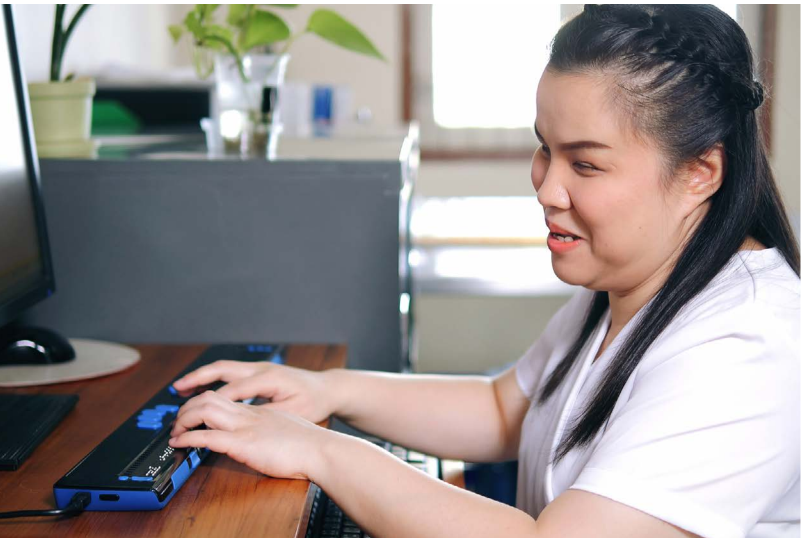
Gabay sa Pag-access sa Kapansanan at Pagsasama

Office of Community Partnerships & Strategic Communications

Disability Rights Education & Defense Fund

Governor's Office of Planning & Research



info.ocpsc@opr.ca.gov

Gabay sa Pag-access sa Kapansanan at Pagsasama

3 Mga in-person na kaganapan

5 Mga virtual na kaganapan

7 Pagtulong at mga komunikasyon

9 Social media

Office of Community Partnerships and Strategic Communications
info.ocpsc@opr.ca.gov | ocpsc.ca.gov

Disability Rights Education & Defense Fund
info@dredf.org | 510-644-2555

Gabay sa Pag-access sa Kapansanan at Pagsasama 1.1

MGA IN-PERSON NA KAGANAPAN

Lahat ay dapat makasipot sa iyong event sa personal. Ang gabay na ito ay tutulong sa iyo para masigurado na ang iyong mga event ay inklusibo, madaling maakses, at malugod na tumatanggap ng iba't-ibang taong may kapansanan. Ang madaling akses ay nakatutulong sa lahat!

1. Gumawa ng plano para sa aksesibilidad

- Mag-konsulta o makipag-tulungan sa mga taong may kapansanan.
- Mag-talaga agad ng miyembro na magiging responsable para siguraduhin na mayroong aksesibilidad na pisikal at na pakiki-ugnayan – bago at sa oras ng event.
- Sanayin sa akses ang mga tauhan at mga nagboluntaryo habang nagpaplano at bago ang event, kabilang na kung paano tumugon sa mga kahilingan para sa karagdagang mga tulong.

2. Magtanong! Alamin kung ano ang kinakailangan ng mga tao para makadalo sa iyong event

Kapag ipinadala mo ang imbitasyon o link para mag-reshistro sa iyong event, ipaalam sa mga tao na maaari ka nilang ma-kontak para manghingi ng mga tulong. Narito ang isang halimbawa na maaari mong gamitin:

Nais naming ang aming event ay inklusibo at madaling maakses. Kung ikaw ay nangangailangan ng kahit anong uri ng tulong, tulad ng Real Time Captioning, ASL, malaking sulat, o braille, mangyaring kontakin si PANGALAN sa pangalan@domain.org (o numero ng telepono) nang hindi bababa sa (7) araw ng trabaho bago ang event para magkaroon kami ng sapat na oras para magtalaga ng mga ASL interpreter, taga-caption, o mga alternatibong paraan. Gagawin namin ang aming makakaya para magbigay ng mga tulong kung kontakin ninyo kami nang mas bababa sa pitong araw bago ang event, ngunit hindi naming magagarantiya na ito ay maisasagawa. Salamat!

