

Εργαλειοθήκη Συμπεριληπτικών Δράσεων

Δημιουργώντας προσβάσιμες και ζωντανές
εμπειρίες για κωφούς και ακούοντες
συμμετέχοντες



Agency for International
Programs for Youth
Republic of Latvia



Co-funded by
the European Union

ΕΙΣΑΓΩΓΗ

Συμπερίληψη σημαίνει να δημιουργούμε περιβάλλοντα όπου όλοι νιώθουν ευπρόσδεκτοι, ότι τους σέβονται και ότι η παρουσία τους μετράει. Αυτή η εργαλειοθήκη στηρίζει τους διοργανωτές στο να σχεδιάζουν δράσεις προσβάσιμες τόσο σε Κωφά όσο και σε ακούοντα άτομα, δίνοντας ιδιαίτερη έμφαση στην επικοινωνία, την προσβασιμότητα και τη συμμετοχή.





LIS (Lingua dei Segni Italiana)

Italian Sign Language.



GSL (Ελληνική νοηματική γλώσσα)

Greek Sign Language.



LSL (latviešu zīmju valoda)

Latvian Sign Language.



International Sign (IS)

A simplified sign language used in international contexts.



Sign Language Interpreter

A professional who translates spoken language into sign language and vice versa.

ΒΑΣΙΚΟΙ ΟΡΟΙ



•Κωφά άτομα

Άτομα με μεγάλη απώλεια ακοής, που συνήθως έχουν τη νοηματική ως κύρια γλώσσα επικοινωνίας.



•Βαρήκοα άτομα

Άτομα με ήπια έως μέτρια απώλεια ακοής, που μπορεί να χρησιμοποιούν ακουστικά ή άλλες υποστηρικτικές τεχνολογίες.



•Συμπερίληψη

Η πράξη τού να συμπεριλαμβάνουμε όλους και να δείχνουμε ότι η παρουσία και η φωνή τους έχει πραγματική αξία.



•Προσβασιμότητα

Ο σχεδιασμός χώρων, εργαλείων και δράσεων έτσι ώστε να μπορούν να χρησιμοποιηθούν από όλους, χωρίς εμπόδια.



Άτομα με προβλήματα ακοής

Ένας γενικός όρος που πλέον θεωρείται ξεπερασμένος. Είναι καλύτερο να χρησιμοποιούμε όρους όπως «Κωφός» ή «Βαρήκοος».

Σχεδιάζοντας Συμπεριληπτικές Δράσεις: *Checklist*



Χρησιμοποίησε αυτή τη λίστα για να βεβαιωθείς ότι το event σου είναι προσβάσιμο και φιλόξενο για όλους:

- ✓ • Καθαρά και μεγάλα visuals στις παρουσιάσεις
- ✓ • Επαρκής φωτισμός για να διευκολύνει την επικοινωνία
- ✓ • Υποτιτλισμός για κάθε ηχητικό περιεχόμενο
- ✓ • Πιστοποιημένοι διερμηνείς νοηματικής γλώσσας
- ✓ • Διαθέσιμα συστήματα ενίσχυσης ακοής
- ✓ • Ένας ειδικά διαμορφωμένος «ήσυχος χώρος» για συμμετέχοντες με αισθητηριακή ευαισθησία
- ✓ • Πλάνο επικοινωνίας για περίπτωση έκτακτης ανάγκης (οπτικό και προσβάσιμο)
- ✓ • Briefing σε προσωπικό και ομιλητές για τις συμπεριληπτικές πρακτικές πριν την έναρξη
- ✓ • Συλλογή feedback από Κωφούς και ακούοντες συμμετέχοντες μετά το event

