



# Październik

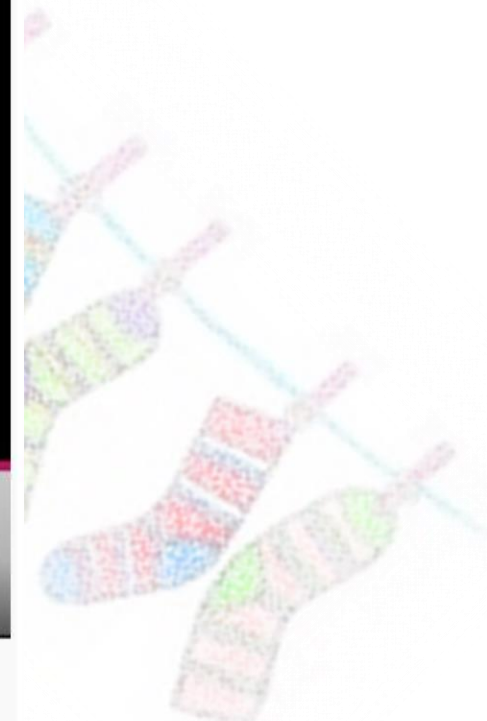
**Miesiąc budowania świadomości  
o Zespole Downa**

Opracowała: Monika Mierzejewska SP3 Ząbki

The image shows a YouTube video player interface. The video content area features a black background with a colorful brushstroke graphic in orange, blue, and pink. The text on the screen reads: "ZESPÓŁ DOWNA NIE BÓJ SIĘ... MYŚLEĆ INACZEJ". Below this is a white circular logo with a dot inside. Underneath the logo, the text says: "STOWARZYSZENIE RODZIN I OPIEKUNÓW OSÓB Z ZESPOŁEM DOWNA BARDZIEJ KOCHANI".

The video player controls include a progress bar at 2:08 / 2:10, a volume icon, and a play button. The bottom of the player shows the video title: "Nie bój się myśleć inaczej - Światowy Dzień Osób z Zespołem Downa 2020", the view count "34 664 wyświetlenia", the upload date "13 mar 2020", and engagement icons for likes (384), dislikes (19), share (UDOSTĘPNIJ), save (ZAPISZ), and a menu icon (three dots).

Logos for various partners and sponsors are visible at the bottom of the video frame, including resolution, tribalmedia, Kaja Bielawska, Dorota Konarska, Lukasz Genczelewski, Kizna, Bartłomiej Sirkop, SOLSKI, Open Site, converters, SARIGATO, GAZETA.PL, AudienceNetwork, VEOVEE, and TARSA.



<https://www.youtube.com/watch?v=jJEzFqWkXNo>



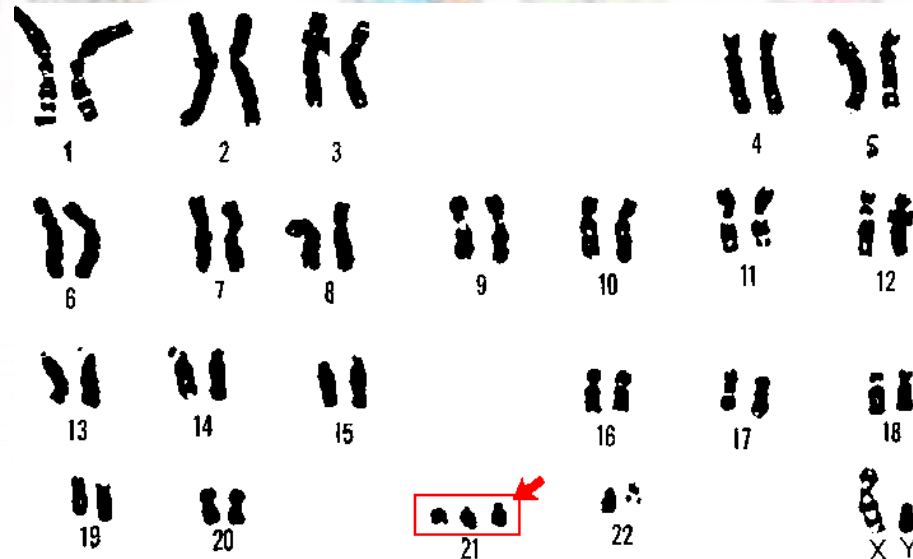
ZESPÓŁ DOWNNA  
BRZMI TAK  
ROCKOWO



# Zespół Downa brzmi rockowo!

Nazwa Zespołu Downa pochodzi od nazwiska angielskiego lekarza, który jako pierwszy opisał tę wadę w 1866 roku- Johna Langdona Downa.

