfelelő viselkedésünk miatt kellemetlen helyzetbe kerülünk.

Mi is akkor érezzük jól magunkat, ha illedelmesen viselkednek velünk.






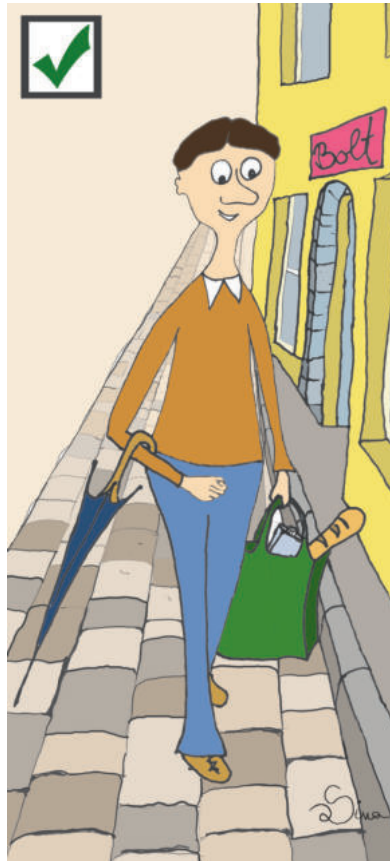
Mi illik az utcán?

Ha kilépünk az utcára, öltözetünk legyen

- tiszta,
- rendezett,
- az időjárásnak megfelelő.

Fésülködjünk meg indulás előtt. Mindig tiszta, rendezett hajjal menjünk utcára.

 Akkor is öltözködjünk szépen, tisztán, rendezetten, ha csak a sarki boltba szaladunk le.





Szabályok és jótanácsok

- Ha gyalogosan közlekedünk, mindig haladjunk a járda jobb oldalán.
- Ha szembe jön valaki, térjük ki előre, nehogy összeütközzünk.
- Ha a szembe jövő kitér előlünk, udvariasan köszönjük meg.
- Ha ketten megyünk, ne foglaljuk el az egész járdát, hagyjunk helyet a szembejövőknek.
- Háromnál többen ne sétáljunk egymás mellett a járdán.
- Ha egy férfi és egy nő szűk járdán nem fér el akadály miatt, a férfinak illik előreengedni a nőt.
- Illik félre állni, ha szembe jönnek velünk babakocsival, kerekesszékkal, vagy nagy csomaggal.
- Ha esernyőt viszünk, összecsukva tartsuk magunkhoz közel, nehogy megsértsen valakit. Ne hadonásszunk vele, ne lóbáljuk.



Szabályok és jótanácsok



Ha sétáltatott kutyával szeretnénk barátkozni, akkor először kérdezzük meg a gazdáját, megsimogathatjuk-e.

Ha megengedi, óvatosan szagoltassuk meg a kezünket a kutyával.

Ezután is csak akkor simogassuk meg, ha nem morog és csóválja a farkát.

Váratlanul rárontani egy utcán sétáló kutyára nem csak illetlenség, de veszélyes is!



Hogyan illik köszönni?

Ha az utcán ismerőssel találkozunk, köszöntsük. Szerényen, halkán, köszönjük neki, ne hangosan kiabálva!

Idős embereket, hölgyeket előre köszöntsük, ne várjuk, hogy ők köszönjenek elsőként!

Idegeneknek nem kell köszönnünk.

Előfordulhat, hogy ismeretlen ember ránk köszön az utcán. Ilyenkor illik neki visszaköszönni. Ismerhet minket akkor is, ha mi nem ismerjük fel őt.

Férfiak kezet rázhatnak, a lányok puszilkodhatnak.

Mások közlekedését ne akadályozzuk azzal, hogy leállunk egymást üdvözölni és beszélgetni az utcán.

Ha sokáig beszélgetünk, akkor álljunk félre:

- menjünk egy kevésbé forgalmas utszakaszra;
- üljünk le egy padra egy parkban;
- menjünk be egy cukrászdába.





Hogyan illik köszönni?

A köszönéssel azt jelezzük, hogy észrevettük egymást.

Köszönjünk mindig a napszaknak megfelelően.

- Reggel 10 óráig: „Jó reggelt kívánok!”
- Délelőtt, délután: „Jó napot kívánok!”
- Este 6 óra után: „Jó estét kívánok!”
- Elköszönésnél: „Viszont látásra!”

Akivel tegező viszonyban vagyunk, azt köszöntjük így: „Szervusz!”, vagy „Szia”.

