



Leading in  
disability inclusive  
development



# رسائی کے رہنما اصول

عمارتوں کو قابل رسائی بنانے اور قابل رسائی سہولیات  
کی فراہمی کے لیے ایک بنیادی ہدایت نامہ  
﴿حکومت پاکستان کی ہدایات کے عین مطابق﴾



**MAINSTREAM**

Association of Persons with Disabilities

888 - Al Qadir Street, Ch. # 6, Bosan Road Multan, Pakistan. +92 300 636 5785 , +92 306 7499 696

مین سٹریم ایسوسی ایشن جنوبی پنجاب کے افراد باہم معذوری کی آواز کا نام ہے جس کا مقصد افراد باہم معذوری کو اس قابل بنانا ہے کہ وہ زندگی کے مرکزی دھارے میں شامل ہو کر اپنے خاندان اور پاکستان کی ترقی و خوشحالی میں عام افراد کی طرح اپنا بھرپور کردار ادا کر سکیں۔

جنوبی پنجاب میں اس وقت بہت سارے ادارے اور افراد باہم معذوری کی نمائندہ تنظیمیں (او پی ڈی) افراد باہم معذوری کی معاشرے میں شمولیت کیلئے کام کر رہی ہیں، رسائی کے رہنما اصول کتابچہ ایسے اداروں کو بھرپور معاونت فراہم کرے گی کہ انہوں نے کس طرح سے اپنے ارد گرد کے ماحول کو افراد باہم معذوری کے لیے قابل رسائی بنانا ہے۔ رسائی کے رہنما اصول کتابچہ گورنمنٹ آف پاکستان کی ہدایات کے عین مطابق ہے جن کو ترتیب دینے میں انتہائی آسان زبان کا انتخاب کیا گیا ہے۔

میں دوآبہ فاؤنڈیشن اور سی بی ایم کا بھی شکر گزار ہوں کہ انہوں نے بھرپور معاونت فراہم کی اور صحیح معنوں میں چاہتے ہیں کہ افراد باہم معذوری کا کردار ایک لیڈر، ایک رہنما کے طور پر سامنے آئے۔

میں خاص طور پر پروگرام منیجر دوآبہ فاؤنڈیشن جاوید اقبال صاحب کا شکر گزار ہوں جو ہمیشہ رہنمائی فراہم کرتے ہیں۔

اس کتابچہ کو ترتیب دینے میں خواتین باہم معذوری کی لیڈر محترمہ ماریہ قریشی صاحبہ نے میری بھرپور مدد کی۔ میں ان کا بھی شکر گزار ہوں۔

مین سٹریم ایسوسی ایشن افراد باہم معذوری کی ٹیم اور قابل احترام بورڈ ممبران کا بھی شکریہ ادا کرتا ہوں جن کی انتہک محنت اور تعاون سے ہمارا سفر روز بروز آگے کی جانب بڑھ رہا ہے۔

نادر خان

صدر

مین سٹریم ایسوسی ایشن افراد باہم معذوری

## مندرجات کی فہرست

2	پس منظر:	2
2	ایک سرکاری عمارت میں رسائی	2
2	1. ڈھلان جگہیں	2
2	1.1- ایک ڈھلان جگہ کی پیمائش	2
3	1.2- تناسب کا انتخاب	3
4	1.3- اتراؤ	4
4	1.4- آنے جانے کے راستے	4
6	1.5- حفاظتی کنارہ	6
6	1.6- لوہے کی سلاخوں کا جنگلہ	6
7	2. قدم اور زینے	7
8	3. سرکاری عمارتوں کے لئے غورو فکر کے دیگر معاملات	8
10	قابل رسائی سہولیات	10
10	4. بیت الخلاء	10
11	5. منہ دھونے کا برتن	11
12	6. پیشاب کرنے کی جگہیں	12
12	7. دھونے اور پانی کے پھوارے کی جگہ	12
13	8. حوالہ جات	13

### حل:

- تمام پیمائشیں سینٹی میٹروں اور انچوں میں دی گئی ہیں 120 سینٹی میٹر مساوی ہیں (47 انچ)
- بڑی پیمائشیں میٹروں اور فٹ میں دی گئی ہیں 36 میٹر مساوی ہیں (12 فٹ)

ایک انچ مساوی ہیں 2.54 سینٹی میٹر

12 انچ مساوی ہیں ایک فٹ

100 سینٹی میٹر مساوی ہیں

## پس منظر:

یہ گائیڈ ان افراد کی مدد کے لئے تیار کی گئی ہے جن کو عمارتوں کی تعمیر اور قابل رسائی سہولیات کے لئے مجبوری میں ماہر تعمیرات اور معماروں کے ساتھ رابطہ کرنا پڑتا ہے۔ اس ہدایات نامے کو اس طرح مرتب کیا گیا ہے کہ سرکاری عمارتیں بنانے کے سلسلے میں انتہائی اہم اور متعلقہ معلومات فراہم کی جائیں جیسا کہ ہسپتالوں، سکولوں، سرکاری عمارتوں کو قابل رسائی بنانا ہے۔ یہ ہدایت نامہ وہیل چئیر استعمال کرنے والوں اور حرکت کرنے میں مجبوری کا سامنا کرنے والوں کو رسائی کی فراہمی پر توجہ مرکوز کرتی ہے اور سننے اور دیکھنے سے معذور افراد کے مسائل پر بھی مختصر طور پر غور کرتی ہے۔ اس ہدایت نامے کا مطلوب یہ ہے کہ جہاں کہیں بھی ممکن ہو اس ہدایت نامے سے رہنمائی حاصل کی جائے، تاہم یہ بات مسلمہ ہے کہ ہوسکتا ہے کہ بعض سفارشات بعض صورت حال میں قابل عمل نہ ہوں۔

## ایک سرکاری عمارت میں رسائی

### 1. ڈھلان جگہیں

ایک مخصوص پیمانے کے مطابق بنائی گئی ڈھلان جگہ کے ذریعے وہیل چئیر پر بیٹھے ہوئے شخص کو ایک عمارت میں آزادانہ اور محفوظ رسائی ملنی چاہیے۔ اگر یہ ڈھلان انتہائی مختصر اور ترچھی ہے تو پھر یہ اتنی ہی بڑی روکاوٹ ہوسکتی ہے جتنی کہ ایک سیڑھی، اور ہو سکتا ہے کہ یہ ان لوگوں کے لئے بھی غیر محفوظ ہو جو پیدل چل سکتے ہیں۔