3. Pisikal na Akses

Siguraduhing lahat tayo ay makakapasok sa lugar at makikilahok.

- **Pasukan:** Siguraduhing ang pasukan sa lugar ay maaakses ng mga taong gumagamit ng mga wheelchair (pantay ang pasukan, o may rampa papunta sa pangunahing pintuan).
- **Lugar ng Pagtitipon:** Anumang espasyo o kwarto ng pagtitipon ay kailangang may pasukan na hindi bababa ang lapad sa 36", at dapat mayroong sapat na espasyo kung saan makakaraan at makakapwesto ang mga taong gumagamit ng wheelchair, scooter, o iba pang kagamitan na tumutulong sa kanilang kumilos.
- **Madaling Makita & Mga Karatula:** Maraming mga madaling intindihin at basahing karatula, maayos na makikita ang entablado o mga screen, at maliwanag na mga espasyo.
- **Palikuran:** Mayroon dapat na mga palikuran na may hawakaan na naaakses ng mga naka-wheelchair, mga lababo na pwedeng gamitin ng mga naka-wheelchair, at mga pamunas at dryer na madaling maabot.
- **Mga Lamesa:** Ang lamesa sa pagpaparehistro at iba pang mga lamesa ay dapat na madaling maakses ng mga naka-wheelchair.

4. Akses sa Programa

Naririto kung paanong ang paghingi ng makabuluhang tulong nang maaga ay kapakipakinabang!

- **Real Time Captions** ay ginagawa habang ginaganap ang isang event. May taga-caption (madalas na nagsanay bilang court reporter o stenographer) na nagsasalin ng binibigkas na mga salita para maging binabasang teksto. Ang mga caption ay mainam din para sa mga taong mas madaling makaintindi ng teksto kumpara sa pakikinig sa mga binibigkas na salita. Ang mga taga-caption ay maaari ring magbigay sa iyo ng kopya ng mga sinabi sa event!

- **American Sign Language (ASL)** ay ginagamit ng mga bingi. Ang ASL ay natatanging lingwahe na may sariling balarila, gramatika, at kultural na nuances. Hindi ito literal na pagsasalin ng Ingles. Dalawang ASL interpreters ay karaniwang kinakailangan para sa mga pagtitipon na mahigit 30 minuto ang haba.
- **Mga Alternatibong Paraan** ay maaaring mga digital na mga kopya ng mga materyales na ipinapadala bago ang event, o malalaking sulat (kadalasan ay 18pt font pataas), o braille na materyales na available sa event.
- **Mga Kagamitan na Tumutulong Sa Pandinig** ay nakapagpapalakas ng tunog para sa mga taong hirap sa pandinig.
  - **Hearing loops** ay nakapalibot sa isang espasyo na nakakonekta sa sound system. Ang tunog ay maaaring idirekta sa telecoil (t-coil) ng hearing aids, cochlear implants, o isang portable receiver.
  - **FM listening systems** ay nagpapadala mula sa sound system patungo sa mga receiver, tulad ng ginagamit ng mga language interpreter.

5. Mga Presentasyon

Ang mga tao ay dumalo sa iyong kaganapan upang matuto, magsaya, kumonekta, at higit pa. Siguraduhing lahat ay makikinabang sa nangyayari.

- Magpadala ng materyales bago ang event sa mga taong maaaring hindi makakita ng mga screen o flip chart.
- Ipaliwanag sa pamamagitan ng paglalarawan ang anumang teksto at mga visual na materyales tulad ng mga chart at mga imahe na nasa mga slide.
- Gumamit ng malalaking sulat sa mga presentasyon na makikita mula sa malayo.
- Parating gumamit ng mikropono – mga nag-pepresenta at miyembro ng audience.
- Ang mga video ay dapat may caption.

