



# Aistiystävällisyystiedot ja saapumisohje

## TÄHÄN OHJEESEEN ON KOOTTU HELSINKI PRIDEN VIRALLISTEN NAISTENBILEIDEN SAAPUMIS- JA AISTIKUORMITTAVUUSTIEDOT

Aistiherkkyys on hyvin yksilöllistä, joten tiedot tilojen aistikuormittavuudesta ovat aina suuntaa-antavia. Jokaisen aistiherkän on tärkeää arvioida tietoja itsetuntemuksensa valossa. Jos arvelet, että jokin tila voi olla sinulle ylikuormittava, näin voi olla, vaikka niin ei ohjeessa sanottaisi.

Naistenbileet ovat isot bileet. Pelkästään tämä lähtökohta tarkoittaa monipuolista ja keskimäärin erittäin voimakasta aistikuormitusta. Herkkäkuuloisten voi olla tarpeen suojata kuulonsa korvatulpilla tai kuulosuojaimilla koko alueella, myös ulkotiloissa. Sisätilat ovat pääsääntöisesti hämäriä, mutta värikkäitä valoja on paljon. Molemmissa biletiloissa (1 ja 1+1) on myös valotehosteita (liikkuvia/välkkyviä valoja/ videota).

Apuvälineitä (kuulosuojaimet ja kommunikointikortit) voi pyytää lainaksi Pride-henkilökunnalta tai järjestyksenvalvojilta.

Priden vapaaehtoiset ovat saaneet koulutusta aistiherkyydestä ja aistiherkkien tukemisesta ylikuormittumistilanteissa. Jos varotoimista huolimatta tunnet ylikuormittuvasi, voit pyytää heiltä turvallisesti apua rauhallisen tilan löytämiseen tai alueelta pois pääsemiseen. Jos puhumalla kommunikointikortit on sinulle ylikuormittuneena vaikeaa, voit ladata tuekseen kommunikointikortit tai ottaa niistä puhelimeesi valokuvat ja käyttää niitä apuna. Henkilökunnalla on myös muutamia kappaleita kommunikointikortteja lainattavaksi.



## KOMMUNIKOINTIKORTIT

Bileissä liikkuvilta häirintäyhdyshenkilöiltä löytyy kommunikaatiokortit ja laitamme yhdet myös esteettömään wc:seen.

Lataa Kaiaon Pride Special Edition kommunikointikortit: [KAIAO.FI/MATERIAALIT](https://kaiao.fi/materiaalit)

Kommunikointikortit Instagramissa: [AVAA](https://www.instagram.com/AVAA)



## RAUHALLISET ALUEET

Ääniwallissa ja sen lähistöllä on kolme rauhallisempaa aluetta, joita voit hyödyntää kuormituksenhallinnassa. Huomaathan, että ”rauhallinen” tarkoittaa tässä rauhallista verrattuna bileiden yleiseen melu- ja ärsyketasoon joka on erittäin korkea, ei todella hiljaista tai juhlasta eristettyä aluetta. Jos tarvitset taukoa äänikuormituksesta, lainaa kuulosuojaimet –vaikka vain rauhallisen tilan käyttämisen ajaksi!

- Rauhallinen paikka on tapahtuma-alueen ulkopuolella mutta sen välittömässä läheisyydessä oleva puistikko/ulkoalue, jossa on istumapaikkoja. Huomioithan, että joudut palaamaan takaisin bileisiin Ääniwalliin jonon kautta.
- Toinen rauhallisempi alue (etenkin klo 22- DJ:n lopetettua) on ulkona, heti sisäänkäynnin vieressä. Sieltä löytyy istumapaikkoja. Vaikka tämä alue on varattu rauhalliseksi, se on yhteydessä muuhun ulkotilaan ja sen välitön ympäristö on edelleen vilkas ja meluisa.
- Sisätiloissa rauhallinen paikka, johon voit vetäytyä hetkeksi toipumaan, on esteetön wc. Siellä voit olla hetken yksin niin että ympärilläsi on hiukan tilaa. Äänikuormitus tässä tilassa on kuitenkin korkea, joten sinne on sijoitettu myös kuulosuojaimet. Ne on tarkoitettu käytettäväksi vain wc:ssä oleskelun ajan.