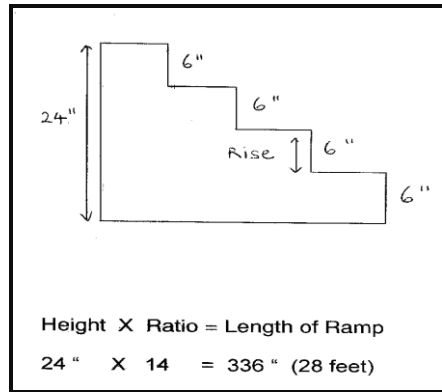
- ❖ ایک فرد کے آسانی سے ڈھلان سے گزرنے کے لئے اس کی اترائی یا چڑھائی کا تناسب 1:14 کا ہونا چاہیے، بصورت دیگر یہ ڈھلان بہت زیادہ ہو گی۔
- ❖ اگر فنڈ اور جگہ اجازت دیں، تو 1:20 تناسب کی اترائی / چڑھائی لمبی اور آرام دہ ہونی چاہیے جس پر سے آسانی سے آزادانہ طور پر گزرا جا سکتا ہے یا کسی فرد کو چڑھائی پر دھکیلا جا سکتا ہے۔
- ❖ ڈھلان کی کم سے کم چوڑائی 120 سینٹی میٹر (4 فٹ) ہونی چاہیے۔
- ❖ حفاظتی ضروریات کے تحت ڈھلان پر لوہے کی سلاخوں کا جنگلہ اور کنارہ محفوظ ہونا چاہیے (ملاحظہ کریں 1.4 اور 1-5)۔
- ❖ ڈھلان کی سطح پھسلنے والی نہیں ہونی چاہیے۔
- ❖ ایک ڈھلان کی منصوبہ بندی کرتے وقت جس جگہ ڈھلان بنائی جاتی ہے اس پر غور کیا جائے کیونکہ اس سے ڈھلان کی مقدار متاثر ہوگی جیسا کہ ایک ڈھلان کو ایک پہاڑی کے ایک طرف سے دوسری طرف تک ہونا چاہیے نہ کہ اترائی کے ساتھ کیونکہ اترائی کے ساتھ بننے والی ڈھلان بہت لمبی بنانی پڑے گی تاکہ اس بات کو یقینی بنایا جائے کہ ڈھلان زیادہ ترچھی نہ ہو۔

### 1.1 ڈھلان کی پیمائش

ایک ڈھلان کی پیمائش کیسے کی جائے؟

- ❖ سب سے پہلی پیمائش جس کی ضرورت ہوگی وہ اونچائی ہے:

یہ زمین سے اوپر والی سیڑھی تک کی پیمائش ہے۔ جب آپ ہر قدم کی چڑھائی کی پیمائش کرنا چاہتے ہیں تو سیڑھی کے علاوہ یہ پیمائش ہمیشہ ایک مرحلے میں ممکن نہیں ہوتی (روکاوٹیں وغیرہ)۔ چڑھائی کی مقدار کو یاد رکھنے کے لئے اوپر جانے والے قدم کے بارے میں سوچیں۔

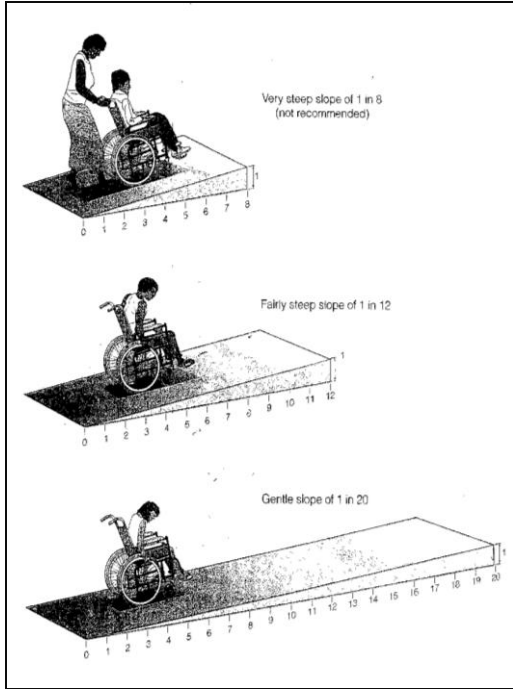


- ✓ چڑھائی کی تمام مقداروں کی پیمائش کریں اور کل اونچائی کی مقدار حاصل کرنے کے لئے تمام مقداروں کو جمع کر لیں۔
- ✓ غور فرمائیں: ہر قدم کی چڑھائی کی مقدار خاص طور پر پرانی سیڑھی کے حوالے سے مختلف ہوسکتی

- ❖ ہے۔
- ❖ آپ کو جس تناسب کی ضرورت ہے اس کا فیصلہ کریں (تناسب کے انتخاب کے لئے 1-2 ملاحظہ کریں)۔ اس تناسب سے یہ فیصلہ ہوگا کہ ڈھلان کتنی ترچھی ہوگی یعنی اس کی اترائی / چڑھائی کا زاویہ کیا ہوگا۔
- ❖ کل اونچائی کو تناسب سے ضرب دے کر لمبائی کی مقدار حاصل کریں۔
- ❖ اس کارروائی سے آپ کو ڈھلان کو قدموں سے ناپنے میں مدد ملے گی اور پھر آپ یہ دیکھیں کہ یہ لمبائی دی گئی جگہ میں پوری ہوتی ہے یا نہیں۔ اگر نہیں تو ہوسکتا ہے کہ ڈھلان کا ڈیزائن اور سمت تبدیل کی جائے تاکہ یہ دی گئی جگہ میں پوری آسکے۔

## 1-2 تناسب کا انتخاب کرنا

- ❖ تناسب کا استعمال ڈھلان (کتنی ترچھی ہے) کی اترائی / چڑھائی کی معلومات کے لئے استعمال کیا جاتا ہے۔ تناسب کو اس طرح ظاہر کیا جاتا ہے: 1:12 یا 1:20۔
- ❖ یہ پیمائش ایک تناسب سے ہوتی ہے۔ مثال کے طور پر اگر آپ فٹ کے پیمانے کا استعمال کر رہے ہیں، تو 1:12 تناسب کے لئے 12 فٹ کی لمبائی کے بعد ایک فٹ اوپر جانا ہوگا۔ اگر آپ سینٹی میٹر کا پیمانہ استعمال کر رہے ہیں تو ہر 12 سینٹی میٹر لمبائی کے بعد آپ کو ایک سینٹی میٹر اوپر جانا ہوگا۔

