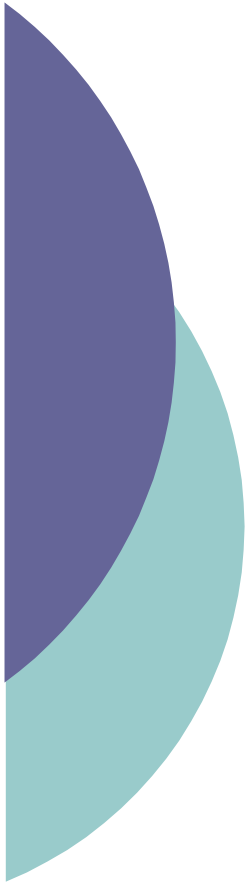


# UN MUNDO PARA TODOS

---

TODOS SOMOS DIFERENTES,  
TODOS SOMOS IGUAIS



# SÍNDROME DE DOWN...

... QUÉ É ISO?



# Que sei da Síndrome de DOWN

---



[Nunca subestime a unha persoa coa síndrome de Down.wmv](#)

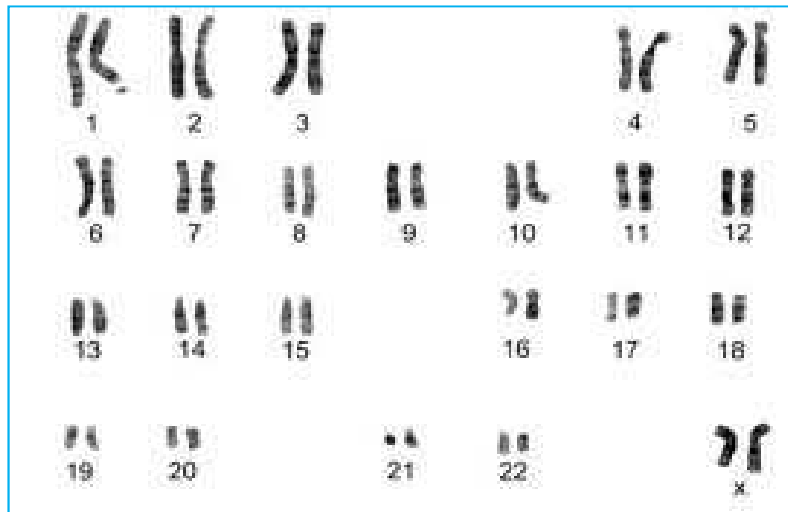
# Que é a Síndrome de DOWN

---

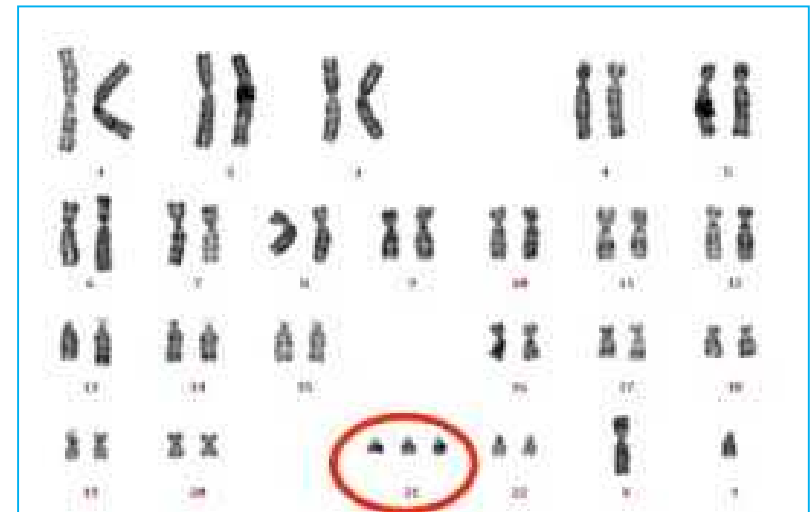
- ✓ A Síndrome de Down é unha condición xenética dalgunha persoas.
- ✓ Tódolos seres humanos estamos formados por CÉLULAS. Dentro das células hai CROMOSOMAS que aportan información sobre as persoas, como a cor dos ollos ou altura.
- ✓ Os seres humanos teñen normalmente 46 cromosomas, as persoas coa Síndrome de Down teñen un cromosoma máis, 47.
- ✓ A causa que a provoca é descoñecida.
- ✓ Calquera persoa poder ter 1 neno coa síndrome de Down; non importa a súa raza, crenza ou condición social.



# Que é a Síndrome de DOWN: o Cariotipo



Cariotipo dunha persoa SEN  
Síndrome de Down



Cariotipo dunha persoa CON  
Síndrome de Down.

... Só unha pequena diferenza

# Que é a Síndrome de DOWN: características físicas

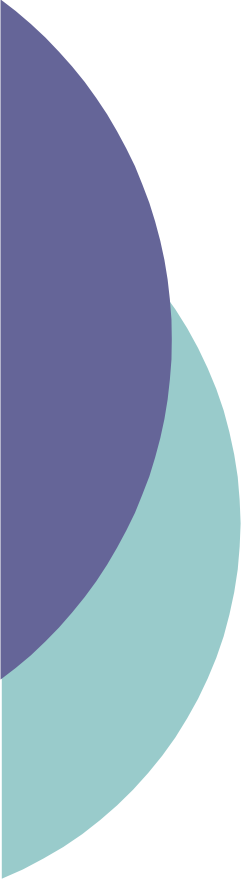
---



- ✓ O nariz achatado
- ✓ As orelhas pequenas
- ✓ A boca pequena
- ✓ Os ollos inclinados cara arriba
- ✓ As mans curtas e anchas con dedos cortos