6. Irespeto ang pangangailangan ng bawat isa

Maging malugod kung may mangyaring ibang mga isyu patungkol sa aksesibilidad. Maaaring hindi mo inaasahan ang ibang pangangailangan sa akses – huwag mabahala! Hindi ito maiiwasan. Halimbawa, maaaring mayroong mangailangan ng lugar para ang kanilang service dog ay dumumi o umihi, o ang isang taong may diabetes ay mangailangan ng komportableng lugar para mag-test. Gawin mo ang lahat ng iyong makakaya para ang iyong event ay madaling maakses!

Mga Mapagkukunan ng Kaalaman sa Internet

Ang mga kaalaman na ito ay nagbibigay ng mas detalyado at makabuluhang impromasyon patungkol sa aksesibilidad. Basahin sila!

ADA National Network:
Isang Gabay para Madaling Maakses ng Mga Taong may Kapansanan ang Mga Pansamantalang Event
Autistic Self-Advocacy Network: Pagsasagawa ng Inklusibong Event
Web Accessibility Initiative: Gawing Madaling Maakses ang Mga Event
University of Kansas: Mga Mabisang Gabay sa Pagpaplano ng Madaling Maakses na Event

Office of Community Partnerships and Strategic Communications
info.ocpsc@opr.ca.gov | ocpsc.ca.gov

Disability Rights Education & Defense Fund
info@dredf.org | 510-644-2555

Gabay sa Pag-access sa Kapansanan at Pagsasama 1.2

MGA VIRTUAL NA KAGANAPAN

Lahat ay dapat na makadalo sa iyong virtual na event. Ang gabay na ito ay sisiguraduhing ang iyong mga online na event ay inklusibo, madaling maakses, at malugod ang pagtanggap sa mga iba't-ibang taong may kapansanan. Ang madaling pag-akses ay kapaki-pakinabang sa lahat!

1. Gumawa ng plano para sa madaling pag-akses!

- Kumonsulta o makipagtulungan sa mga taong may kapansanan
- Siguraduhing ang gagamitin mong online na plataporma ay madaling maakses – mga popular na platapormang madaling maakses ay Zoom, Microsoft Teams, at WebEx
- Bago pa man, magtalaga ng miyembro na magiging responsable sa pagsigurado ng madaling pag-akses – bago at sa oras ng event
- Sanayin ang lahat ng staff sa pag-akses sa oras ng pagpaplano at oras ng virtual na event, kabilang na kung paano tumugon patungkol sa makatarungang pakiusap

2. Magtanong! Alamin kung ano ang kinakailangan ng mga tao para makadalo sa iyong event

Kapag ipinadala mo ang imbitasyon o link para mag-reshistro sa iyong event maging ito man ay Zoom, Microsoft Teams, Webex o kahit ano pang plataporma, ipaalam sa mga tao na maaari ka nilang ma-kontak para manghingi ng mga tulong. Narito ang isang halimbawa na maaari mong gamitin:

"Nais naming ang aming event ay inklusibo at madaling maakses. Kung ikaw ay nangangailangan ng kahit anong uri ng tulong, tulad ng Real Time Captioning, ASL, malaking sulat, o braille, mangyaring kontakin si PANGALAN sa pangalan@domain.org (o numero ng telepono) nang hindi bababa sa (7) araw ng trabaho bago ang event para magkaroon kami ng sapat na oras para magtalaga ng mga ASL interpreter, taga-caption, o mga alternatibong paraan. Gagawin namin ang aming makakaya para magbigay ng mga tulong kung kontakin ninyo kami nang mas bababa sa pitong araw bago ang event, ngunit hindi naming magagarantiya na ito ay maisasagawa. Salamat!"