Barátok között más, megszokott köszönések is lehetségesek, például „Helló!”, „Szióka!”, „Sziasztok”, „Csaó” vagy „Csá”, stb.

Ha zavarba jövünk, emiatt hirtelen nem tudjuk hogyan köszönjünk, akkor használjuk az „Üdvözlöm!” vagy „Tiszteletem!” köszöntést.

Idősebb hölgyeknek mondjuk, hogy „Kezét csókolom!”, vagy egyszerűen csak „Csókolom!”.

A köszönés elmulasztása a legnagyobb illetlenség!





Nem illik az utcán hangoskodni!

- Az utcán közlekedve nem illik hangoskodni.
- Ne kiabáljunk, ne énekeljünk hangosan!
- Ne hadonásszunk kezünkkel beszéd közben!
- Ha telefonálunk sétálás közben, ne ordítsunk a telefonba. Ha nem hallja a másik, amit mondunk, hívjuk vissza később, amikor csendesebb helyre értünk.




- Nem illik hangos megjegyzéseket tenni más emberekre.
- Nem illik mások beszélgetésébe beleszólni, vagy belehallgatni.
- Nem illik az utcán hangosan zenét, vagy rádiót hallgatni.








Nem illik az utcán enni!

Nem illik az utcán gyaloglás közben étkezni! Nekünk is kényelmetlen, könnyen leeshetjük a ruhánkat és másokat is összezsírozhatunk, összekenhetünk az étellel.

 Ha megéhezünk útközben, térjünk be egy pékségbe, vagy étkezdébe. A boltban kihelyezett asztaloknál fogyasszuk el az ennivalót.

 Ha csomagolt ennivalót, például szendvicset viszünk magunkkal, és nagyon megéhezünk, akkor keressünk egy parkot. A parkban egy padon ülve kultúráltnan fogyasszuk el a szendvicseinket.

 Ha rosszul vagyunk, vagy betegségünk miatt hirtelen kell ennünk valamit, akkor ezeket az illemszabályokat nem kell betartani.

 Ha betegség miatt útközben kell étkeznünk, vigyünk magunkkal apró, egy harapásra megehető ennivalót. Például aprósüteményt, köles golyót, kis szelet csokit.



Nem illik az utcán szemetelni!



Az utcán nem illik eldobálni a hulladékot.

 Keressünk egy utcai hulladékgyűjtőt vagy szemetes kukát, és abba dobjuk a hulladékot.

Ha nem találunk hulladékgyűjtőt, tartsuk a szemétünket mindaddig magunknál, amíg nem találunk egy szemetes edényt. Addig betehetjük a hulladékot a zsebünkbe, vagy a táskánkba ha az nem nagyon piszkos, maszatos.

Ismerőseinket, barátainkat is figyelmeztessük udvariasan, ha látjuk hogy eldobják a hulladékot az utcán.

Nem csak gyalogosan nem illik szemetelni, de járműből, villamosból, buszból vagy kocsiból szemetet kidobni szigorúan tilos! Ezzel komoly sérülést, balesetet okozhatunk másoknak.



Nem illik vakarózni, tollászkodni!

Az utcán nem illik vakarózni!



Ha mégis nagyon viszket valamink, akkor óvatosan, feltűnés nélkül finoman vakarjuk meg egy félreeső helyen.

Az utcán nem illik intim ruhadarabokat igazgatni! Például a fehérneműnket, a harisnyánkat felhúzni.



Ha mégis szükséges, mert lecsúszott, akkor keressünk egy WC-t, vagy egy félreeső helyet, és ott igazítsuk meg.

Nem illik az utcán testápolást végezni, például fésülni, körmöt vágni, reszelni, tisztítani.

Nem illik a szánkban, fülünkben, orrunkban turkálni.

Nem illik az utcán cipőt tisztítani.



Ezekkel várjuk meg, amíg hazaérünk.





Mi nem illik az utcán?

- Nem illik az utcán köpködni.



Ha mégis arra kényszerülünk, hogy valamit kiköpjünk, vegyünk elő egy zsebkendőt, és abba köpjünk, feltűnés nélkül. Utána töröljük meg a szánkat.

Nem illik az utcán hangosan böfögni.

Nem illik hangosan káromkodni, illetlen szavakat kiabálni.

Nem illik az utcára hiányos öltözetben kimenni. Akkor se vegyük le a pólónkat, ha nagyon melegünk van.

Nem illik csoszogni.

A járókelőktől nem csak nem illik kéregetni, de az szigorúan tilos!