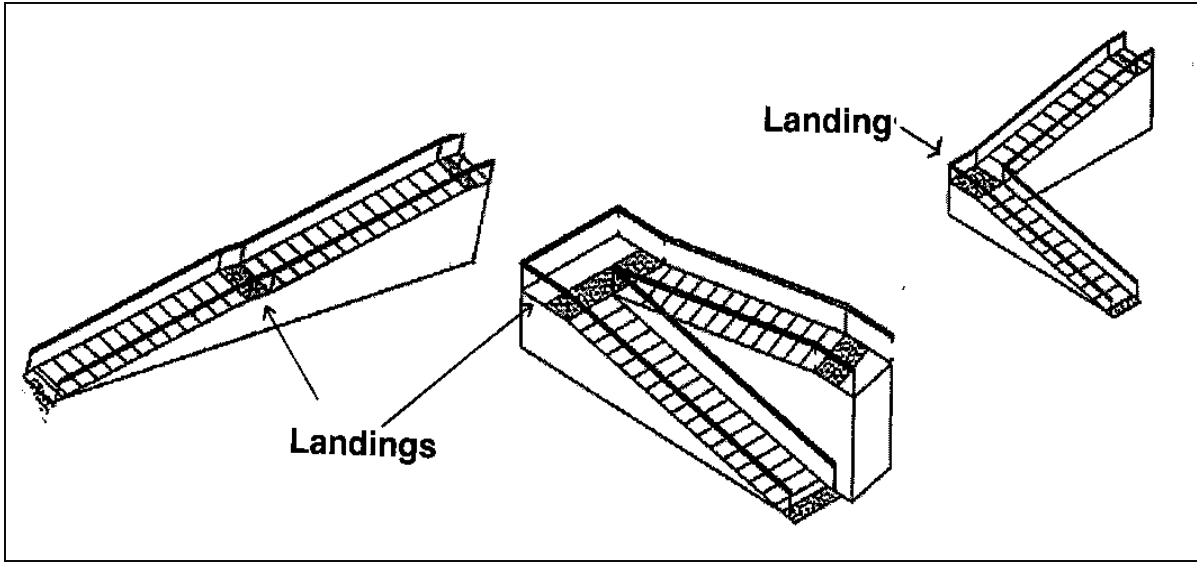


- ❖ ڈھلانوں کے لئے عمومی طور پر تین تناسب ہیں:
- 1:12 پیدل چلنے والے معذور افراد یا وہیل چیئر میں بیٹھے ہوئے فرد کو اونچائی کی جانب دھکیلنے کے لئے موزوں ہوں۔
- 1:14 وہیل چیئر میں بیٹھے ہوئے فرد کے لئے موزوں ہوں جو کرسی کو خود حرکت دے سکتا ہے۔ یہ اترائی / چڑھائی تمام صورت حال اور تمام سرکاری عمارتوں کے لئے موزوں ترین ہے۔
- 1:20 یہ ایک لمبی ڈھلان بنتی ہے جس کی بہت آرام دہ اترائی / چڑھائی ہوتی ہے اور ہر ایک کے لئے استعمال میں آسانی ہوتی ہے۔ اس طرح کی ڈھلان کی تعمیر کے لئے جگہ کی دستیابی اور تعمیر پر اٹھنے والے خرچ پر غور کرنے کی ضرورت ہوتی ہے۔
- 1:8 اس کا انحصار موجود جگہ پر ہوتا ہے جہاں جگہ محدود ہوتی ہے۔

### 1-3 زینوں کے درمیان چوڑی جگہیں

زینوں کے درمیان چوڑی جگہ وہیل چئیر پر بیٹھے ہوئے ایک فرد یا چلنے سے معذور فرد کے لئے آرام کرنے کی ایک جگہ یا سمت تبدیل کرنے کے لئے ایک محفوظ جگہ یا دروازہ کھولنے کے لئے جگہ ہوتی ہے۔

- ❖ ان کی ایک ڈھلان کے اوپر والی یا نچلی سطح پر اور جہاں ڈھلان کی سمت تبدیل ہو ضرورت ہوتی ہے۔
- ❖ ہر 9 میٹر (29 فٹ) کی ڈھلان کے لئے اس کا تناسب 1:14 ہونا ہے اور ہر 15 میٹر (49 فٹ) کی ڈھلان کے لئے اس کا تناسب 1:20 ہے۔ اس سے نیچے کی سمت جانے والے فرد کو آرام کرنے اور وہیل چئیر میں بیٹھے فرد کو ڈھلان میں اپنی رفتار پر قابو پانے کا موقع ملتا ہے۔
- ❖ ان کی ضرورت دروازوں پر بھی ہوتی ہے تاکہ وہیل چئیر پر بیٹھے ہوئے افراد کو دروازے سے گزارا جائے۔ ان کی چوڑائی ڈھلان جتنی ہی ہونی چاہیے (120 سینٹی میٹر / 4 فٹ) جب کہ دروازے کے مقابلے میں اس کی چوڑائی زیادہ ہونی چاہیے (ملاحظہ کریں 1-4)۔



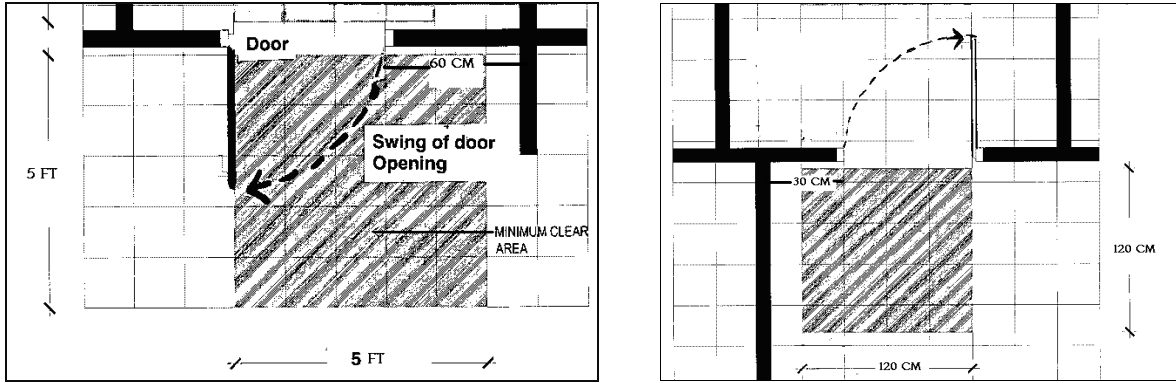
### 1-4 دروازے

وہیل چئیر میں بیٹھا ہوا فرد آزادانہ طور پر اور حفاظت سے دروازے سے گزر جائے۔ دروازے کے ارد گرد حرکت کے لئے جگہ کی ضرورت ہوتی ہے تاکہ ایک فرد دروازے کے ہینڈل تک پہنچ جائے اور وہیل چئیر کو دروازے سے نکال کر اصلی راستے سے لے جائے۔

- ❖ آنے جانے والے راستہ کی کم سے کم صاف چوڑائی 90 سینٹی میٹر (3 فٹ) ہونی چاہیے۔
- ❖ جب دروازے کو مریض والی کرسی کی جانب کھولا جا رہا ہو:
- ❖ تو دروازے کے سامنے 150 ضرب 150 (5 ضرب 5 فٹ) کی کم سے کم کھلی جگہ ہونی چاہیے،
- ❖ دروازے کے قریب دروازے کے ہینڈل کی جانب دیوار کے لئے جگہ رکھنے کی ضرورت ہوتی ہے -- جب دروازہ وہیل چئیر کی جانب کھینچا جا رہا ہو، تو وہاں دروازے کے ساتھ 60 سینٹی میٹر (2 فٹ) دیوار کی ضرورت ہوتی ہے۔
- ❖ جب دروازے کو وہیل چئیر کی دوسری جانب دھکیلا جا رہا ہو:

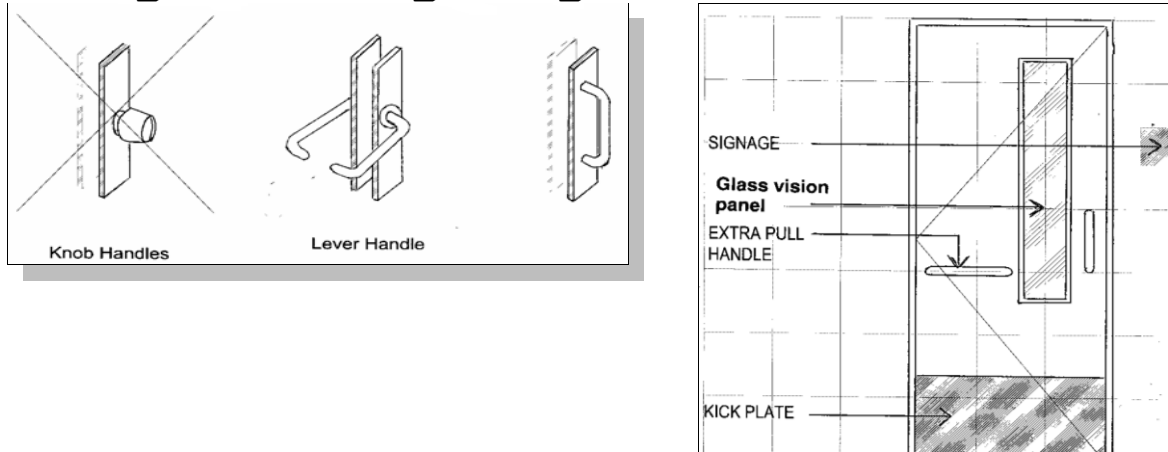
- ❖ دروازے کے سامنے فرش کے لئے (120)(120) سینٹی میٹر کب ایک واضح جگہ فراہم کی جائے گی

- ❖ دروازے کے دستے کی جانب دروازے کے ساتھ دیوار کے لئے جگہ فراہم کرنے کی ضرورت ہے کیونکہ جب دروازہ کھولا جاتا ہے تو دروازے کے ساتھ 30 سینٹی میٹر (1 فٹ) دیوار کی ضرورت ہوگی۔



- ❖ دو طرفہ حرکت کرنے والے دروازے کے لئے دروازے کے ساتھ جس طرف اس کو دھکیلا جانا ہے کم سے کم 30 سینٹی میٹر (1 فٹ) جگہ کی ضرورت ہوگی۔

- دروازوں کے دستے ڈنڈہ نما ہونے چاہیں، نہ کہ گول۔ ان کی فرش سے اونچائی 90-120 سینٹی میٹر (3-4 فٹ) ہونی چاہیے۔ ایسا فرد جس کا ہاتھ پوری طرح کام نہ کر رہا ہو اس کے لئے ڈنڈہ نما دستوں کا استعمال کرنا زیادہ آسان ہے۔
- دروازوں میں دوسری جانب دیکھنے کی جگہ (یعنی ایک شفاف شیشے کا پینل) ہونا چاہیے، جو فرش سے 90 سینٹی میٹر (3 فٹ) اونچا ہو تاکہ دروازے کی جانب آتے ہوئے لوگوں کو دیکھا جاسکے۔
- دروازوں کو کھولنے کے لئے 22 نیوٹن (تقریباً 2.24 کلوگرام) سے زیادہ طاقت کی ضرورت نہیں ہونی چاہیے۔
- دروازے پر لگا ہوا حفاظتی پینل وہیل چئیر پر پاؤں رکھنے والی جگہ سے دروازے کو محفوظ رکھتا ہے۔

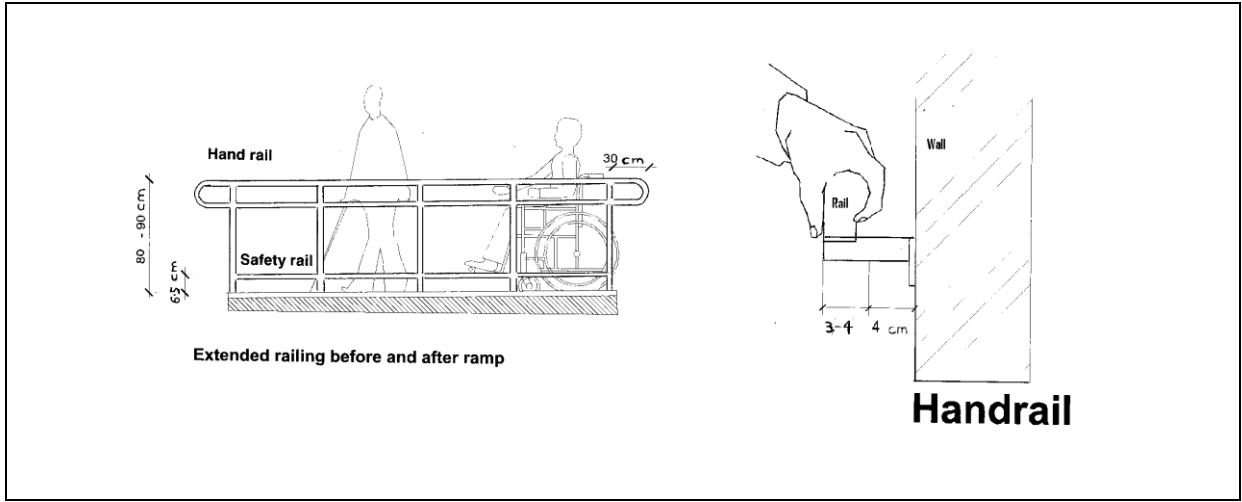


### 1.5 حفاظتی کنارہ

- ڈھلان کی ہر طرف حفاظت کے لئے ایک ٹھوس کنارہ یا ایک آہنی جنگلے کی ضرورت ہوتی ہے تاکہ وہیل چئیر کے اگلے پہیوں کو کنارے کے اوپر سے گزرنے سے روکا جائے۔
- کنارہ یا آہنی جنگلے دونوں اطراف پر ہونا چاہیے تا وقتیکہ ایک طرف دیوار ہو۔
- اگر یہ سلاخوں کا جنگلہ ہے تو اس کو کم سے کم 6.5 سینٹی میٹر (2.5 انچ) اونچا ہونا چاہیے۔ اگر یہ زیادہ اونچا ہے تو پھر بھی ہو سکتا ہے کہ پہیے سلاخوں کے جنگلے کے نیچے پھنس جائیں اور کنارے کے اوپر سے گذر جائیں، اس لئے لازمی طور پر اس کو ٹھوس اور 7.5-15 سینٹی میٹر (3-6 انچ) اونچا ہونا چاہیے۔