3. Aksesibilidad ng Plataporma ng Online na Pagpupulong

Ang plataporma ng online na pagpupulong na gagamitin mo ay kinakailangang madaling maakses ng mga taong may kapansanan sa paningin para magamit nila ang kaparehas na mga tool na gagamitin ng mga taong may kakayahang makakita; mga taong may limitasyon sa pagkilos na gumagamit ng mga shortcut o joy stick; at mga taong hirap sa pandinig o bingi na umaasa sa mga caption. Sa kabutihang palad, ang mga kilalang plataporma tulad ng Zoom, Microsoft Teams, Webex, ay naglagay ng mga ganitong aksesibilidad. Kung ikaw ay gagamit ng ibang software, magtanong kung mayroon silang gabay sa aksesibilidad.

4. Akses sa Programa

Naririto kung paanong ang paghingi ng makabuluhang tulong nang maaga ay kapakipakinabang!

- **Live na Pag-cacaption.** Ang pag-cacaption ay ginagamit ng mga taong hirap sa pandinig o bingi para maintindihan nila kung ano ang sinasabi. Ang mga caption ay mainam din para sa mga taong mas madaling makaintindi ng teksto kumpara sa pakikinig sa mga binibigkas na salita.
  - **Automated Captions** ay nililikha at ipinapalabas sa ilalim ng video window gamit ang teknolohiya ng plataporma sa pagkilala ng mga bininigkas na salita. Ang awtomatikong pag-caption ay libre sa Zoom, Teams, at iba pang online software sa pagpupulong. Siguraduhing ito ay naka-enable bago ang iyong pagpupulong at buksan kapag nagsimula na ang iyong pagpupulong. Maaari mong i-save ang kopya o transcript bago mo isarado ang pagpupulong.

- **Real Time Captions** ay ginagawa ng isang taga-caption na nagsasalin ng binibigkas na mga salita para gawing nababasang teksto. Ang mga taga-caption ay maaari ring magbigay sa iyo ng kopya ng mga sinabi sa event.

- **American Sign Language (ASL)** ay ginagamit ng mga bingi. Ang ASL ay natatanging lingwahe na may sariling balarila, gramatika, at kultural na nuances. Hindi ito literal na pagsasalin ng Ingles. Dalawang ASL interpreters ay karaniwang kinakailangan para sa mga pagtitipon na mahigit 30 minuto ang haba.
- **Mga Alternatibong Paraan** ay maaaring mga digital na mga kopya ng mga materyales na ipinapadala bago ang event, o malalaking sulat (kadalasan ay 18pt font pataas), o braille na materyales na available sa event.
- **Mga Kagamitan na Tumutulong Sa Pandinig** ay nakapagpapalakas ng tunog para sa mga taong hirap sa pandinig.
  - **Hearing loops** ay nakapalibot sa isang espasyo na nakakonekta sa sound system. Ang tunog ay maaaring idirekta sa telecoil (t-coil) ng hearing aids, cochlear implants, o isang portable receiver.
  - **FM listening systems** ay nagpapadala mula sa sound system patungo sa mga receiver, tulad ng ginagamit ng mga language interpreter.

5. Mga Presentasyon

Dumalo ang mga tao sa iyong kaganapan upang matuto. Siguraduhing makikinabang ang lahat sa nangyayari. Magpadala ng materyales bago ang event sa mga taong maaaring hindi makakita ng mga screen

- Ipaliwanag sa pamamagitan ng paglalarawan ang anumang teksto at mga visual na materyales tulad ng mga chart at mga imahe na nasa mga slide
- Gumamit ng malalaking sulat sa mga presentasyon na makikita mula sa malayo
- Ang mga video ay dapat may caption

6. Irespeto ang pangangailangan ng bawat isa

Maging malugod kung may mangyaring ibang mga isyu patungkol sa aksesibilidad. Maaaring hindi mo inaasahan ang ibang pangangailangan sa akses – huwag mabahala! Hindi ito maiiwasan. Gawin mo ang lahat ng iyong makakaya para ang iyong event ay madaling maakses!