Nem illik az utcán dohányozni!

Aki szenvedélyes dohányos és nem tud leszokni a cigiről, az se dohányozzon az utcán!

Nem szép látvány, főleg nők esetében, ha az utcán menet közben szívják a cigarettát, fújják a füstöt.

- Ha mindenképpen utcán szeretnénk dohányozni, álljunk egy félreeső helyre, és ott szívjuk el a cigarettánkat.
- Olyan helyet válasszunk, ahol senkit nem zavarunk a dohányfüsttel.
- Keressünk kijelölt dohányzóhelyet!





Hogyan viselkedjünk a megállóhelyen?

Amíg a megállóban várakozunk:

- Ne hangoskodjunk. Próbáljunk meg barátainkkal halkán beszélgetni, hogy másokat ne zavarjunk!
- Ne szemeteljünk, vigyázzunk környezetünk tisztaságára!
- Készítsük elő jegyünket, bérletünket, utazási igazolványunkat!
- Készítsük elő a jegyvásárláshoz szükséges, előre kiszámolt aprópénzt, hogy ne felszálláskor húzzuk vele az időt.
- A mozgólépcsőn álljunk a jobb oldalra! Így az, aki siet, meg tud előzni minket.
- A metró peronon a biztonsági sávot hagyjuk szabadon: ne lépjünk a fekete gumisávra, mert az veszélyes!
- Ne türelmetlenkedjünk, ha sokat kell várni a járműre! Nem jön előbb, a villamos, a busz, ha morgolódunk.



Hogyan viselkedünk a megállóhelyen?

- Ne álljunk a járműről leszállók útjába!
- Ha nagyon sokan szállnak fel a járműre, ne tolakodjunk!
- Ha nem férünk föl a járműre, udvariasan kérjük meg az előttünk felszállókat, hogy próbáljanak beljebb menni.
- Ha így sem férünk föl, várjunk egy következő járművet.







Hogyan viselkedünk a járműveken?

A tömegközlekedési járműveken sok ember utazik együtt.

Kis helyen sok idegen ember van összezárva. Nem könnyű alkalmazkodni idegen emberekhez.

 Ha az illemszabályokat betartva közlekedünk, nem zavarjuk egymást.

 Ha ápoltak vagyunk és tiszta a ruházatunk, kellemes az utazás mindenki nek: nekünk is és utastársainknak is!

 Ha mi kedvesek és udvariasak vagyunk, akkor velünk is kedvesek és udvariasak lesznek a többiek.

A járműveken előfordul, hogy piszkos az ülés vagy a kapaszkodó.

 Piszkos ülésre nem ülünk le!

Ragacsos kapaszkodót ne fogjuk meg!

Közlekedés után mossunk kezet!

 Mi se piszkítsuk, ragacsozzuk össze az ülést vagy a kapaszkodót!





Mit illik a járműveken?

Járműre felszállás előtt engedjünk utat a leszálló utasoknak!

Felszállásnál illik előre engedni a

- kisgyermekkel utazókat;
- várandós kismamákat;
- babakocsival vagy kerekesszéssel közlekedőket;
- idősebbeket, nehezen mozgó vagy látássérült embereket;
- a férfiaknak a hölgyeket.

Illik megkérdezni udvariasan, hogy segíthetünk-e a le és felszállásnál. Csak akkor segítsünk, ha kéri.



Mit illik a járműveken?

Járművön a hátizsákunkat vegyük le a hátunkról. Könnyebben elférünk, ha a táskánkat nem a hátunkon tartjuk. Így nem ütjük meg, vagy sértjük meg a táskával a többi utast.

A táskánkat fogjuk magunk elé, így tudunk a legjobban ügyelni rá.

Nagyobb csomagot helyezünk el biztonságosan, a székünk alá, a lábunk közé, vagy egy biztonságos sarokba, hogy ne essen el benne senki.

Vigyázzunk értékeinkre!





Mit illik a járműveken?



Felszállás után olyan helyre állunk, hogy elérjen mellettünk a többi utas.

Ha van üres ülőhely a járművön, nyugodtan ülünk le.

Úgy illik, hogy átadjuk az ülőhelyünket, ha felszáll egy

- várandós kismama;
- öreg, beteg utas;
- kisgyermekkel utazó ember.

Illendő, hogy a férfiak adják át ülőhelyüket a hölgyeknek. Ilyenkor kérdezzük meg udvariasan, hogy szeretne-e leülni.