Συναντήσεις Νοηματικής Γλώσσας

Διοργανώστε ένα εργαστήριο νοηματικής γλώσσας για αρχάριους, διάρκειας 1 με 2 ωρών, για την εκμάθηση 10 με 15 βασικών νοημάτων, όπως χαιρετισμούς, συναισθήματα και αριθμούς. Είναι μια εξαιρετική ιδέα για ομάδες νέων, εθελοντές ή σχολεία, και μπορεί να πραγματοποιηθεί με την καθοδήγηση ενός Κωφού ατόμου. Το εργαστήριο μπορεί να φιλοξενηθεί σε βιβλιοθήκες, κέντρα νεότητας, σχολικές αίθουσες ή ακόμα και σε έναν κατάλληλο χώρο ενός café. Για να διευκολύνετε τους συμμετέχοντες, μπορείτε να τους μοιράσετε ένα μικρό έντυπο λεξικό νοημάτων ή να τους προτείνετε πηγές όπως η εφαρμογή Spread the Sign. Αυτή η δραστηριότητα αποτελεί έναν απλό τρόπο για την ευαισθητοποίηση γύρω από τη νοηματική γλώσσα, την υποστήριξη της συμπερίληψης και την ενθάρρυνση των ανθρώπων να συνεχίσουν τη μάθηση.



Σιωπηλές Συναντήσεις ή Σιωπηλά Παιχνίδια


Διοργανώστε μια Σιωπηλή Συνάντηση ή μια Βραδιά Παιχνιδιού, όπου οι συμμετέχοντες καλούνται να επικοινωνήσουν χωρίς να χρησιμοποιήσουν τη φωνή τους. Σε αυτή την ευχάριστη και αποκαλυπτική δραστηριότητα, όλοι πρέπει να βασιστούν σε χειρονομίες, στη γραφή, σε βασικά νοήματα ή σε εφαρμογές για να αλληλεπιδράσουν. Παιχνίδια όπως η παντομίμα ή το Pictionary κρατούν το ενδιαφέρον αμείωτο, ενθαρρύνοντας ταυτόχρονα τη μη λεκτική επικοινωνία. Με λίγα μόνο απλά υλικά (χαρτί, στυλό και έναν φιλόξενο χώρο), αυτή η δωρεάν δραστηριότητα βοηθά τους ακούοντες συμμετέχοντες να γνωρίσουν έναν πιο οπτικό κόσμο έκφρασης και καλλιεργεί την ενσυναίσθηση και την κατανόηση.



Καμπάνια στα Social Media «1 Νόημα την Ημέρα»

Πρωθήστε τη νοηματική γλώσσα στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης, δημιουργώντας ένα σύντομο καθημερινό ή εβδομαδιαίο βίντεο ή post που διδάσκει ένα απλό νόημα, όπως «γεια» ή «ευχαριστώ». Το περιεχόμενο μπορεί να δημιουργηθεί και να κοινοποιηθεί από Κωφούς νέους, χρησιμοποιώντας μόνο ένα smartphone και βασικά εργαλεία επεξεργασίας, όπως το Canva. Αυτές οι δημοσιεύσεις, που κοινοποιούνται σε πλατφόρμες όπως το Instagram ή το Facebook, βοηθούν στην ενίσχυση της ορατότητας της νοηματικής γλώσσας και της κουλτούρας των Κωφών στο διαδίκτυο, ενθαρρύνοντας παράλληλα τη συνεχή, καθημερινή μάθηση με έναν προσβάσιμο και ελκυστικό τρόπο.





**Ιδέες για
συμπεριληπτικές
δράσεις**

Εργαστήριο Δημιουργίας Αφίσας για τη Συμπερίληψη

Διοργανώστε ένα δημιουργικό εργαστήριο διάρκειας 1 ώρας, όπου οι συμμετέχοντες θα σχεδιάσουν αφίσες που προωθούν την ευαισθητοποίηση για τα Κωφά άτομα και προσφέρουν συμβουλές για τη συμπεριληπτική επικοινωνία. Χρησιμοποιώντας απλά υλικά, όπως ανακυκλωμένο χαρτί, μαρκαδόρους, ψαλίδια και κόλλα, μπορούν να δημιουργήσουν δυνατά οπτικά μηνύματα, όπως «Χώρος φιλικός προς τους Κωφούς» ή τρόπους επικοινωνίας χωρίς ήχο. Για περισσότερη διασκέδαση και συμμετοχή, μπορείτε να μετατρέψετε τη δραστηριότητα σε έναν μικρό διαγωνισμό με συμβολικά βραβεία. Αυτή η βιωματική δράση ενισχύει τη δημιουργικότητα, ενώ παράλληλα διαδίδει το μήνυμα της ευαισθητοποίησης και της συμπερίληψης.