Mga Mapagkukunan ng Kaalaman para Makapagsagawa ng Madaling Maakses na mga Online na Pagpupulong

Ang mga kaalaman na ito ay nagbibigay ng mas detalyado at makabuluhang impromasyon patungkol sa aksesibilidad. Basahin sila!

GSA – Section 508.gov: Magsagawa ng Madaling Maakses na Pagpupulong
Web Accessibility Initiative: Magdaos ng Madaling Maakses na Pagpupulong

Impormasyon sa Aksesibilidad ng Plataporma

Zoom | Microsoft Teams | WebEx

Office of Community Partnerships and Strategic Communications
info.ocpsc@opr.ca.gov | ocpsc.ca.gov

Disability Rights Education & Defense Fund
info@dredf.org | 510-644-2555

Paggamit ng may Kapansanan at Gabay sa Pagsasama 1.3
PAGTULONG AT MGA KOMUNIKASYON

Ang kabuuang impluwensiya tungkol sa may kapansanan ay nakakaapekto sa lahat. Sa pakikipagkomuinikasyon ay kailangan natin na makilala at maiwasan ang mga karaniwang estereotipo at nagpapakita ng kapansanan bilang bahagi ng kondisyon ng tao. Ang kapanasanan ay nagkukuros – ito ay kumukuros sa edad, kasarian, pagkakailanlan ng kasarian, sekswalidad, etnisidad, lahi, wika, at ekonomiyang estado. Walang tanging wstratehiya para sa pagtulong o komunikasyon ang ay gagana para sa lahat, ngunit ang maalalahaning pagpaplano ay makakatugon sa mga isyu na kinakailangan para kunin ang mga tao sa lahat ng uri ng mga kapansanan at ang kanilang mga pamilya.

1. Gumamit ng Maraming-Daanan na Komunikasyon

Ang paggamit ng saklaw ng komunikasyon na mga daanan at mga paraan ay makakapagpalawak sa dami ng tao na may mga kapansanan, at ang iba, na maaari mong maaabot. Isaaalang-alang ang pakikipagkomunikasyon sa iba't-ibang mga daanan na may nakalimbag na mga materyales (mga flyer, mga paskil, mga pansabit sa pintuan), tunog (mga podcast, radio, mga tunog na kikil), at mga naka-caption na bidyo na may tunog na paglalarawan.

2. Magagamit na mga Komunikasyon

Siguraduhin na ang lahat ng mga pormat ng inyong mga materyales ay magagamot ng mga tao na iba't-ibang kapansanan, kasama na ang mga tao na bingi/ hirap sa pagdinig; mga bulag na tao o may mahinang paningin; mga tao na may kapanasanan sa pag-iisip o intelektwal; at mga tao na may kapanasanan sa pag-aaral. Mga halimbawa:

- **Nakalimbag na mga materyales.** Gumamit ng mababasang font (hindi liliit sa 12pt Arial), at siguraduhin na may magandang pagkakaiba sa pagitan ng text at mga kulay sa likuran. Maaari mong suriin ang pagkakaiba gamit ang WebAIM Contrast Checker.
- **Bidyo.** Siguraduhin na ang mga bidyo ay may mga caption (para sa mga taong bingi o hirap makarinig) at audio na pagsasalaysay para sa mga taong bulag. Ang mga audio description (AD) o paglalarawan sa pamamagitan ng tunog au makakatulong sa mga bulag na tao. Ang AD ay isang tunog na pagsasalaysay na may pangunahing biswal na mga element.
- **Tunog.** Ang mga podcast at radio ay magandang mga opsyon para sa mga taong bulag. Siguraduhin na ang mga kopya ng mga text ay kasama sa inyong mga tunog na komunikasyon.