### 1-6 آہنی جنگلے

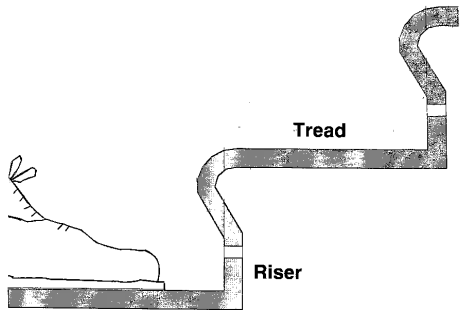
- ہر ایک کے تحفظ کے لئے ایک آہنی جنگلے کی ضرورت ہوتی ہے، لیکن ہو سکتا ہے کی وہیل چیئر میں بیٹھے افراد ڈھلان سے اوپر کی طرف جانے کے لئے ان سے مدد لیں۔ ایک پیدل چلنا ہوا معذور فرد بھی ہو سکتا ہے کہ سلاخوں کے جنگلے سے مدد لے۔
- ہاتھوں سے پکڑی جانے والی مسلسل حفاظتی ڈھنڈی ڈھلان کی دونوں اطراف 80-90 سینٹی میٹر (2.5-3 فٹ) اونچی ہونی چاہیے۔
- ڈھنڈی کے کنارے گول ہونے چاہیں اور یہ ڈھلان کے ہر کنارے سے 3-4 سینٹی میٹر (1.2-1.5 فٹ) آگے بڑھی ہوئی ہونی چاہیے تاکہ ایک فرد ڈھلان پر چڑھتے اور اترتے ہوئے محفوظ اور آزادانہ طور پر وہاں سے گذر جائے۔
- ڈھنڈی کا قطر 3-4 سینٹی میٹر (1.2-1.5 انچ) ہونا چاہیے تاکہ اسے آسانی سے پکڑا جا سکے۔
- اگر دیوار بنائی گئی ہے تو ڈھنڈی اور دیوار کے درمیان صاف جگہ ہونی چاہیے تاکہ ڈھنڈی کو آسانی سے پکڑا جا سکے۔ اس کے لئے کم سے کم 4 سینٹی میٹر (1.5 انچ) جگہ چھوڑی جانی چاہیے۔
- ڈھنڈی کو مضبوطی سے لگانے کی ضرورت ہے تاکہ یہ 1100 نیوٹن کی طاقت کو برداشت کر سکے (تقریباً 112 کلوگرام)۔



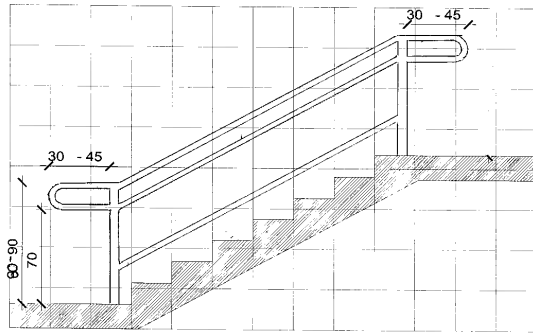
## 2. قدم اور زینے

- ہمیشہ جتنا ممکن ہو سکے زینوں کو معذور پیدل چلنے والوں افراد کے لئے قابل رسائی بنانے پر غور کیا جانا چاہیے۔۔
- زینوں کا اٹھا ہوا حصہ (قدم کی اونچائی) اور قدم رکھنے کی جگہ کی چوڑائی (قدم کا ہموار حصہ) یکساں ہونی چاہیں۔ زینوں کے بغیر سیڑھی کی اجازت نہیں ہے۔۔ اس پر عمل درآمد اس صورت میں ہوتا ہے جب اٹھا ہوا حصہ ایک کھلی جگہ ہے (جس کا کھلی اونچائی کے طور پر حوالہ دیا جائے گا)۔
- ایک اٹھے ہوئے حصے کی زیادہ سے زیادہ سے اونچائی 15 سینٹی میٹر (6 انچ) اور ہموار جگہ کی کم سے کم چوڑائی 30 سینٹی میٹر (1 فٹ) ہوتی ہے۔
- کناروں (قدم رکھنے کی جگہ کے بڑھے ہوئے کنارے) سے گریز کرنا چاہیے۔
- زینوں اور جنگلے کے لئے ایک جیسی ہی سفارشات ہیں جیسا کہ ڈھلان پر آہنی جنگلے کے بارے میں 1.6 میں دیا گیا ہے۔





**Nosing detail**



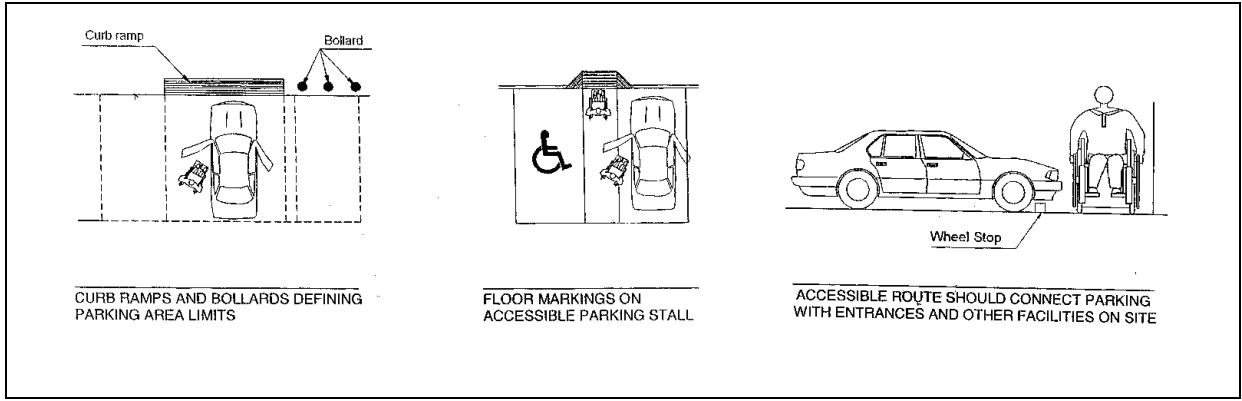
**Extended handrail on staircase**

### 3. سرکاری عمارتوں کے لئے دیگر سوچ و بچار

عمارت تک رسائی اتنی ہی اہم ہے جتنی کہ عمارت کے اندر رسائی۔ جہاں اور جب ممکن ہو مندرجہ ذیل پر توجہ دینی چاہیے۔

#### 1.3 گاڑیاں کھڑی کرنے کی جگہ (پارکنگ)

- جب ہسپتالوں میں گاڑیاں کھڑی کرنے کی جگہ (پارکنگ) فراہم کی جاتی ہے، پارکنگ قابل رسائی ہونی چاہیے اور جس قدر ممکن ہو اس کو عمارت میں مرکزی داخلہ کے قریب ہونا چاہیے۔
- گاڑیاں کھڑی کرنے کی جگہ (پارکنگ) کی جگہ پر، بشمول فرش پر بنائی گئی علامات کے، بین الاقوامی طور پر تسلیم شدہ واضح اشارے لگانے جانے چاہیں۔
- مریض والی کرسی پر بیٹھے فرد کے لئے خصوصی جگہ فراہم کرنے کی ضرورت ہے تاکہ اس کو حفاظت سے کار سے اتارا اور بٹھایا جائے۔
- ایک کار کی جگہ اور رسائی کی جگہ کا احاطہ (3-6 میٹر وسیع) (4.8 میٹر طویل) یعنی (12 فٹ) (16 فٹ) سے کم نہیں ہونا چاہیے۔
- گاڑیاں کھڑی کرنے کی جگہ (پارکنگ) کا راستہ بھی قابل رسائی ہونا چاہیے۔۔۔ جیسا کہ واضح راستے اور ڈھلانوں کا راستہ (3-2 اور 3-3 ملاحظہ کریں)
- عمودی کھمبے یا پھیبوں کے لئے لگائی گئی روکاوٹوں کے استعمال سے گاڑیوں کو پارکنگ کی جگہ، قابل رسائی راستے اور قابل رسائی راہ میں روکاوٹ ڈالنے سے روکا جاسکتا ہے (صفحہ 12 پر تصویر ملاحظہ کریں)۔