To zespół wad wrodzonych, który jest efektem dodatkowego 21 chromosomu (trisomia chromosomu 21).







Zespół Downa to najbardziej rozpowszechniona i znana anomalia genetyczna.

***„Nie chodzi o celebrowanie niepełnosprawności,  
a o celebrowanie możliwości. To tylko jeden  
dodatkowy chromosom, z którym dzięki pomocy  
rodziców i terapeutów można normalnie ŻYĆ!”***

[www.trzydwajeden.pl](http://www.trzydwajeden.pl)

**SZKOŁA TO  
TEŻ  
MIEJSCE DLA  
NAS!**

**ZWYCIĘSTWO  
MAMY  
W NATURZE!**

ARKA  
NOEGO  
WIĘCEJ NIŻ SZKOŁA

ARKA  
NOEGO  
WIĘCEJ NIŻ SZKOŁA

**NASZ ŚWIAT  
NIE MA GRANIC!  
OTWÓRZ SIĘ  
NA NAS...**

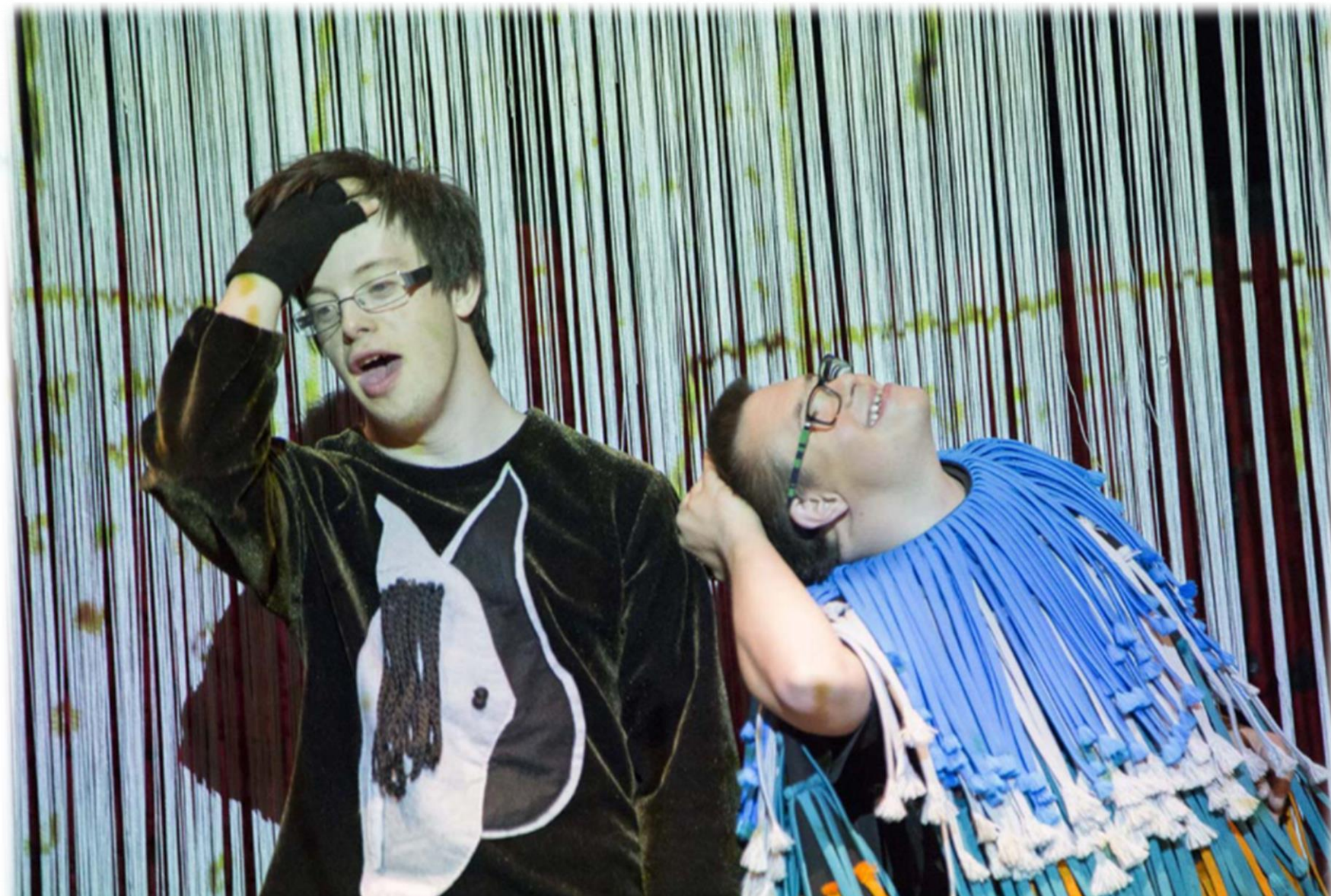