3. Tunay na Representasyon sa pamamagitan ng imahe

Isama ang mga imahe ng may kapansang tao sainyong mga materyales! Kung ang paggamit ng mga larawan o mga grapiko, gumamit ng mga imahe na nagpapakita ng mga may kapanang tao bilang aktibong kalahok sa mundo, at hindi walang-kibo na tagapagtanggap ng tulong (gaya ng pag-upo sa upuang-de-gulong na tinutulak ng isang tagapag-alaga na naka-uniporme) Ang mga imahe ay dapat na magdiwang sa anumang bahagi. Ang Disability Collection at Getty Images ay isang magandang (magal) na mapagkukunan para sa mga larawan. Manguaring suriin rin ang Disabled and Here.

Ang alternatibong text para sa mga imahe (Alt-text). Kung ang mga imahe na kasama sa mga digital na materyales ay dapat magkaroon ng Alt-text upang ang mga tagapagbasang software ng iskrin ng mga bulag na tagapaggamit ay maaaring mag-anunsiyo ng nilalaman ng imahe. Alt-text au nakalagay sa isang imahe gamit ang Word o HTML) o ibang software). Ang WebAIM's. Alternative Text Guide ay isang mahusay na mapagkukunan. Canva.com (Ang mga walang-kita ay karapat-dapat para sa libreng account!) ay mayroong koleksyon ng mga icons ng mga kapansanan.

4. Kultura ng Kapansan at pagkakilanlan

Ang kultura ng kapansanan ay tumubo mula sa pinagsamang mga karanasan ng taong may kapansanan at ang pagsasama na umusbong mula sa mga karapatan ng kapansanan at independiyenteng pagkilos na pamumuhay. Ito ay pangbuong mundo at isinasama ang mga sining sa lahat ng kanilang mga anyo.

Ang pagkakakilanlan ng kapansanan ay kung paano ang taong may kapansanan nakikita ang kanilang sarili, ang kanilang koneksyon sa ibang tao na may mga kapansanan, at ang kanilang lugar sa mundo. Itong short piece by Anjali Forber-Pratt ay nagbibigay ng magandang paliwanag sa parehong kultura at pagkakilanlan ng kapansanan.

- **Ang tao muna vs. Pagkakilanlan ng unang wika.** Kung itutukoy sa mga tao na may mga kapansanan, mayroong hindi bababa sa tatlong katanggap-tanggap na mga paraan:

  1. Ang unang wika na ginagamit ng tao, "taong may kapansanan."
  2. Ang unang wika na ginagamit ng pagkakilanlan "taong may kapansan."
  3. Sa mga tiyak na mga sitwasyon, tanungin ang tao sa kanilang kagustuhan.

- **# SaytheWord: Disabled!** "SaytheWord ay nilikha ni Lawrence Carter-Long para gumamit ng wika para makumpronta ang pagka-di-makita ng mga taong may kapansanan. Ang mga may kapansana ay hindi gumagamit ng mga eupemismo gaya ng, "may kakaibang-kakayahan", may pisikal na paghihirap," o "May Espesyal na Pangangailangan." (ANg pangangailangan ay hindi espesyal kung may ibang tao na nakakakuha ng kaparejong bagay na ipinagwawalang-bahala.)

5. Iwasan ang "inspirasyong pornograpiya"

Ang yumaong taga-Australia na tagapagtaguyod ng kapansanan na si Stella Young, ipinakilala ang konseptong "Inspirasyong Pornograpiya." Hind-pormal na tinukoy, ang inpirasyong pornograpiya ay maaaring gumamit ng pagiging sentimental, pagkaawa, o paglalarawan sa mga taong may kapansanan bilang mga bayani sa paggawa ng kaparehong bagay na ginagawa n mga taong walang kapansanan sa araw-araw. Ito ay tumutuon sa mga taong may kapansanan. Ang "How to Avoid Inspiration Porn" Andrew Pulrang, ay isang magandang panimula aklat.