#### 3.2 راستے

جہاں ممکن ہو وہاں قابل رسائی راستہ فراہم کیا جانا چاہیے تاکہ ایک عمارت میں محفوظ رسائی ممکن ہو سکے، چاہے یہ ایک سٹریٹ سے ہو یا ایک کار پارک سے ہو۔

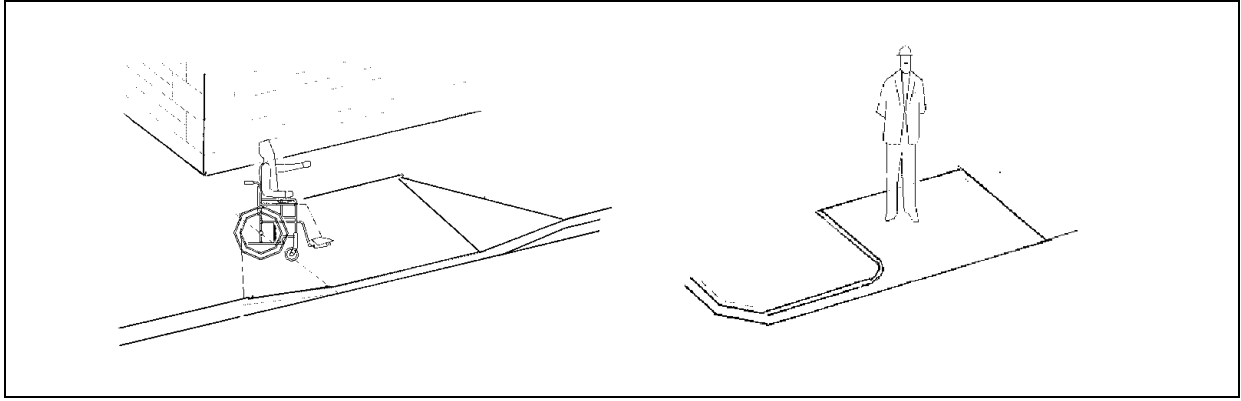
- راستے میں کسی قسم کی روکاوٹیں نہیں ہونی چاہیں اور تمام استعمال کرنے والوں کی سہولت کے لئے راستہ کافی کھلا ہونا چاہیے۔۔۔ کم سے کم چوڑائی 120 سینٹی میٹر (4 فٹ) ہونی چاہیے۔
- سطح یکساں اور ہموار ہونی چاہیے (تاوقتیکہ دیکھنے کی صلاحیت سے عاری افراد کی رہنمائی کے لئے لمس پذیر روکاوٹیں جنہیں بریل روکاوٹیں کہا جاتا ہے راستے میں پیوست کی گئی ہوں)۔
- سطح میں ہر قسم کا اتار یا چڑھاؤ واضح طور پر نظر آنا چاہیے۔

- ممکنہ روکاوٹیں جیسا کہ نشان والے کھمبوں کو راستے سے ہٹ کے لگانا چاہیے۔

### 3-3 ڈھلان راستے (ٹیڑھی / تنگ ڈھلانیں)

یہ چھوٹی ڈھلانیں مختلف اونچائی کی سطحوں کے درمیان آرام دہ منتقلی میں مدد فراہم کرتی ہیں، جیسا کہ فٹ پاتھ سے گلی میں منتقلی۔

- راستے کی ڈھلانوں کو براہ راست سفر کے راستے میں بنایا یا لگایا جانا چاہیے۔
- اقسام میں شامل ہیں:
  - فلیرڈ کٹ بیک ... اس فٹ پاتھ کا اتراؤ سڑک کے کنارے کی جانب ہوتا ہے اور اس کی اطراف بھی جھکی ہوئی ہوتی ہیں۔ یہ ڈھلان استعمال میں بہتر ہوتی ہے جب سفر ایک سے زیادہ سمتوں یعنی ایک کونے کی جانب ہو۔
  - کٹ بیک ... اس فٹ پاتھ کا اتراؤ سڑک کی جانب ہوتا ہے اور اس کی اطراف سیدھی ہوتی ہیں۔ یہ عام طور پر استعمال ہوتا ہے اور جب سفر کی سمت سیدھا سامنے کی طرف ہو۔
- ایک فٹ پاتھ کا سٹرک کی سطح کے ساتھ اتراؤ کی شرح کا تناسب 10:1 سے زیادہ نہیں ہونا چاہیے۔
- ایک ڈھلان کی کم سے کم چوڑائی 120 سینٹی میٹر (4 فٹ) ہونی چاہیے۔



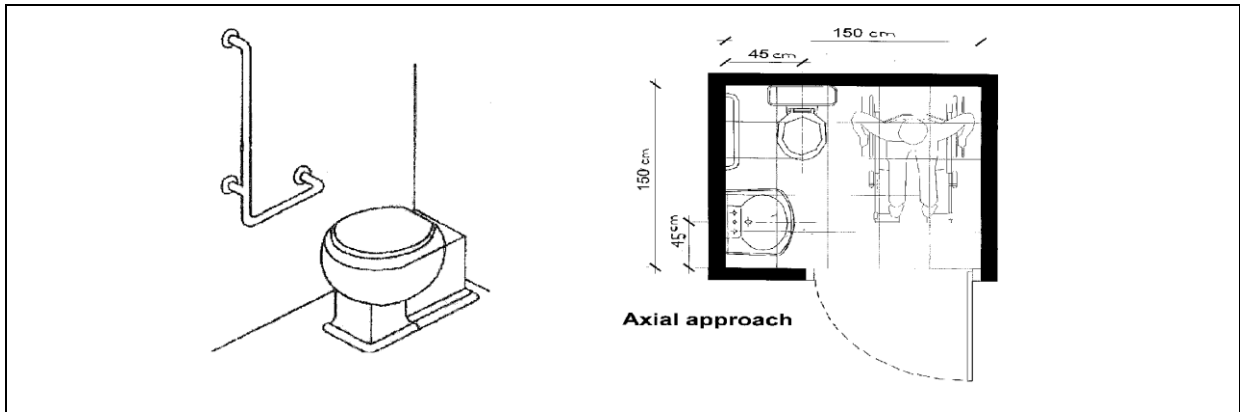
### 3-4 اشارہ جات

- معذور افراد کو روکاوٹوں سے آزاد رسائی کے بارے میں اطلاع فراہم کرنا ضروری ہوتا ہے۔
- اشارے سمت، معلومات اور گلیوں کے ناموں اور نمبروں کی فراہمی کے لئے استعمال کیے جاتے ہیں۔
- اشارے واضح، شفاف، مختصر اور یکساں ہونے چاہیں۔
- بیرونی اشارے زمین سے 2 میٹر (6.5 فٹ) اونچائی پر لگائے جانے چاہیں۔
- حروف کی ضخامت 10-17 سینٹی میٹر (4-7 انچ) کے درمیان ہونی چاہیے تاکہ 3 میٹر (10 فٹ) کے فاصلے سے یہ آسانی سے نظر آئیں۔
- اندرونی اشارے فرش سے 140-170 سینٹی میٹر (4.5-5.6 فٹ) کے درمیان لگائے چاہیں۔
- حروف کی ضخامت 1.5-5 سینٹی میٹر (0.5-2 انچ) کے درمیان ہونی چاہیے اور حروف واضح اور موٹے ہوں تاکہ آسانی سے دیکھیں جائیں۔
- قابل رسائی جگہوں اور سہولیات کے بارے میں واضح انداز میں اشارے فراہم کیے جانے چاہیں۔