Ha valaki átadja nekünk a helyét, illik elfogadni. Kedvesen köszönjük meg neki!

Ha épp leszállni készülünk, és átadják az ülőhelyet, udvariasan köszönjük meg. Mondjuk meg, hogy nem ülünk le, mert leszállunk.



Mit illik a járműveken?

Úgy kapaszkodjunk a járműveken, hogy ne zavarjunk vele másokat!

Erősen kapaszkodjunk meg, hogy ne essünk neki más utasoknak!

Ha véletlenül meglökünk valakit, vagy rálépünk a lábára, udvariasan kérjünk bocsánatot!





Nem illik a járműveken hangoskodni!

Nem illik a járművön utazás közben:

- hangosan beszélgetni, közben hadonászni;
- hangosan nevetgélni, énekelni;
- hangosan telefonálni;
- megjegyzéseket tenni más emberekre;
- káromkodni, csúnya szavakat mondani;
- mások beszélgetésébe beleszólni, vagy belehallgatni;
- hangos zenét vagy rádiót hallgatni.



Ha zenét szeretnénk hallgatni, használjunk fülhallgatót. A fülhallgatóból is kihallatszódhat a zene, ezért a járműveken vegyük halkabbra.





Nem illik a járműveken étkezni!

Nem illik, és tilos a tömegközlekedési járműveken az evés és ivás. Kivétel a tiszta víz, azt mindig ihatunk!



Más a helyzet, ha rosszul leszünk utazás közben. Ilyenkor ihatunk gyümölcslevet vagy teát, vagy ami van velünk.



Ha betegségünk miatt utazás közben is kell étkeznünk, vigyünk magunkkal apró, egy harapásra megehető ennivalót. Például aprósüteményt, köles golyót, kis szelet csokit.



Óvatosan fogyasszuk el innivalónkat, vigyázva, hogy a mozgó járművön ne folyjék mellé! Ennivalónkkal ne morzsázzunk, és ne kenjünk össze vele senkit és semmit.



Nem illik szemetelni!

Nem illik a járműveken szemetelni. Hulladékunkat tegyük a zsebünkbe vagy táskánkba és tart-
suk addig magunknál, amíg leszállunk. Minden
megállóban van hulladékgyűjtő edény.

Ismerőseinket, barátainkat is figyelmeztessük
udvariasan, ha látjuk, hogy eldobják a hulladékot
a járműveken.





Nem illik a járműveken öltözködni, vakarózni!

Nem illik járművön fésülni, körmöt tisztítani.


Ne turkáljunk a szánkban, fülünkben, orrunkban.

Nem illik a járműveken cipőnket tisztogatni.

Ahogy az utcán, úgy a járműveken sem illik vakarózni.

 Ha mégis nagyon viszket valamink, akkor óvatosan, feltűnés nélkül finoman vakarjuk meg úgy, hogy elfordulunk.

Nem illik a járműveken fehérneműnket, harisnyánkat igazgatni.

 Ha mégis szükséges, mert lecsúszott, akkor leszállás után keressünk egy WC-t, vagy egy félreeső helyet, és ott igazítsuk meg.





Mit nem illik még a járműveken?

Nem illik a járműre felszállás után megállni az ajtóban. Ezzel akadályozzuk a fel- és leszállókat. Lehetőleg úgy álljunk a járművön, hogy elférjenek mellettünk a fel- és leszálló utasok.



Előfordulhat, hogy olyan nagy a tömeg, hogy nem tudunk az ajtóból beljebb menni. Ha miattunk nem férnek el a leszálló utasok, akkor

- szálljunk le, ha megáll a jármű,
- álljunk meg lent az ajtó mellett, oldalt,
- várjuk meg míg leszállnak az utasok.
- Ha leszálltak, azonnal visszaszállhatunk a járműre.

Nem illik versenyezni az ülőhelyért.

Nem illik követelőzni, hogy adják át nekünk a helyüket az utasok.





Mit nem illik még a járműveken?

Nem illik az ülésen egy helynél több helyet elfoglalni.

Nem illik a kapaszkodón hintázni, tornázni.

Tilos a járművezetőt zavarni vezetés közben, például beszélni hozzá, vagy elállni a kilátását.

Ha segítséget szeretnénk kérni a vezetőtől, várjuk meg, amíg megáll a jármű.

Leszállási szándékunkat időben jelezzük!



Ha nem érjük el a leszállásjelző gombot, udvariasan kérjünk meg egy utast, aki közelebb áll hozzá.

