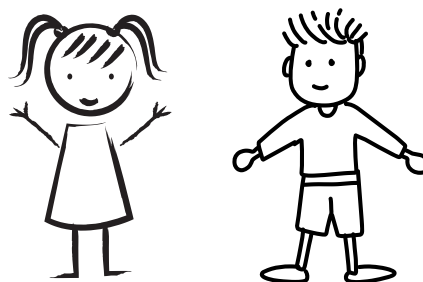


Poznajcie historię Basi i Rafała oraz posłuchajcie, co chcą Wam powiedzieć

Jestem Basia i urodziłam się z Zespołem Downa. Moja twarz różni się od twarzy innych osób. Mam też serce, które potrzebuje więcej odpoczynku i badań. Czasami nauka wydaje mi się za trudna, ale lubię uczyć się nowych rzeczy.

Bardzo lubię tańczyć i wymyślać nowe ruchy do piosenek. Uwielbiam słuchać muzyki i nie wyobrażam sobie bez niej życia. Lubię słuchać historii opowiadanych przez inne osoby.



Jestem Rafał i podobnie jak Basia urodziłem się z Zespołem Downa. Bardzo lubię grać w gry planszowe. Znam ich naprawdę mnóstwo. Czasami potrzebuję więcej czasu, żeby zrozumieć zasady, ale często daję radę.

Nie mogę grać zbyt długo w piłkę, ale chętnie chodzę po górach i poznaję nowe okolice. Lubię też jeździć na rowerze w różne ciekawe miejsca.

Chcielibyśmy, aby ludzie pamiętali, że oprócz Zespołu Downa mamy także swoje pasje, znajomych i lubimy robić różne ciekawe rzeczy.

Potrzebujemy wsparcia i życzliwości, jak każdy człowiek.

Możemy częściej potrzebować pomocy, ale nie trzeba myśleć, że nie dajemy rady z niczym. Też możemy dużo.

Co warto wiedzieć o Zespole Downa?

Zespół Downa jest to zespół wad wrodzonych, czyli osoby rodzą się z nim i nie można tego wyleczyć.

Jednak takie osoby mogą dzięki wsparciu życia dobrze i robić wiele rzeczy.

Osoby z Zespołem Downa mają charakterystyczny wygląd twarzy, który widoczny jest w rozstawieniu oczu, uszu i budowie ust. Takie osoby też są niższe i mogą mieć trudności z koordynacją.

Osoby z Zespołem Downa często mają także niepełnosprawność intelektualną, a to oznacza, że mogą mieć trudności z nabyciem niektórych umiejętności, mogą potrzebować więcej czasu na pewne rzeczy.

Osoby z Zespołem Downa także mają swoje pasje, hobby czy talenty. Takim osobom może być trudno funkcjonować, gdyż mają pewne ograniczenie, dlatego zrozumienie ich trudności może być pomocne.

Osoby z Zespołem Downa nie zarażają swoją chorobą, nie są gorsze, ale potrzebują otwartości. Też chcą rozwijać się, podróżować, a nawet pracować. Bardzo duże znaczenie ma wpływ i postawa innych ludzi, którzy mogą tworzyć przyjazny i dobry świat wokół nich.

ŚWIATOWY DZIEŃ ZESPOŁU DOWNA

To warto wiedzieć:

Data ta nie jest wybrana przypadkowo – nawiązuje zarówno do pierwszego dnia wiosny, symbolizującego nowy początek, jak i do trisomii 21 chromosomu, będącej genetyczną przyczyną Zespołu Downa. Osoby z tą wadą genetyczną mają trzy kopie chromosomu 21 zamiast dwóch, co prowadzi do charakterystycznych cech fizycznych i intelektualnych.

To warto pamiętać:

Światowy Dzień Zespołu Downa znany jest także jako Dzień Kolorowej Skarpetki. W tym dniu ludzie na całym świecie zakładają kolorowe skarpetki nie do pary, aby w sposób symboliczny pokazać solidarność z osobami z trisomią 21. Skarpetki te, jako różne, lecz równie ważne elementy, przypominają o tym, że każdy człowiek, niezależnie od swoich cech czy możliwości, zasługuje na akceptację i równe szanse.

To warto robić:

Wszyscy zasługują na szacunek i życzliwość drugiej osoby. Osoby z Zespołem Downa mogą dodatkowo potrzebować naszej pomocy. Możemy wykorzystać swoje zdolności oraz umiejętności, gdy taka osoba będzie potrzebowała wsparcia. Oczywiście nasza pomoc powinna być w granicach naszej możliwości, a druga osoba musi chcieć jej. Należy też pamiętać, że osoby z Zespołem Downa mimo ograniczeń mają prawo do radosnego życia.