Mga Mapagkukunan

UN Disability-Inclusive Communications Guide, 2022

Inspiration porn and the objectification of disability: Stella Young at TEDxSydney, 2014

Office of Community Partnerships and Strategic Communications
info.ocpsc@opr.ca.gov | ocpsc.ca.gov

Disability Rights Education & Defense Fund
info@dredf.org | 510-644-2555

Ang Batayan para sa Paggamit ng May-Kapansanan at Pagkakalakip 1.4
SOCIAL MEDIA

Ang social media ay naging sentro ng komunikasyon sa buong mundo. Ito ay ginagamit ng para sa may-kitang mga negosyo, mga pamahalaan, mga walang-kitang organisasyon, at mga indibidwal. Ginagamit ito sa mga layuning pangkalakal, para magbahagi ng kritikal na pampublikong impormasyon (gaya ng mga babala sa matinding init, pampublikong update sa kalusugan, at marami pa), para itaas ang kamalayan tungkol sa panlipunang hustisya, para kumonekta sa ating mga kaibigan at pamilya, at para sa kasiyahan at libangan. Para masiguro na ang lahat ay nakikisali, ang social media ay dapat na magagamit ng mga taong may-kapansanan, kung saan kailangan ng pag-iisip at pagpaplano, ngunit may balik dahil sa ang paggamit ay nakakabenepisyo sa lahat. Maging aktibo sa pamamgitan ng paggawa ng inyong social media na magagamit sa paggamit ng mga tip na ito:

1. Gumamit ng Maraming Social Media na mga Plataporma

Kung maaari, gumamit ng mahigit sa isang social media na plataporma para mapalawak ang abot at pakikipag-ugnayan sa iba't-ibang mga taong may-kapansanan. Mayroong ebidensiya na ang social media ay gumaganap ng isang kritikal na papel sa pagpapalakas ng mga mensahe at ang mga tao ay maaaring lumipat sa plataporma kung saan sila ay mas kumportableng gumamit. Mag-eksperimento sa mga naka-pokus sa imahe gaya ng Instagram at YouTube, at mga plataporma na gumagamit ng text at mga imahe gaya ng Facebook, Threads, o X (dating Twitter).

2. Paggamit ng Nakapaskil na Social Media

Maraming mga taong bulag na gumagamit ng software na pangbasa sa iskrin sa kanilang mga kompyuter o i-text-para-magsalita sa mga selpon at mga tablet para makinig sa nakasulat sa iskrin. Ang mga nagbabasa sa iskrin at i-text-para-magsalita ay nagbabasa ng text ng malakas, ngunit hindi nila mailalarawan ang mga imahe na hindi kasama sa alt-text, at ang maraming-salita na mga hashtag ay kadalasang walang saysay kung hindi magagamit ang pagsasaayos.

- **Mga Imahe: Kasama ang alternatibong text.** Kung ang mga imahe ay kasama sa mga digital na materyales kailangan na sila ay mayroong Alt-text para ang mga bulag na gagamit ng software na nagbabasa ng iskrin ay maianunsiyo ang nilalaman ng imahe. Ang Alt-text ay nakapaloob sa isang imahe at nababasa ng software. Ang lahat ng Facebook, Instagram, Threads, at X (formerly Twitter) ay mayroong mga pagsasaayos kung saan maaari kang magdagdag ng Alt-text sa mga imahe.

- **Mga Hashtag: Paggamit ng Titulong Titik.** Ang software na nagbabasa ng iskrin ay susubukan na basahin ang maraming salita na hashtag na gumagamit ng maliliit na titik bilang isang mahabang salita sa halip na basahin ang mga salita ng hiwalay. (Isaalang-alang kung paano ang kompyuter ay maaaring magbasa ng #bumpusup versus #BumpUsUp). Para gawing mas mababasa ang mga hashtag ng mga taong may nakasulat na kapansanan at masiguro na ang software na nagbabasa ng iskrin ay binigkas ang hashtag ng wasto, gawing malaking titik ang unang titik ng bawat salita – kadalasang tinutukoy bilang Titulong Titik.
  Mga halimbawa: **#ExtremeHeat, #SaveOurWater, #VaccinateAll58**