4. بیت الخلاء

خاص طور پر ایک سرکاری عمارت میں کم سے کم ایک بیت الخلاء ہونا چاہیے جس میں ایک ویبل چیئر کے استعمال کے لئے کافی جگہ ہو۔

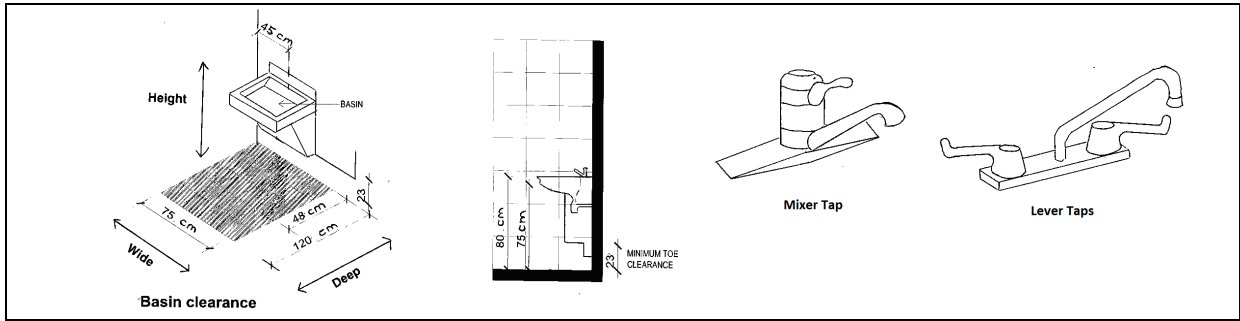
- اس کے لئے فرش کی جگہ (150) (150) سینٹی میٹر یعنی (5) (5) فٹ ہونی چاہیے۔ اس کے علاوہ وہاں بیت الخلاء یا کموڈ کے ساتھ اور سامنے 90 سینٹی میٹر (3 فٹ) سے کم جگہ نہیں ہونی چاہیے تاکہ آرام دہ منتقلی ممکن ہو۔
- اس کا فرش پھسلنے والا نہ ہو۔
- اس کا دروازہ ایسا ہونا چاہیے جو باہر کی طرف کھلتا ہو یا پرتوں والا ہو یا پھسلنے والا ہو۔ اندر کی جانب کھلنے والے دروازے جگہ گھیرتے ہیں اور اس کے نتیجے میں ایک فرد خود کو بیت الخلاء میں گھرا ہوا پاتا ہے۔
- بیت الخلاء یا کموڈ کا مرکز ملحقہ دیوار سے 45 سینٹی میٹر (18 انچ) سے کم فاصلے پر نہیں ہونا چاہیے تاکہ پکڑنے والی لوہے کی ڈنڈی تک آسانی سے پہنچا جا سکے۔
- بیت الخلاء یا کموڈ کی نشست کی فرش سے اونچائی 50 سینٹی میٹر (1.5 فٹ) ہونی چاہیے۔
- بیت الخلاء یا کموڈ کو پیچھے کی جانب سے مضبوط ہونا چاہیے۔
- پانی کی ٹوٹی یا بیت الخلاء میں استعمال ہونے والے ریشہ نما کاغذ نشست کے سامنے 30 سینٹی میٹر (1 فٹ) اور نشست کی اوپر والی سطح سے 5-25 سینٹی میٹر (2-10 انچ) زیادہ فاصلہ پر نہیں ہونا چاہیے۔
- پکڑنے والی ایل شکل کی لوہے کی ڈنڈیاں ملحقہ دیوار کے ساتھ نشست کے اوپر کی جانب سے 30 سینٹی میٹر (1 فٹ) اور نشست پر بیٹھتے اور اٹھتے وقت منتقلی میں مدد دینے کے لئے اس کو سامنے کی جانب 45 سینٹی میٹر (1.5 فٹ) آگے بڑھے ہونے چاہیے (صفحہ 15 پر تصویر ملاحظہ کریں)۔
- نشست پر منتقل ہونے کی جانب ایک جھولنے والی / اوپر سے پکڑنے والی لوہے کی ڈنڈی فراہم کی جانی چاہیے لیکن یہ ضروری نہیں ہے۔



## 5. ہاتھ دھونے والے برتن

ہاتھ دھونے والے برتن کے نیچے کچھ جگہ کی ضرورت ہوتی ہے تاکہ وہیل چئیر میں بیٹھا فرد اتنا قریب آ جائے کہ وہ ٹوٹلیوں کا استعمال کر سکے۔ یہ بہت زیادہ اونچا نہیں ہوسکتا ہے۔ ہاتھ دھونے والے برتن کے ارد گرد فرش کی جگہ 75 سینٹی میٹر (2.5 فٹ) چوڑی اور 120 سینٹی میٹر (4 فٹ) گہری ہونی چاہیے۔

- ہاتھ دھونے والے برتن کے مرکز کا ملحقہ دیوار سے فاصلہ 45 سینٹی میٹر (1.5 فٹ) سے کم نہیں ہونا چاہیے۔
- ہاتھ دھونے والے برتن کے اوپر کا کنارہ فرش سے 80 سینٹی میٹر (2.5 فٹ) ہونا چاہئے۔
- دھونے والے برتن کے نیچے گھٹنے کے لئے جگہ 75 سینٹی میٹر (2.5 فٹ) اونچی اور 48 سینٹی میٹر (19 انچ) گہری ہونی چاہیے۔
- ہاتھ دھونے والے برتن کے نیچے پاؤں کے لئے جگہ کی ضرورت ہوتی ہے --- اونچائی 23 سینٹی میٹر (9 انچ) اور گہرائی 23 سینٹی میٹر (9 انچ)۔
- ہاتھ دھونے والے برتن کے نیچے گرم اور ٹھنڈے پانی کے پائپوں کی غیر موصل مواد سے ڈھکنے کی ضرورت ہے۔ ٹوٹلیوں کے دستے ڈھنڈی نما ہونے چاہیں اور ترجیحی طور پر گرم اور ٹھنڈے پانی کو یکجا کرنے کے لئے ایک ٹوٹلی ہونی چاہیے۔