ARKA  
NOEGO  
www.arkanoego.pl



## **A czy wiesz, że...**

osoby z Zespołem Downa mogą być  
artystami, a ich praca ma wartość  
materialną?





Scena z przedstawienia "Ja jestem ja", scenariusz i reżyseria: Justyna Sobczyk, fot. Wojciech Kazanecki/Teatr 21





Scena z przedstawienia "Superspektakl" w reżyserii Justyny Sobczyk i Jakuba Skrzywanka, 2017, fot. Magda Hueckel/Teatr Powszechny w Warszawie





Wanessa Bąkowska





Wanessa Bąkowska





**Wanessa Bąkowska**



## **A czy wiesz, że...**

osoby z Zespołem Downa mogą być  
świetnymi towarzyszami podróży?





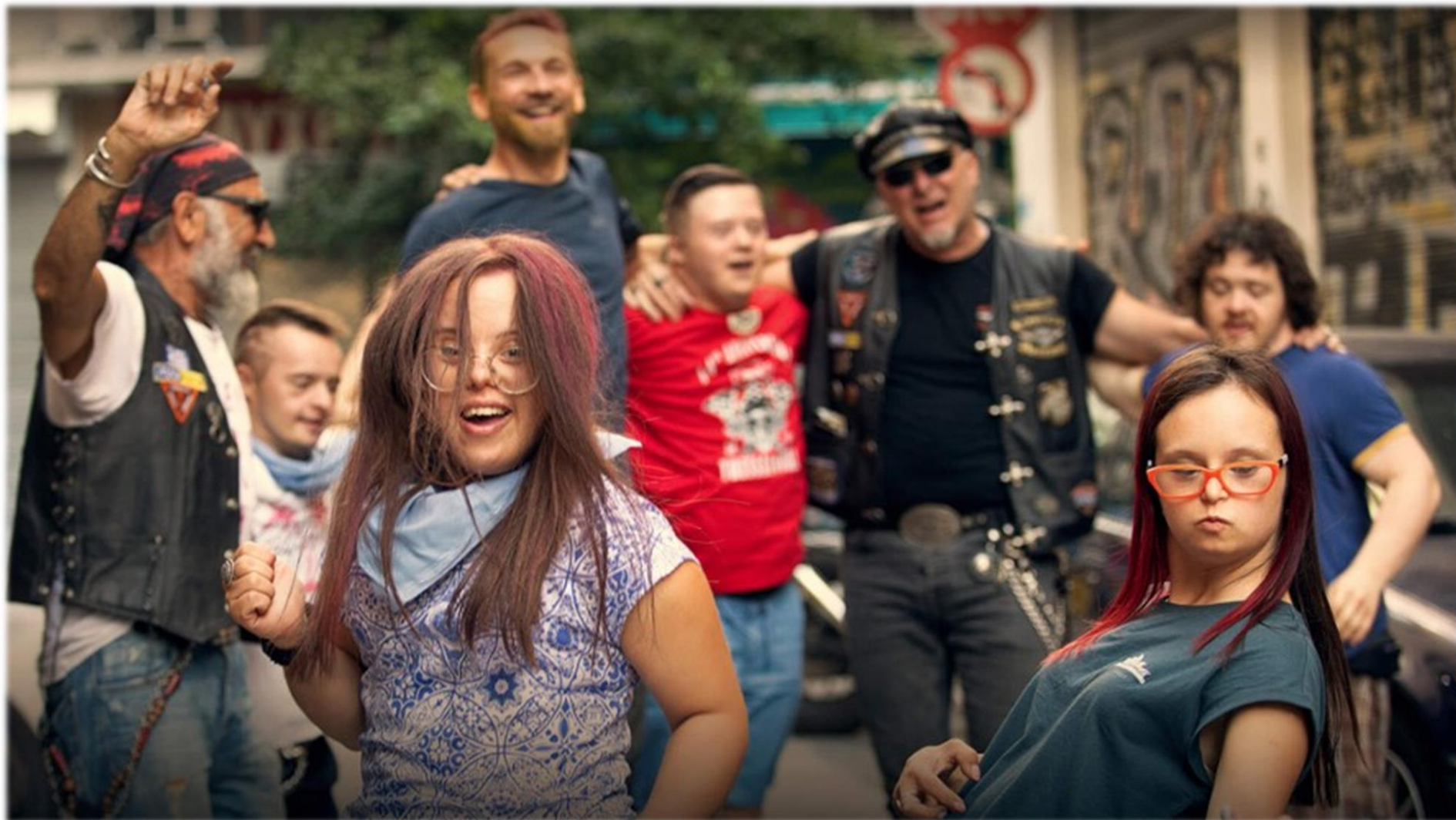
Down the road. Zespół w trasie.