Προβολή Ταινιών Μικρού Μήκους και Συζήτηση

Διοργανώστε μια συνάντηση με τίτλο «Δες και Συζήτησε», προβάλλοντας μια ταινία ή ένα βίντεο που αναδεικνύει τις εμπειρίες των Κωφών ατόμων ή γεγονότα ορόσημα, όπως η ταινία «The Silent Child», το κίνημα «Deaf President Now» ή μια τοπική παραγωγή με υπότιτλους. Μετά την προβολή, μπορεί να ακολουθήσει μια 30λεπτη ομαδική συζήτηση, όπου Κωφοί και ακούοντες συμμετέχοντες θα μοιραστούν σκέψεις και εντυπώσεις. Αυτή η απλή αλλά ουσιαστική δραστηριότητα ενισχύει την ενσυναίσθηση, βαθιάει την κατανόηση και έχει ιδιαίτερη απήχηση σε ομάδες νέων ή τοπικές κοινότητες.



Ομιλία από Κωφό Πρότυπο (Δια ζώσης ή Διαδικτυακά)

Προσκαλέστε έναν Κωφό ομιλητή για να μοιραστεί την προσωπική του διαδρομή, την επαγγελματική του πορεία ή τη δράση του για τη διεκδίκηση δικαιωμάτων σε μια ομιλία 20 λεπτών, την οποία θα ακολουθήσει συζήτηση με ερωτήσεις και απαντήσεις. Είτε πραγματοποιηθεί δια ζώσης είτε διαδικτυακά μέσω Zoom ή Instagram Live, αυτή η εκδήλωση προσφέρει μια σημαντική ευκαιρία για την ανάδειξη θετικών προτύπων και την καλλιέργεια της ενσυναίσθησης. Πρόκειται για μια απλή αλλά ουσιαστική πρωτοβουλία που δίνει βήμα σε αυθεντικές φωνές και ενθαρρύνει έναν ουσιαστικό διάλογο γύρω από τις εμπειρίες των Κωφών ατόμων.



Πρόκληση Συμπεριληπτικής Γλώσσας

Ξεκινήστε μια μικρή πρόκληση (mini challenge) για να κεντρίσετε την περιέργεια και να προωθήσετε την ευαισθητοποίηση για τα Κωφά άτομα μέσα από μικρές αλλά σημαντικές δράσεις. Δημιουργήστε μια απλή λίστα ελέγχου (checklist) για άτομα ή ομάδες, όπως σχολικές τάξεις ή ομάδες νέων, με εργασίες όπως η εκμάθηση και η διδασκαλία 5 νοημάτων, η παρακολούθηση ενός Κωφού δημιουργού στο YouTube, το «follow» σε 2 Κωφούς influencers και η κοινοποίηση περιεχομένου για την ευαισθητοποίηση γύρω από τους Κωφούς στα social media. Οι συμμετέχοντες που ολοκληρώνουν την πρόκληση μπορούν να κερδίσουν ένα ψηφιακό σήμα (digital badge), ένα πιστοποιητικό ή μια αναφορά (shoutout) στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης. Αυτή η ευχάριστη και ευέλικτη δραστηριότητα ενθαρρύνει την καθημερινή μάθηση, προωθώντας παράλληλα τη συμπερίληψη και τη θετική συμμετοχή.

Νοηματίζω και Ζωγραφίζω

Συνδυάστε τη δημιουργικότητα και τη γλώσσα μέσα από μια συμμετοχική καλλιτεχνική δραστηριότητα. Οι συμμετέχοντες επιλέγουν μια λέξη με ιδιαίτερη σημασία, όπως «σεβασμός» ή «κοινότητα», μαθαίνουν το αντίστοιχο νόημα και στη συνέχεια δημιουργούν ένα έργο τέχνης ή ένα σχέδιο που την αντιπροσωπεύει. Πρόκειται για έναν ευχάριστο και εκφραστικό τρόπο σύνδεσης με τη νοηματική γλώσσα, αναδεικνύοντας παράλληλα αξίες μέσα από την οπτική αφήγηση.