Esteettömiä vessoja on vain yksi, ja sitä käyttävät myös vammaiset. Heillä on lupa koputtaa oveen. Jos oveen koputetaan, päästä wc:tä sen varsinaiseen tarkoitukseen tarvitseva sisään, ja siirry jatkamaan toipumista ulkotilaan. Pyydä tarvittaessa apua henkilökunnalta- jos olet ylikuormittunut, wc:n ulkopuolelle ei kannata jäädä odottelemaan tilan vapautumista uudelleen.

## SISÄÄNKÄYNTI, ULKOTILAT JA SAAPUMINEN

Ääniwalli on iso rakennus, mutta sitä ei ole merkitty. Katso kuvasta, miltä paikka näyttää saapumissuunnasta! **Lipunmyyntikoppi** on ulkona. Sen lähellä on **rauhallinen**



1. Ääniwalli



2. Rauhallinen alue sisäänkäynnin vieressä.



**nurkkaus.** Vähän matkan päässä on DJ-koppi, josta musiikkia soitetaan klo 20–22. Klo 22 jälkeen ulkona on rauhallisempaa, mutta jos sää on hyvä, siellä voi koko ajan olla paljon ihmisvilinää. Lisäksi ulkotilassa on Burman Tähti food truck, joka tarjoilee aasialaista ruokaa ja josta kantautuu ruuan tuoksua.

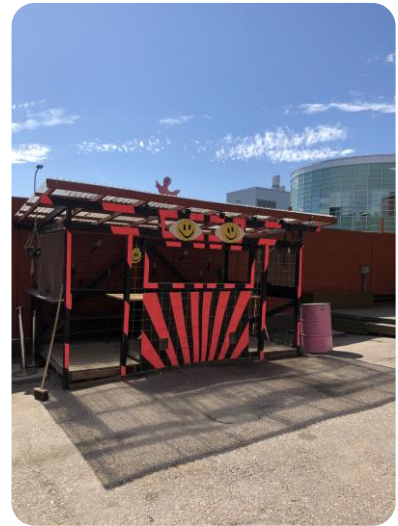
Ulkotilassa on käytetty huomiovärejä katoksen säleikössä ja DJ-kopissa. Ne ovat vastakkaisilla puolilla kulkureittiä, joten ulkotilassa on vaikea liikkua ilman, että kumpikaan osuisi näkökenttään. Jos olet väreille herkkä, ole varovainen liikkuessasi lipunmyyntipisteen ja sisäänkäynnin välillä.



3. Lipunmyyntikoppi



4. Katos



5. DJ-koppi

Bilealueelta voi poistua vapaasti ja palata takaisin jonon kautta. Lähistöllä on pensaiden suojaama oleilualue, jossa on myös istumapaikka. Tämä on alueen rauhallisin paikka.

Ääniwallin sisäänkäynti on talon kulmauksessa, eli sinne kuljetaan ulkotilan läpi.