Down the road. Zespół w trasie.





Down the road. Zespół w trasie.



## **A czy wiesz, że...**

osoby z Zespołem Downa są sportowcami z dużymi osiągnięciami?





Reprezentacja Polski na Mistrzostwa Świata osób z zespołem Downa na Maderze (Funchal) (2018)





Lekkoatleci z reprezentacji Polski do światowych Igrzysk osób z zespołem Downa Trisome Games 2020



Reprezentacja Polski w judo osób z zespołem Downa na MŚ w Portugalii (2019)



## **A czy wiesz, że...**

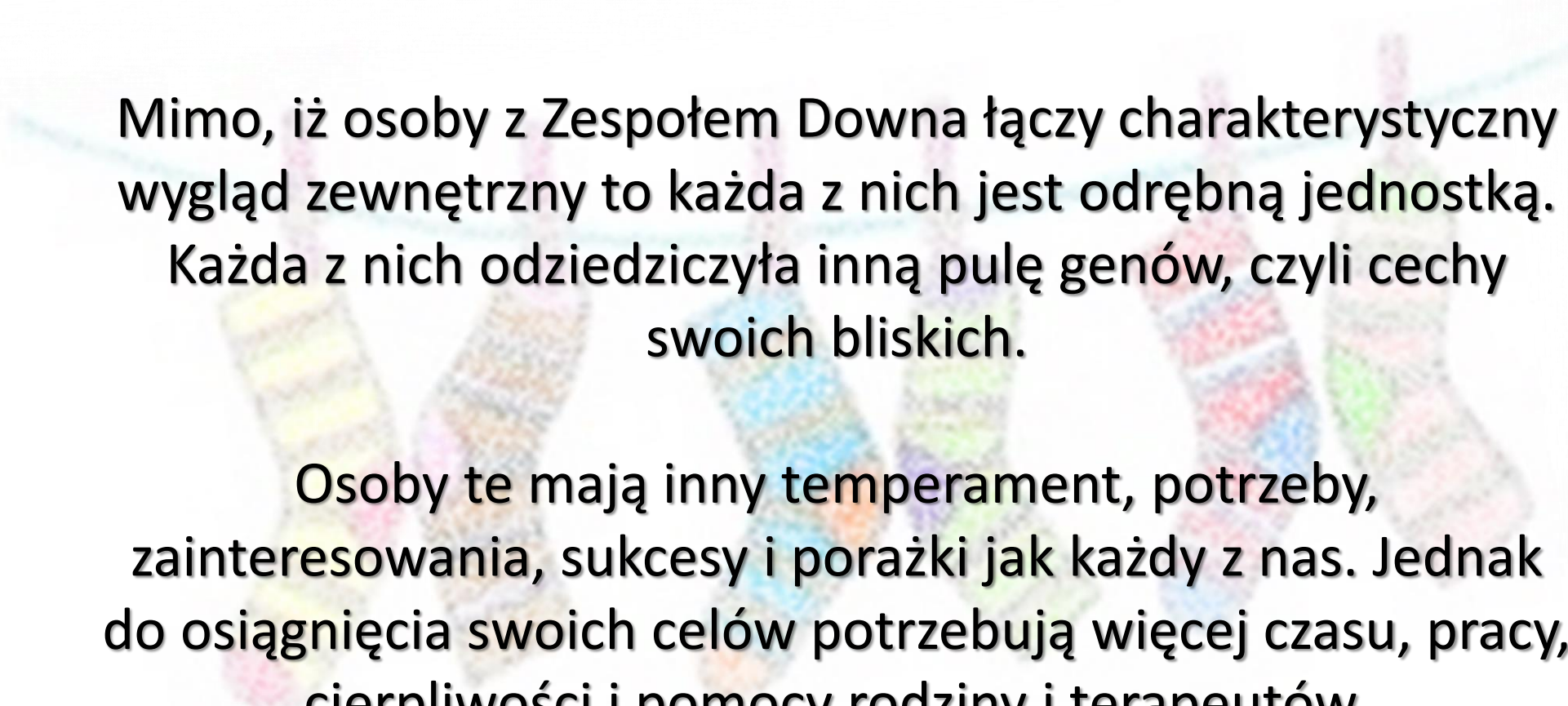
osoby z Zespołem Downa zmieniają  
świat na lepsze?