Κυνήγι Θησαυρού με το Δακτυλικό Αλφάβητο

Κάντε τη μάθηση διασκεδαστική με ένα παιχνίδι σε στυλ κυνηγιού θησαυρού, όπου οι συμμετέχοντες ακολουθούν μια σειρά από στοιχεία γραμμένα στο δακτυλικό αλφάβητο. Κάθε φορά που αποκωδικοποιούν ένα στοιχείο, οδηγούνται στο επόμενο, μετατρέποντας την εκμάθηση της νοηματικής γλώσσας σε μια παιχνιδιάρικη και διαδραστική πρόκληση. Το παιχνίδι αυτό είναι ιδανικό για σχολεία, ομάδες νέων ή δραστηριότητες ενδυνάμωσης ομάδας (team-building). Μπορεί να οργανωθεί σε εσωτερικούς ή εξωτερικούς χώρους και βοηθά στην καλλιέργεια της ομαδικότητας, στην ανάπτυξη δεξιοτήτων επίλυσης προβλημάτων και στη δημιουργία μιας βαθύτερης σχέσης με τη νοηματική γλώσσα.



ΣΥΜΒΟΥΛΕΣ ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑΣ

ΤΙ ΝΑ ΑΠΟΦΕΥΓΕΤΕ:



Μην καλύπτετε το στόμα σας και μην κοιτάζετε αλλού ενώ μιλάτε.



Μην απευθύνεστε στον διερμηνέα αντί για το Κωφό άτομο.



Μην υποθέτετε ότι όλοι οι Κωφοί μπορούν να κάνουν χειλιανάγνωση ή όλοι

ΤΙ ΝΑ ΚΑΝΕΤΕ:



Να κοιτάτε το άτομο όταν του μιλάτε



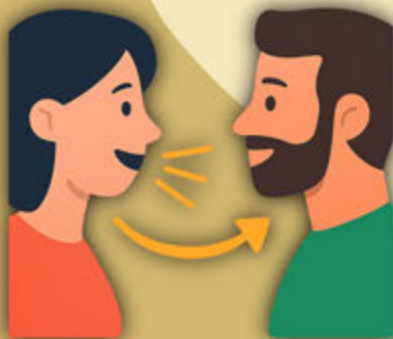
Χρησιμοποιήστε χειρονομίες, νοήματα ή γραπτό λόγο



Χρησιμοποιήστε τη γλώσσα ή τη μέθοδο προτίμησης του ατόμου



Να έχετε υπομονή και να δίνετε επιπλέον χρόνο



Να μιλάτε καθαρά, χωρίς να υπερβάλλετε στις κινήσεις των χειλιών



Να συμπεριλαμβάνετε τους κωφούς στη γενική επικοινωνία και να τους δίνετε ηγετικούς ρόλους όπου είναι εφικτό.

Εργαλεία και Πηγές

Εκμάθηση Νοηματικής Γλώσσας

- [SpreadTheSign](#): Πολυγλωσσικό διαδικτυακό λεξικό νοηματικής γλώσσας.



- VL2 Storybook Apps: Δίγλωσσες οπτικές εφαρμογές (παραμύθια) για μικρούς μαθητές (ASL/Αγγλικά)
<https://vl2storybookapps.com/>



- Μαθήματα βίντεο LIS (YouTube: ENS Nazionale, Segni di Integrazione).



- Μαθήματα βίντεο LSL (Σύνδεσμος YouTube στο https://youtube.com/playlist?list=PLFj5fFuOzEnL8HXemKVk-YNZSAevRx_Z&si=31_e04whzRukouX3)
(Σημείωση: Το LSL αναφέρεται στη Λιθουανική Νοηματική Γλώσσα).



- Εισαγωγικά μαθήματα LIS στον ιστότοπο ens.it

Εφαρμογές Επικοινωνίας

- Cardzilla (Android/iOS): Εμφάνιση κειμένου σε μεγάλο μέγεθος για ανταλλαγή μηνυμάτων πρόσωπο με πρόσωπο.