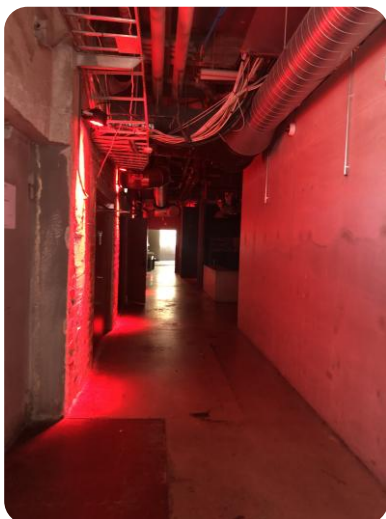
6. Lähistöllä oleva penkki



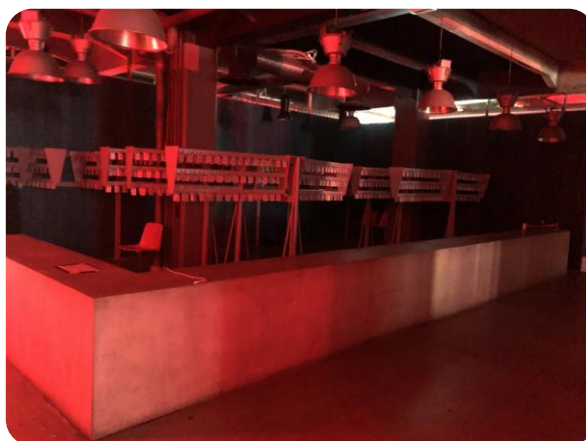
## SISÄTILAT

### Käytävät ja narikka

Sisätilan käytävät ovat hämäriä ja melko ahtaita. Sen takia sisätila voi myös tuntua hiukan sokkeloisemmalta kuin se onkaan. Varsinaisia biletiloja on kuitenkin vain 2 huonetta + wc-alue.



7. Käytävä



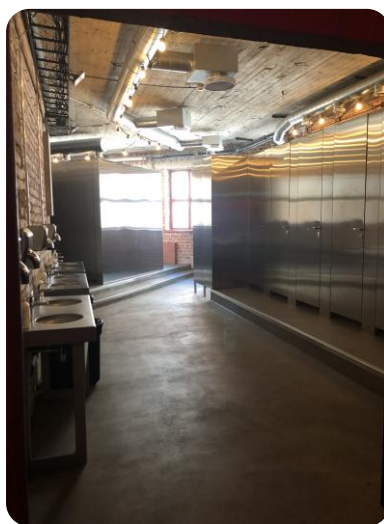
8. Narikka

### Wc-alue ja esteetön wc

WC-alue on iso, yhtenäinen tila, jossa on paljon wc-koppeja ja käsienpesualue. Täällä on tavallinen valaistus.

Esteetön wc on sisätilojen rauhällisin tila. Sinne voi vetäytyä toipumaan hetkeksi, jos ylikuormitus yllättää ja tarvitset ympärillesi hiukan tilaa.

Ilmastoinnin ääni on kuitenkin kova. Myös katto on avoin, joten tilaan kantautuu ääntä ympäriltä. Tilassa on kuulosuojaimet, joilla voit helpottaa äänikuormitusta. Ne on tarkoitettu vain wc:ssä käytettäväksi- ethän vie niitä pois. Jos huomaat tarvitsevasi kuulosuojaimia wc:n ulkopuolella, käänny henkilökunnan puoleen niin saat lainattavat kuulosuojaimet.



10. WC-alue



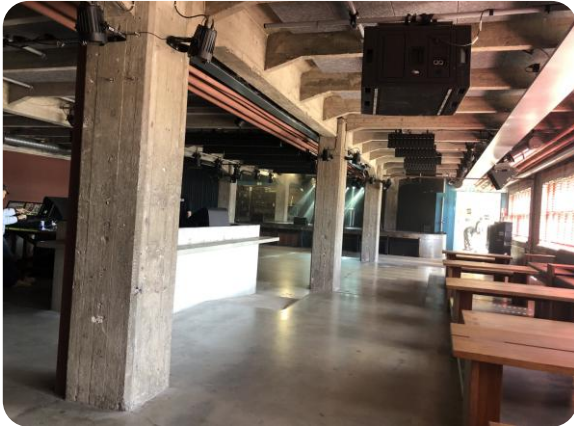
9. Esteetön WC



## 1-tila

Isoin tila eli 1-tila on iso sali. Yhdessä päässä on esiintymislava, toisessa päässä iso baari. Välissä on avointa tilaa ja reunoilla istumapaikkoja. Kaiuttimia on ympäri tilaa, ja äänikuormitus on korkea koko tilassa. Esiintymislavalla on lisäksi kirkkaita väkkyviä valoja. Tilaan tulee myös lavan keskitolppien väliin sijoittuva screen, jossa on sekä liikkuvaa että stillkuvaa.