**“Od osoby z zespołem Downa nie warto odwracać głowy. Gdy człowiek spojrzy w jego oczy, może w nich ujrzeć świat, w którym każdy chciałby żyć. Takie osoby bardzo rzadko są świadome swojego upośledzenia, ponieważ myślą innymi kategoriami niż my. Uszczęśliwia je okazywanie bliskości, akceptacja i uczucie. Właśnie to powinniśmy im ofiarować, gdyż nie jest ważne co ktoś może osiągnąć, ale by mógł żyć, czerpiąc z życia radość.”**

Robert Graczyński.





Mimo, iż osoby z Zespołem Downa łączy charakterystyczny wygląd zewnętrzny to każda z nich jest odrębną jednostką. Każda z nich odziedziczyła inną pulę genów, czyli cechy swoich bliskich.

Osoby te mają inny temperament, potrzeby, zainteresowania, sukcesy i porażki jak każdy z nas. Jednak do osiągnięcia swoich celów potrzebują więcej czasu, pracy, cierpliwości i pomocy rodziny i terapeutów.

# Obalamy stereotypy!

- 
- ! Osoby z Zespołem Downa mogą zawierać związki
  - ! Osoby z Zespołem Downa potrafią się uczyć – potrzebują jedynie trochę pomocy i zachęty
  - ! Osoby z Zespołem Downa mogą wyuczyć się zawodu i pracować zarobkowo
  - ! Ludzie z Zespołem Downa mogą żyć niezależnie
  - ! Prowadzą życie towarzyskie
  - ! Dorośli z Zespołem Downa nie zachowują się jak dzieci
  - ! Kobiety z Zespołem Downa mogą urodzić zdrowe dzieci

**ZESPÓŁ DOWNA TO NIE CHOROBA!**



**Wiadomo, że rozwój społeczny i sprawność intelektualna wielu osób (w tym z trisomią 21 chromosomu) w dużym stopniu mogą być warunkowane przez niekorzystny **wpływ środowiska**.**

**Wczesna interwencja terapeutyczna, specjalne wsparcie pedagogiczne w sposobie wychowywania i wspomaganie rozwoju dzieci, zauważanie ich rzeczywistych potrzeb i wskazywanie różnych umiejętności możliwych do zdobycia w znaczący sposób poprawiają funkcjonowanie osób z Zespołem Downa.**

**„Nieprawidłowe kształtowanie się więzi psychicznych pomiędzy dzieckiem a jego najbliższym otoczeniem może prowadzić do nieodwracalnych zmian wtórnych w zakresie rozwoju umysłowego, traktowanych często mylnie jako wynik działania odmiennego wyposażenia genetycznego.”**

[www.bardziejkochani.pl](http://www.bardziejkochani.pl)





# OSOBY Z ZESPOŁEM DOWNA, KTÓRE ZMIENIŁY ŚWIAT





## **Wanessa Bąkowska, malarka**

Ma 12 lat, mały bonusik – Zespół Downa i ogromny talent artystyczny! Wanessa Bąkowska przepięknie maluje. Ostatnio wysłała jedną ze swoich prac królowej Elżbiecie II. Ku zaskoczeniu – królowa odpisała małej artystce z Polski!