- Így a többi utas is tudni fogja, hogy le szeretnénk szállni, és utat kell engedniük.
- Ha valaki utunkban van, kedvesen szólítsuk meg:
 - Elnézést, le szeretnénk szállni!





Mit nem illik még a járműveken?

A járműveken nem illik:

- köpködni;
- böfögni;
- szellenteni;
- hangosan trombitálva orrot fújni;
- hangosan tüsszenteni, köhögni.



Ha tüsszenteni, vagy köhögni kell, forduljunk el az emberektől!



Köhögéshez, tüsszentéshez tegyünk zsebkendőt a szánk elé!

Mindig legyen kéznél zsebkendő!

Ha nincs időnk elővenni a zsebkendőt, tegyük a kezünket a szánk elé.





Mit nem illik még a járműveken?

Ha kevés utas utazik a járművön, nem illik szorosan melléjük állni vagy ülni.

Helyezkedjünk mindig úgy, hogy mindenkinek egyformán jusson hely!

Ha felszállunk egy járműre, nem kell köszönnünk az utasoknak.

Ha valaki ismeretlenül ránk köszön, illik visszaköszönni.

Nem illik idegeneket indokolatlanul megszólítani a járműveken.

Nem illik beszélgetést erőltetni idegenekre a járműveken.

De ha valaki megszólít, arra illik udvariasan válaszolni.

Nem illik magunkban beszélni.

Nem illik idegeneket indokolatlanul megérinteni, piszkálni.

Nem illik másokra mutogatni.



Hogyan viselkedjünk utazásnál?

Amikor messzire utazunk, hosszabb időt kell idegen emberek társaságában töltenünk

- vonatfülkében;
- távolsági buszon;
- turistabuszon;
- repülón;
- hajón.



A távolsági utazásnál is érvényesek ugyanazok az illemszabályok, melyek a városi tömegközlekedésben.

- Tiszta és rendezett legyen a ruházatunk!
- Ne hangoskodjunk!
- Ne szemeteljünk!
- Viselkedjünk udvariasan utastársainkkal!




Mit illik hosszabb utazásnál?

Illik köszönni, ha a vonatfülkébe bemegyünk.

Illik megkérdezni, hogy szabad-e a hely, ha le szeretnénk ülni valaki mellé.

A csomagjainkat óvatosan tegyük fel a csomagtartóra. Helyezzük el biztonságosan, nehogy ráessen valakire!

 Ha nehézséget okoz a csomagunk elhelyezése, kérjünk udvariasan segítséget utastársainktól.

 A személyes dolgainkat, menetjegyünket, igazolványainkat, és mindent, ami utazás közben kellhet, tartsuk magunknál egy kisebb táskában. Így elkerülhetjük, hogy nehéz csomagunkat fel-le kelljen rakosgatni a csomagtartóra.



Mit illik hosszabb utazásnál?



Hosszabb utazás közben szabad enni és inni. Mindig szépen, kulturáltan együnk és igyunk. Vigyázzunk a jármű tisztaságára. Saját és az utastársak ruháját is óvjuk a morzsáktól és zsírpecsétektől.

Vonaton az étkezőkocsiban bárkinek az asztalához leülhetünk, udvariasan megkérdezve, hogy szabad-e a hely.



Mit nem illik hosszabb utazásnál?

Nem illik feltenni a lábunkat az ülésre.

Nem illik terpeszke dni az ülésen.

Nem illik rugdalni, lökdösni az előttünk ülő utas háttámláját.

Nem illik úgy aludni, hogy nekidőlünk a mellettünk ülőnek.

Nem illik a WC-t használni, míg áll a vonat az állomáson. Meg kell várni, amíg elindul.





Hogyan viselkedünk külföldön?

Az udvarias viselkedést mindenütt a világon megkövetelik.

Egyes országok viselkedési szokásai és szabályai eltérnek egymástól. Idegen országokban lehetnek olyan szokások, amelyek számunkra teljesen ismeretlenek, sőt, viccesek.





Hogyan viselkedünk külföldön?

Például, ha Új-Zélandra utazunk, ne lepődjünk meg, ha odaszalad hozzánk egy őslakó, és az orrunkhoz dörgöli az orrát. Náluk így illik köszönteni a vendéget.



Indiában, Kínában és más távolkeleti országokban elfogadott dolog a böfögés. Annak a jele, hogy tetszett az étel, és a vendéglátás.

A németeknél nem szokás felvagdogni késsel a burgonyát, inkább villával nyomkodjuk szét.



