EUROBANK

Οδηγίες Ανάγνωσης Αισθητηριακού Χάρτη (Sensory Map)

2026 v.1.0

the happy act®

Ο αισθητηριακός χάρτης έχει δημιουργηθεί για να σας βοηθήσει να προετοιμαστείτε πριν μπείτε σε έναν χώρο και να πλοηγηθείτε μέσα σε αυτόν με μεγαλύτερη άνεση και ασφάλεια.

Σε κάθε σημείο του χάρτη αποτυπώνονται τα αισθητηριακά ερεθίσματα που είναι παρόντα, όπως ήχοι, φώτα, μυρωδιές, απτική επαφή και γενικές συνθήκες στον χώρο. Ο χάρτης απευθύνεται σε άτομα με αισθητηριακές ευαισθησίες ή/και στο φάσμα του αυτισμού, καθώς και στους συνοδούς τους. Στόχος είναι να διευκολύνεται η κατανόηση του περιβάλλοντος και να παρέχεται η δυνατότητα επιλογής διαδρομών και σημείων παραμονής που είναι πιο άνετα και ασφαλή.
Οι πληροφορίες εμφανίζονται με εικονίδια και χρώματα για να είναι εύκολα ορατές και κατανοητές.

Τι σημαίνουν τα χρώματα

🟢 **Ήπιο**:
Το ερέθισμα είναι φιλικό, χαμηλής έντασης και προβλέψιμο. Οι περισσότεροι άνθρωποι με αισθητηριακές ευαισθησίες το διαχειρίζονται άνετα.

🟡 **Μέτριο**:
Το ερέθισμα μπορεί να είναι ενοχλητικό ή αποσπαστικό για ορισμένα άτομα. Προτείνεται επαγρύπνηση ή εναλλακτική προσέγγιση, εφόσον χρειάζεται.

🔴 **Έντονο**:
Το ερέθισμα είναι δυνατό, απότομο ή μη προβλέψιμο. Συνιστάται αποφυγή ή ειδική προετοιμασία (π.χ. χρήση ακουστικών, συνοδεία, περιορισμένος χρόνος παραμονής).

⚠️ **Ειδικές Ενδείξεις**:
Ορισμένα ερεθίσματα, όπως ξαφνικοί ήχοι, έντονες μυρωδιές, πολύ χαμηλός φωτισμός ή οπτικός γκρεμός δεν εντάσσονται σε βαθμίδες έντασης. Εμφανίζονται μόνο με κόκκινο σύμβολο (🔴), καθώς δεν μπορούν να μετρηθούν εύκολα αλλά είναι σημαντικά για την εμπειρία στον χώρο. Χρήζουν αυξημένης προσοχής.

Οπτικό Ερέθισμα

Η κατηγορία αυτή περιλαμβάνει πληροφορίες που σχετίζονται με το φως, την οπτική εμπειρία και την αντίληψη του χώρου. Αποτυπώνονται χαρακτηριστικά που σχετίζονται με τον φυσικό ή τεχνητό φωτισμό, την οργάνωση του οπτικού πεδίου και την παρουσία ειδικών χωρικών στοιχείων.

• Φυσικό Φως: Σημεία που επηρεάζονται από το ηλιακό φως, είτε άμεσα (π.χ. παράθυρα χωρίς σκίαση) είτε έμμεσα (αντανάκλαση σε γυάλινες ή μεταλλικές επιφάνειες).

• Τεχνητός Φωτισμός: Φωτισμός που προέρχεται από τεχνητές πηγές όπως λάμπες οροφής, σποτ, σημειακός ή περιμετρικός φωτισμός.

• Οπτικός Γκρεμός: Στοιχεία στον χώρο που δημιουργούν την αίσθηση ύψους, βάθους ή διαφάνειας (π.χ. γυάλινα δάπεδα, σκάλες χωρίς κιγκλίδωμα, τζαμαρίες).

• Χαμηλός Φωτισμός: Σημεία με περιορισμένο ή πολύ χαμηλό φωτισμό.

• Οπτικό Ερέθισμα (Γενικό): Οθόνες, κινούμενες προβολές, αναβοσβήνοντα φώτα ή περιβάλλον με πολλά ερεθίσματα (visual clutter).

Ηχητικό Ερέθισμα

Η κατηγορία αυτή καταγράφει την παρουσία ήχων στον χώρο, είτε σταθερών είτε περιστασιακών.

• Ηχητικό Ερέθισμα (Γενικό): Περιλαμβάνει ήχους από συνομιλίες, τεχνολογικά μέσα ή τεχνικές λειτουργίες.

• Αναπάντεχοι Ήχοι: Ήχοι που εμφανίζονται αιφνίδια, όπως κουδούνια, συναγερμοί, πτώσεις αντικειμένων ή εξωτερικοί θόρυβοι.

Οσφρητικό Ερέθισμα

Η κατηγορία αυτή καταγράφει την παρουσία οσμών στον χώρο, είτε φυσικής είτε τεχνητής προέλευσης.

Παραδείγματα: μυρωδιές από καθαριστικά, καφέ, φαγητό, αρώματα, ή αέρα με υγρασία ή έλλειψη αερισμού.

Απτικό Ερέθισμα

Η κατηγορία αυτή αναφέρεται στην εμπειρία της αφής μέσα στον χώρο.

Παραδείγματα: υφές επιφανειών, θερμοκρασία επιφανειών, επαφή κατά τη μετακίνηση, σημεία που παράγουν δόνηση κατά την επαφή.

Γενικές Συνθήκες Χώρου

Η κατηγορία αυτή παρέχει πληροφορίες για τη συνολική αίσθηση του περιβάλλοντος.

• Ήσυχο Μέρος: Χαμηλή κινητικότητα, σταθερός φωτισμός, περιορισμένοι ήχοι και άνθρωποι.

• Πολυσύχναστο Μέρος: Αυξημένη κίνηση, περισσότερα άτομα, περισσότερα οπτικοακουστικά ερεθίσματα.