## **Jamie Brewer, aktorka i modelka**

W lutym 2015 r. jako pierwsza kobieta z zespołem Downa wzięła udział w nowojorskim tygodniu mody. Aktywnie walczy w stanie Teksas o zakaz używania słowa „opóźniony” w stosunku do chorych ludzi.



## **Piotr Swend, aktor**

Polski aktor niezawodowy z zespołem Downa. Występuje w roli Macieja Kowalika-Lubicza w serialu Klan.





## **Isabelle Springmühl, gwatemalska designerka**

W 2016 roku ogłoszona przez telewizję BBC jedną ze 100 najbardziej wpływowych kobiet. Ubrania, które projektuje, bardzo często nawiązują do gwatemalskiej sztuki folkowej. W 2016 roku jej kolekcja wzięła udział w londyńskim Tygodniu mody.



## **Zosia Dziecioł, lekkoatletka**

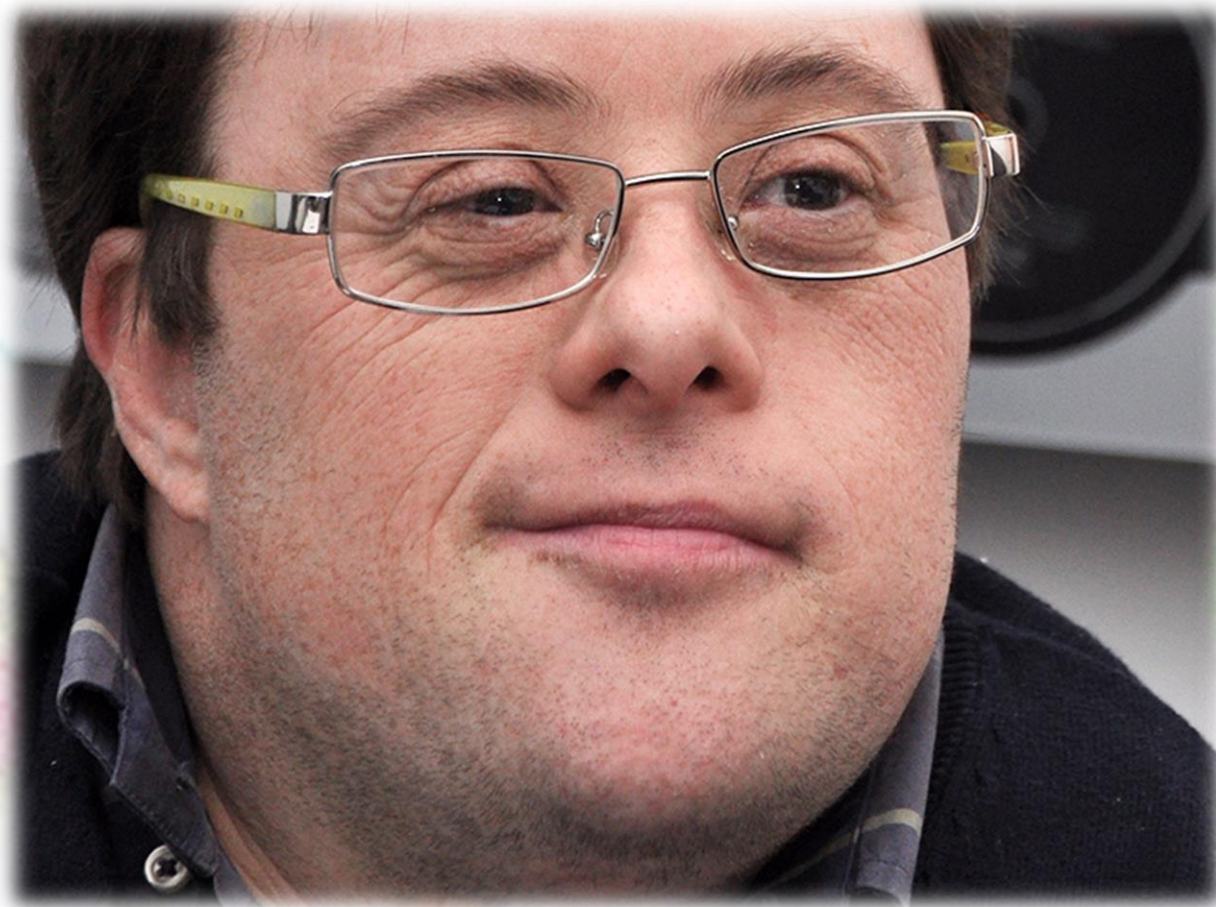
W wieku 15 lat wywalczyła złoto na Mistrzostwach Europy osób z zespołem Downa w fińskim Tampere. Dziewczynka startowała w biegu na 800 m. Podczas zawodów pobiła również rekord Europy.