- Google Live Transcribe (Android): Μετατροπή ομιλίας σε κείμενο σε πραγματικό χρόνο σε περισσότερες από 70 γλώσσες.

- ZOOM με υπότιτλους.

- AVA (Για όλες τις πλατφόρμες): Ζωντανοί υπότιτλοι για ομαδικές συζητήσεις.

Κουλτούρα Κωφών & Εκπαίδευση

- "A Journey into the Deaf-World" – Harlan Lane, Ben Bahan, Robert Hoffmeister: Ένα θεμελιώδες βιβλίο για την κατανόηση της κουλτούρας και της ταυτότητας των Κωφών (στα Αγγλικά).
- "When Hands Talk" (Quando parlano le mani) – Elena Radutzky: Ένα ευρέως διαδεδομένο εισαγωγικό βιβλίο για την ιταλική κουλτούρα των Κωφών (διαθέσιμο στα Ιταλικά).
- Ντοκιμαντέρ:
 - ο "Through Deaf Eyes" (PBS – ΗΠΑ)
 - ο "The Silent Child" (Βραβευμένη με Όσκαρ ταινία μικρού μήκους, 2018)

Ευρωπαϊκά Έργα & Πηγές

- [Sign-Hub](#): Υλικό για την κληρονομιά της νοηματικής γλώσσας.
- [Deaf Museums Project](#): Πολιτιστικές πληροφορίες για τις κοινότητες Κωφών στην Ευρώπη.
- Κατευθυντήριες γραμμές από την EUD (Ευρωπαϊκή Ένωση Κωφών) και την WFD (Παγκόσμια Ομοσπονδία Κωφών) για τα δικαιώματα των Κωφών και την προσβασιμότητα.
- [Hanbook for inclusive theatre](#) • [Εγχειρίδιο για το συμπεριληπτικό θέατρο](#)



Ακαδημαϊκές & Θεσμικές Πηγές

- [Πανεπιστήμιο Gallaudet \(ΗΠΑ\): Ανοιχτοί πόροι για τη γλωσσολογία, την παιδαγωγική και την προσβασιμότητα.](#)
- Λεξικό της Ελληνικής Νοηματικής Γλώσσας.



Αυτή η εργαλειοθήκη αναπτύχθηκε στο πλαίσιο του έργου του προγράμματος Erasmus+ KA2 "Bridging words", με αριθμό έργου 2024-1-LV02-KA210-YOU-000250228, σε συνεργασία με Ιταλούς εταίρους από την "Associazione Ergon a favore dei Sordi", Έλληνες εταίρους από το "VISUAL WORLD" και Λετονούς εταίρους από το "3D Friends".

Με τη συγχρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που διατυπώνονται εκφράζουν αποκλειστικά τους συντάκτες και δεν αντιπροσωπεύουν κατ' ανάγκη τις απόψεις της Ευρωπαϊκής Ένωσης, της Ευρωπαϊκής Επιτροπής ή της Λετονικής Υπηρεσίας για τα Διεθνή Προγράμματα Νεολαίας. Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε η χορηγούσα αρχή μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνες για αυτές.

Το έργο χρηματοδοτείται από τη Λετονική Υπηρεσία για τα Διεθνή Προγράμματα Νεολαίας (@jsra_latvia).

Τα στοιχεία επικοινωνίας μας:

<https://3dfriends.lv/> (inst: 3dfriendslv)

<http://ergon4deaf.org/> (Inst: ergon_sordi)

<https://www.keng.gr> (inst: keng.noimatiki)

Σχεδιασμός εργαλειοθήκης: Veronika Popova (Instagram: jqwfov)



Τελικό Μήνυμα

Η συμπερίληψη δεν είναι μια μεμονωμένη πράξη, αλλά μια νοοτροπία. Κάθε δράση είναι μια ευκαιρία να εξελιχθούμε μαζί, να σπάσουμε τα εμπόδια στην επικοινωνία και να δημιουργήσουμε χώρους όπου όλοι νιώθουν ότι τους βλέπουν, τους ακούν και τους εκτιμούν.