- **Mga Emoji: Ang paggamit ay maaaring nakapaloob sa, ngunit gamitin ng may pag-iingat.** Ang mga emoji ay ginagamit sa kabuuan ng mga plataporma at sa pang-araw-araw na mga text sa pagitan ng mga tao. Ang mga emoji ay karaniwang may alt-text na nakapaloob sa kanilang Unicode, kung kaya ang nagbabasa sa iskrin ay nagsasabing, "pulang puso," kung makatagpo ng ❤️. Kung makatagpo ng hanay ng mga ❤️, inuulit nito ang, "pulang puso, pulang puso, pulang puso, kung kaya limitahan ang paggamit ng mga emoji. I-tsek ang alt-text gamit ang mga kagamitan sa plataporma na ginagamit mo para masiguro na may katuturan ito – maaari kang palaging magdagdag, "Dilaw na nakangiting mukha," para sa 😀 na emoji. At, huwag ipagpalagay na ang napili mong emoji ay kumakatawan sa isang pakiramdam na may parehong kahulugan para sa lahat ng mambabasa.

(Paggamit ng Nakapaskil na Social Media)

- **Mga Kulay: Kaibahan.** Siguraduhin na mayroong mabuting kaibahan sa pagitan ng text at sa likod na mga kulay sa lahat ng mga grapiko. Maaari mong suriin ang kaibahan gamit ang WebAIM Contrast Checker.

- **Bidyo.** Siguraduhin na ang nakapaloob na mga bidyo ay may mga paliwanag (para sa mga taong bingi/ may kahirapan sa pandinig) at audio na salaysay para sa mga taong bulag. Ang mga audio description (AD) ay tumutulong sa bulag na mga tao. Ang AD ay isang audio na salaysay ng mga susing elementong biswal.

3. Tunay na representasyon sa pamamagitan ng koleksyon ng mga imahe

Isama ang mga imahe ng mga taong may-kapansanan sa inyong mga materyales! Maging ang paggamit ng mga larawan o mga grapiko, gumamit ng mga imahe na nagpapakita ng mga taong may-kapansanan bilang aktibong mga kalahok sa mundo, at hindi walang-kibong mga tagapagtanggap ng tulong (gaya ng pag-upo sa silyang-de-gulong na tinutulak ng isang katulong na naka-uniporme). Dapat ipagdiwang ang mga imahe na magkasamang-nabubuhay. Ang Koleksyon ng mga Kapansanan sa Getty Images ay isang malaking (mahal) mapagkukunan para sa mga larawan. At suriin rin ang Disabled and Here.

4. Wika

- **Tao muna vs. Pagkakakilanlan ng unang wika.** Kung tumutukoy sa mga tao na may mga kapansanan sa mga paskil sa social media, mayroong hindi bababa sa tatlong katanggap-tanggap na mga paraan:

  1. Tao unang wika ay gumagamit ng, “taong may-kapansanan.”
  2. Pagkakakilanlan unang wika ay gumagamit ng “may-kapansanang tao.”
  3. Pangalanan ang kapansanan kung naaangkop, halimbawa, “binging mga aktor,” o “mga tagasuri ng website na bulag.”

- **#SabihinAngSalitang: May-kapansanan!** “#SabihinAngSalita ay likha ni Lawrence Carter-Long para magamit ang wika na kumprontahin ang hindi-pagkakakita ng mga taong may mga kapansanan. Huwag gamitin ang mga eupemismo gaya ng, “may kakaibang-kakayahan,” “may pisikal na hamon,” o “Espesyal na mga Pangangailangan.” (Ang pangangailangan ay hindi espesyal kung may ibang tao na nakukuha ang parehong bagay at ipinapawalang-bahala.)

Mga Mapagkukunan

Accessible Social

Hootsuite: Social media accessibility – inclusive design tips for 2023

Sprout Social: 8 guidelines to make social media posts more accessible

Office of Community Partnerships and Strategic Communications
info.ocpsc@opr.ca.gov | ocpsc.ca.gov

Disability Rights Education & Defense Fund
info@dredf.org | 510-644-2555