## **Chris Burke, amerykański aktor i piosenkarz**

Popularność przyniosła mu rola Corky'ego (Charlesa Thatchera) w telewizyjnym serialu „Dzień za dniem”. Od 1994 roku jest ambasadorem Amerykańskiej Społeczności dla Ludzi z zespołem Downa. Jeździ po całym świecie i walczy o godne traktowanie osób z dodatkowym chromosomem. „Na swoim przykładzie chcę pokazać innym, że każdy z nas ma różne talenty. Trzeba je odkryć i się ich trzymać” – tłumaczy.



## **Pablo Pineda, hiszpański aktor i nauczyciel**

Jako pierwsza osoba z zespołem Downa zdobył dyplom wyższej uczelni. Historia jego życia stała się inspiracją do nakręcenia filmu: „Ja też!”, gdzie Pablo zagrał samego siebie.





## **Lauren Potter, amerykańska aktorka**

Sławę przyniosła jej rola w serialu musicalowym pt. „Glee”. W 2011 roku prezydent Barack Obama powołał ją na doradcę do spraw osób z zespołem Downa.



## **Ángela Bachiller, hiszpańska polityk**

Jako pierwsza osoba z zespołem Downa zasiadła w radzie miasta w Valladolid. W swojej pracy skupia się na walce o prawa dla osób niepełnosprawnych.





## **Madeline Stuart, australijska supermodelka**

Regularnie bierze udział w pokazach mody na całym świecie. Angażuje się w walkę o prawa dla osób wykluczonych. Stworzyła własną kolekcję ubrań