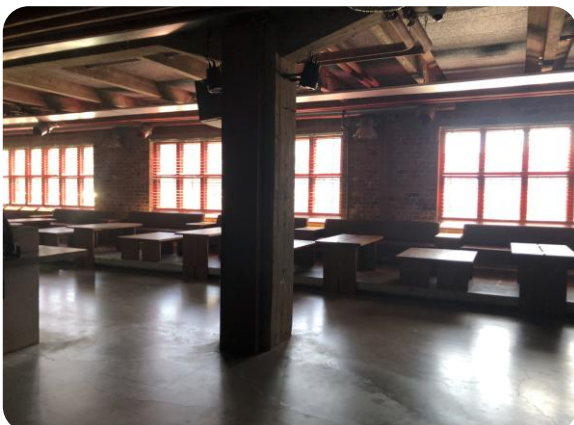
Vaikka tilan aistikuormittavuus on yleisesti ottaen erittäin korkea, kuormittavuudessa on vaihtelua tilan eri puolilla tavalla, jota voit hyödyntää etenkin visuaalisen kuormituksen osalta. Esimerkiksi, betonipylväät blokkaavat paikoitellen näkyvyyttä lavalle, tai voit valita istumapaikan, jossa olet selin lavan suuntaan jne.



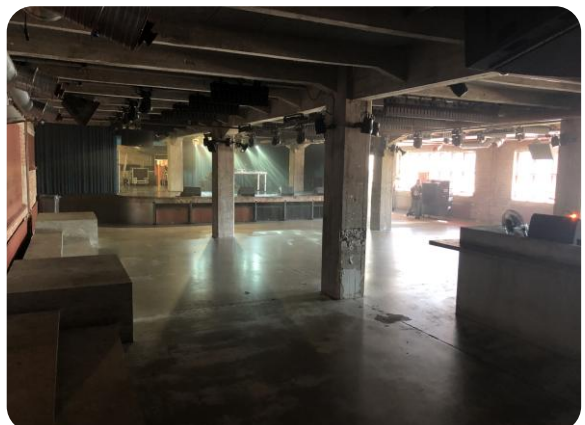
14. 1-tilan sali



12. Baari



13. Istumapaikkoja



11. Näkymä lavan suuntaan



[+]

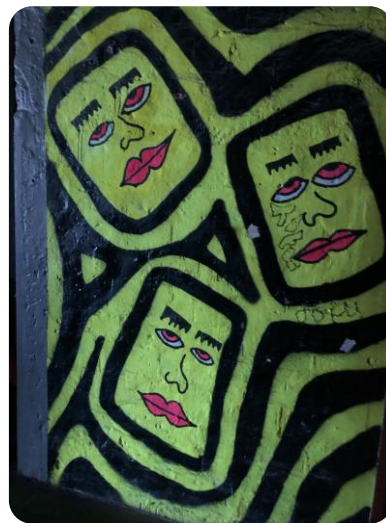
Pienempi biletila on 1+1. Se tulee oletettavasti olemaan kaikkein aistikuormittavin tila. Tunnistat tilan helposti sisääntuloväylällä olevasta huomiovärisestä maalauksesta.

Tila on pieni mutta avoin. Siellä on istumapaikkoja, mutta ei suojaa aistiärsykeiltä. Tilassa soittaa DJ, ja lisäksi siellä on VJ joka heijastaa videokuvaa 3 seinälle. Tanssilattian lisäksi tilasta löytyy baari ja muutamia pöytiä istumapaikkoineen.

Tilan pienuuden takia aistikuormitus on tasainen koko tilassa.

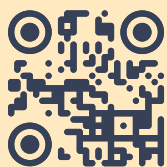


16. 1+1-tila

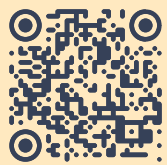


15. Maalaus sisäänkäynnin luona

Helsinki Pride 2026 esteettömyyssivu: <https://pride.fi/helsinki-pride-2026/helsinki-pride-esteettomyys-ja-aistiesteettomyys-2026/>



Kaiaon kotisivut



Kaiaon aistipalvelut

Kaiaon **Aistikävely-** ja **Aistiopastus**palvelut auttavat luomaan aistiystävällisiä toimi- ja asiakastiloja. Niiden avulla tavoittaa aistiherkän kokemuksen ja saa aistiherkkien tarpeisiin nähden riittävän yksityiskohtaista havaintotietoa aistiympäristöstä. Tutustu Kaiaon Aistiympäristöpalveluihin tarkemmin kotisivuilla.



**Kaiao**

YHDENVERTAISUUDEN PUOLUSTAJA  
– MYÖS KOKO SATEENKAAREN LEVEYDELTA