- آئینے کا نچلہ کنارہ فرش سے 90 سینٹی میٹر (3 فٹ) اور اس کا زاویہ آگے کی جانب ہونا چاہئے۔
- روشنی کے بٹنوں، دروازوں کی دستیوں اور کسی بھی دیگر لگائی جانے والی اشیاء کی اونچائی پر غور کرنے کی ضرورت ہے، جو فرش سے 90-110 سینٹی میٹر (3-3.6 فٹ) ہونی چاہئے۔

**چوڑائی:** بائیں سے دائیں جانب پیمائش  
**اونچائی:** فرش سے اوپر کی جانب پیمائش  
**گہری:** سامنے سے پیچھے کی جانب پیمائش، عام طور پر کسی چیز کے نیچے یا اندر جیسا کہ ہاتھ دھونے والے برتن کے نیچے، سامنے سے پیچھے کی جانب جہاں دیوار ہے۔ اس پیمائش کا گہرائی کے طور پر بھی حوالہ دیا جاتا ہے۔

## 6. پیشاب کرنے کے برتن

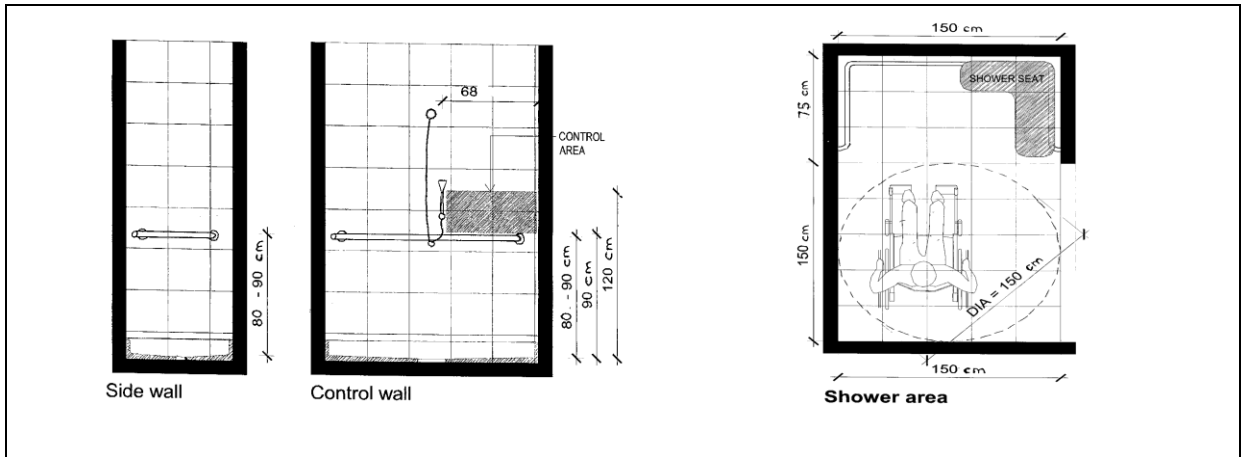
کم سے کم پیشاب کے ایک برتن کی اطراف پکڑنے والی آہنی ٹنڈیاں نصب کی جانی چاہیں جن سے پیدل چلنے والے معذور فرد کو مدد ملے۔

- پیشاب کے برتن کے سامنے فرش کے لئے 120-76 سینٹی میٹر (4-2.5 فٹ) کی واضح جگہ فراہم کی جانی چاہیے تاکہ آگے بڑھنے کی جگہ فراہم کی جائے اور وہاں کوئی روکاوٹ نہیں ہونی چاہیے۔
- دونوں اطراف آہنی ٹنڈیاں نصب ہونی چاہیں جن کو کھڑا ہوتے وقت پکڑا جائے۔ اطراف میں لوہے کی ٹنڈیاں اور پانی بہانے کا بٹن فرش سے 150-90 سینٹی میٹر (3-5 فٹ) اونچائی اور ملحقہ دیوار سے 12 سینٹی میٹر (5 انچ) کے فاصلے پر ہونے چاہیں۔

## 7. دھونے اور نہانے کی جگہ

دھونے کی جگہ اتنی کھلی ہونی چاہیے کہ وہیل چیئر باسانی مڑ جائے، راہ میں کوئی رکاوٹیں جیسا کہ زینے نہ ہوں اور ٹوٹٹیوں اور بجلی کے بٹنوں تک پہنچنے میں مدد ملے۔

- ایک قابل پہنچ دھونے والی جگہ کا کم سے کم اندرونی طول و عرض (175)(150) سینٹی میٹر یعنی (5.8)(5) فٹ ہونا چاہئے۔
- فرش کا پھسلنے والا نہ ہونا ضروری ہے اور اس میں کسی قسم کے زینے یا کنارے نہیں ہونے چاہیں۔ اس کے زاویہ کا رخ بتدریج پانی کی نکاسی کے نقطہ کی طرف ہونا چاہئے۔
- کنٹرول (یعنی ٹوٹتی) کو لازمی طور پر فرش سے 120-90 سینٹی میٹر (3-4 فٹ) کے درمیان نصب کیا جانا چاہئے۔
- تمام معذور افراد کے استعمال کے لئے نہانے کی جگہ 150 سے 75 سینٹی میٹر یعنی (5) (2.5) فٹ ہونی چاہئے۔
- پانی کے پھوارے کے مستقل استعمال کے لئے اس کے اگلے حصے کے ساتھ ہاتھ میں پکڑنے والا ہولڈر لگا ہونا چاہئے۔ حوض کی لمبائی کم سے کم 150 سینٹی میٹر (5 فٹ) ہونا ضروری ہے۔
- اگر ایک نشست فراہم کی جاتی ہے تو لازمی طور پر اس کی الگ نکاسی ہونی چاہیے اور اس کا کنٹرول قریب والی دیوار پر رکھا جائے۔



- تولیہ، صابن تقسیم کار، ہاتھ خشک کرنے والے اور کوڑا دان فرش سے 90-120 سینٹی میٹر (3-4 فٹ) پر لگانے چاہیں اور انہیں ہاتھ دھونے والے برتن سے قریب ترین ہونا چاہئے تاکہ گیلے ہاتھوں سے مریض والی کرسی کو حرکت دینے سے بچا جائے۔
- دستوں والی ٹوٹیاں استعمال کی جانی چاہیں۔ ترجیحی طور پر گرم اور ٹھنڈے پانی کو یکجا کرنے کے لئے ایک دستہ نما ٹوٹی ہونی چاہیے۔
- پکڑنے کے لئے آہنی ٹنڈیاں پھسلنے سے محفوظ ہونی چاہیں اور فرش سے 80-90 سینٹی میٹر (2.5-3 فٹ) اونچائی پر نصب کی جانی چاہیں۔ ان کا قطر 3-4 سینٹی میٹر (1.2-1.5 انچ) ہونا چاہئے اور انہیں دیوار سے 4 سینٹی میٹر (1.5 انچ) فاصلے سے کم پر نصب نہیں کیا جانا چاہئے۔

## 8. حوالہ

- ڈیزائن کا کتابچہ و ہدایات نامہ برائے رسائی، حکومت پاکستان، وزارت سماجی فلاح و بہبود اور خصوصی تعلیم، خصوصی تعلیمی ڈائریکٹوریٹ اسلام آباد، 2007