## **Tim Harris**

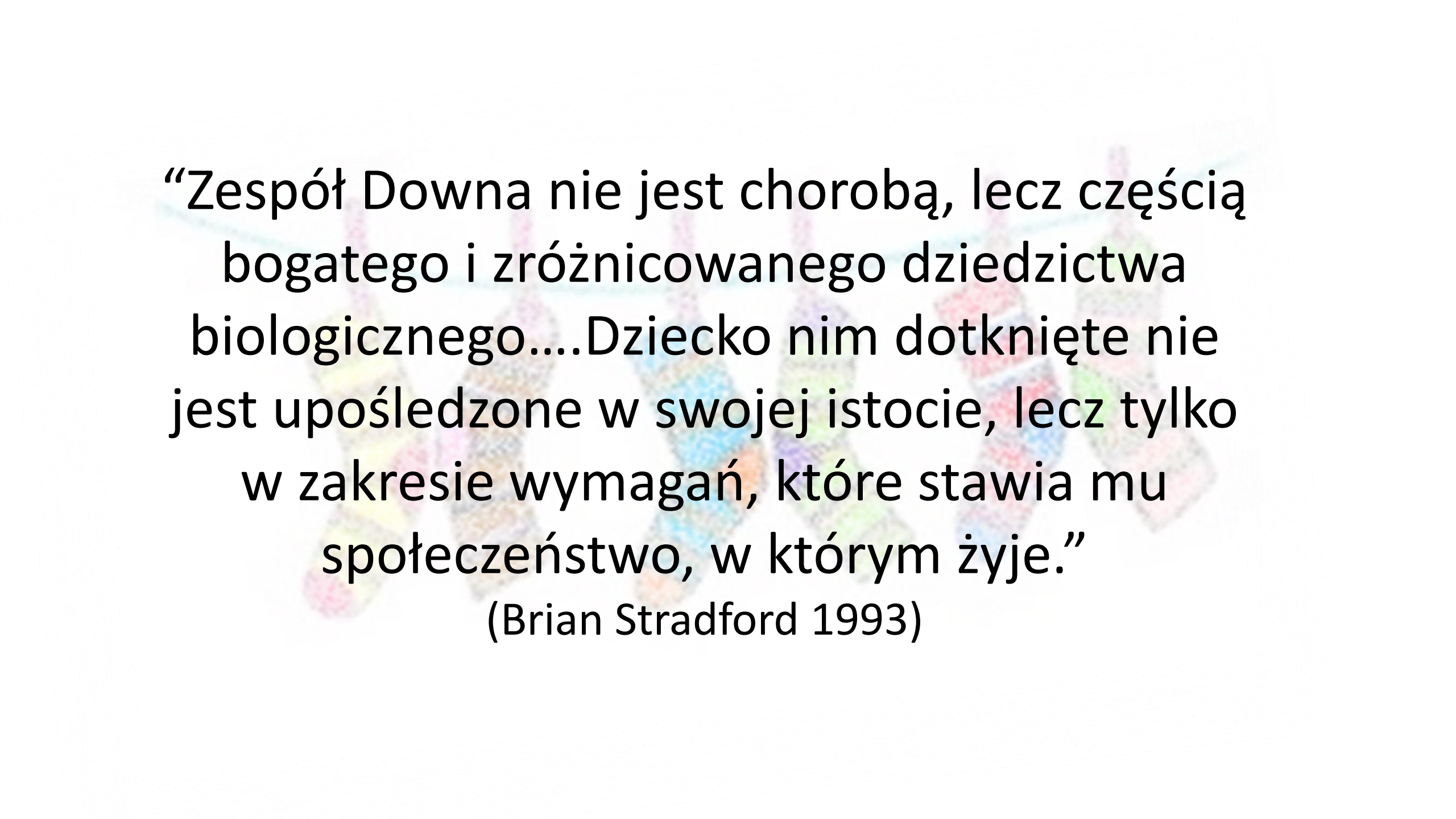
To amerykański mówca inspiracyjny oraz twórca własnej restauracji Tim's Place.





## **Karen Gaffney, amerykańska sportsmenka**

W 2001 r. zrobiło się o niej głośno, kiedy jako pierwsza osoba z zespołem Downa przepłynęła wpraw Kanał La Manche. Wielokrotnie stawała na podium pływackich konkursów, a do jej największych sukcesów należy podwójne złoto zdobyte na igrzyskach olimpijskich. Jeździ po całym świecie jako mówca motywacyjny.



“Zespół Downa nie jest chorobą, lecz częścią bogatego i zróżnicowanego dziedzictwa biologicznego... Dziecko nim dotknięte nie jest upośledzone w swojej istocie, lecz tylko w zakresie wymagań, które stawia mu społeczeństwo, w którym żyje.”

(Brian Stradford 1993)





**21**  
**MARCA**

Światowy Dzień

Zespołu  
Downa

# Światowy Dzień Zespołu Downa

(ang. **World Down Syndrome Day**)

Znany również pod nazwą Dnia Kolorowej Skarpetki to święto ustanowione w 2005 roku z inicjatywy Europejskiego Stowarzyszenia Zespołu Downa. Od 2012 roku patronat nad obchodami sprawuje Organizacja Narodów Zjednoczonych.

Data święta nie jest przypadkowa. Pochodzi od angielskiego sposobu zapisu daty 3/21, która oznacza 3 dodatkowy chromosom w 21 parze chromosomów.



Tego dnia prowadzone są akcje internetowe z hasztagami

**#koloroweskarpetki**



[pila.naszemiasto.pl](http://pila.naszemiasto.pl)

**#liniaprosta**



[stronazdrowia.pl](http://stronazdrowia.pl)

**Otwórz serce  
a zobaczysz lepszy  
świat!**