Hogyan viselkedjünk külföldön?

Találkozhatunk külföldön olyan illemszabályokkal, amiket, ha nem tartunk be, kellemetlen helyzetbe keveredhetünk. Például az arab országokban illetlenség a nőknek kivágott ruhában és miniszoknyában járniuk. Ez ott megbotránkoztató.



Az alapvető viselkedési szabályokat illik betartani külföldön is.

Ilyenek:

- a köszönés;
- a tiszta rendezett öltözet;
- a nyugodt, csendes, higgadt viselkedés.



Néhány érdekes külföldi illemszabály

Ha külföldre utazunk, senki nem várja el tőlünk, hogy pont úgy viselkedjünk, és öltözködjünk, mint az ott élő emberek.

Mégis sokkal kedvesebben fogadnak minket, ha ismerjük és betartjuk az ottani illemszabályokat. Így a kellemetlen helyzetektől is megkímélhetjük magunkat.

Ezért, amikor külföldre készülünk utazni, nézzünk utána, hogyan illik, és hogyan nem illik viselkedni abban az országban.



Thaiföldön például imádkozásra összetett kezekkel és enyhe fejhajtással köszöntik egymást az emberek, és ugyanígy tesznek, ha megköszönnek valamit.



Néhány érdekes külföldi illemszabály

Sok arab és távolkeleti országban fontos az alkudozás a piacon. Alkudozni azt jelenti, hogy megbeszéljük az árussal hogy mennyit adnánk azért az árucikkért, amit meg szeretnénk venni.



Néhány érdekes külföldi illemszabály

Akármerre járunk külföldön, ne tegyünk hangos megjegyzéseket.

Soha ne gondoljuk, hogy nem értenek magyarul! Mindenhol találkozhatunk olyanokkal, akik beszélnek a nyelvet!

Könnyen kellemetlen helyzetbe kerülhetünk, ha meggondolatlanul fecsegünk.



Hogyan viselkedünk szabadidős programokon?

A szabadidőnk eltöltése közben sem szabad megfeledkeznünk a szabályos közlekedésről és az illemszabályokról!

Elronthatjuk a magunk és mások szórakozását, ha nem tudunk udvariasan viselkedni.

Az alapvető illemszabályok a szórakozóhelyeken, színházban és moziban is érvényesek.



Mentálisan akadálymentes környezet



Megtanítjuk a hivatalok és szolgáltatók értelmi fogyatékos ügyfeleit az ügyintézésre, szolgáltatások igénybe vételére.

Megtanítjuk a hivatalok és szolgáltatók ügyintézőit az akadálymentes ügyintézésre!

A Down Alapítvány „Mentális Akadálymentesítés” néven ismert kezdeményezésének keretében az értelmi fogyatékos személyek támogatott életvitelének feltételeit igyekszik megteremteni:

1. nehezen értő és olvasó emberek könnyen érthető formában történő felkészítésével,
2. a hivatalok és szolgáltatók mentálisan akadálymentesített ügyintézésének és szolgáltatásainak kialakításához nyújtott segítséggel.

Ezzel azt szeretnénk elérni, hogy a sérült embernek ne csak papíron legyen joga saját ügyeit intézni!

Legyen a környezet mindenki számára használható!



A Down Alapítvány könnyen érthető sorozatának kiadványai



Hogyan intézzünk ügyet? – Információkérés, ügyintézés hivatalban és szolgáltatóknál

Banki ügyintézés, bankkártyahasználat

Betegjogok

Orvosnál – Látogatás az orvosnál

E-ügyintézés – Elektronikus ügyintézés, internet-használat

Közlekedési szabályok gyalogosoknak

Illik, nem illik – A közlekedés illemtana

Önálló lakáshasználat

A munka – Általános tájékoztató

Munkavédelem bőrműveseknek

Munkavédelem konyhai kisegítőknek

Munkavédelem kertészeknek

Tűzvédelem – Megelőzés, jelzés, menekülés

Szabadidő, sport

Sporteszközök használata, balesetmentes sportolás

Down Alapítvány

Központi Iroda

1145 Budapest, Amerikai út. 14.

Telefon: (06 1) 363 6353

E-mail cím: down@downalapitvany.hu

Web: www.downalapitvany.hu

Adószám: 18005282-1-42

Bankszámlaszám: 10918001-00000013-38730007

Könnyen érthető oldalak és kiadványok

web.downalapitvany.hu/en/node/337

web.downalapitvany.hu/en/node/356