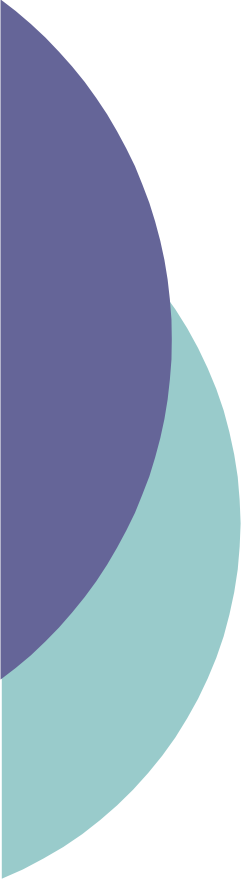
# Que é a Síndrome de DOWN

---

- 
- ✓ Aprenden máis lento que ti, pero aprenden.
  - ✓ Cústalles falar, pero entenden o que ti lles dis.
  - ✓ Dálles tempo para pensar. Espera e ten paciencia.
  - ✓ Cústalles entender as bromas e chistes.
  - ✓ Moitas veces necesitan axuda para realizar tarefas.
  - ✓ Cústalles manter a atención durante moito tempo.
  - ✓ Necesitan que se repitan as cousas moitas veces para recordar como se fan.

# Que é a Síndrome de DOWN

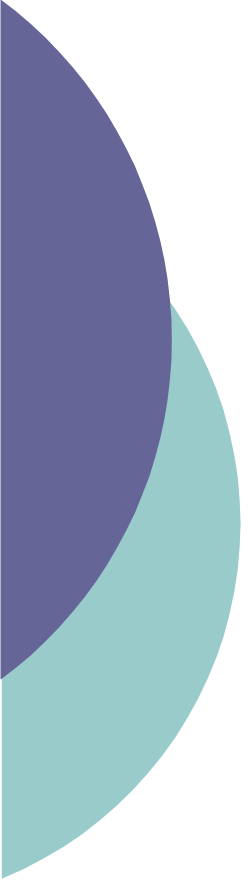
---

- 
- ✓ A veces te sorprenderá ver que no soy capaz de hacer alguna actividad cuando puedo hacer otra que parece más difícil.
  - ✓ Tengo dificultad para solucionar problemas nuevos aunque sean parecidos a otros que ya hice.
  - ✓ Si una tarea es difícil, necesito que la dividas en tareas más sencillas.
  - ✓ Para no agobiarme ni cansarme, necesito que repartas mis tareas en el tiempo.
  - ✓ A veces no entiendo las ironías ni los chistes



# O que NON é a Síndrome de DOWN

---

- 
- ✓ A Síndrome de Down NON é unha enfermidade. As **PERSOAS** coa Síndrome de Down nin sofren nin padecen. Non precisan ningún tratamento.
  - ✓ As **PERSOAS** coa Síndrome de Down NON son: subnormais, retrasadas, mongólicas.
  - ✓ As **PERSOAS** coa Síndrome de Down NON son eternos nenos/as.
  - ✓ As **PERSOAS** coa Síndrome de Down NON son todas iguais.

Ao igual que as persoas sen discapacidade non somos todas iguais

# Crenzas erróneas sobre a Síndrome de DOWN

---

- ✓ Non teñen malicia, son moi inocentes
- ✓ Non poden traballar.
- ✓ Viven sempre cos seus pais ou en residencias.
- ✓ Non chegan a ter mozo/a.
- ✓ Son todos moi cariñosos.
- ✓ Cústalles facer as cousas
- ✓ Camiñan raro
- ✓ Non saben falar
- ✓ Non son capaces de aprender
- ✓ Non lles cabe a lingua dentro da boca
- ✓ Son moi sexuais
- ✓ Son todos gordos
- ✓ Son desobedientes
- ✓ Son violentos



# Que podo facer eu?


---

## EMPATÍA



# Que podo facer eu?

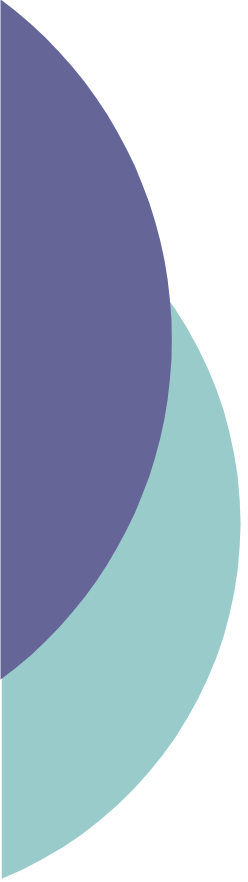
---

- 
- ✓ Trátao de acordo á súa idade. Xa é un adulto.
  - ✓ Préstalle soamente a axuda necesaria. Se facemos as cousas por eles/as, non as aprenderán nunca.
  - ✓ Gústalles ter compañía e contar as súas experiencias. Se lle das a oportunidade pode sorprenderte.

# Que podo facer eu?

---

## Cando me fales ten isto en conta:

- 
- ✓ Fálame despacio.
  - ✓ Mírame ós ollos.
  - ✓ Usa mensaxes curtas e sen dobre sentido.
  - ✓ Se non te entendo á primeira:
    - Dame as indicacións de outra forma.
    - Busca expresións máis sencillas ou distintas.
  - ✓ Ás veces terás que explicarme cousas que che parecen moi evidentes.
  - ✓ Non uses unha linguaxe infantil. Non son un bebé.
  - ✓ Non me axudes demasiado rápido cando creas que o preciso.



Todos somos diferentes

# E recorda que, igual que a ti:

---

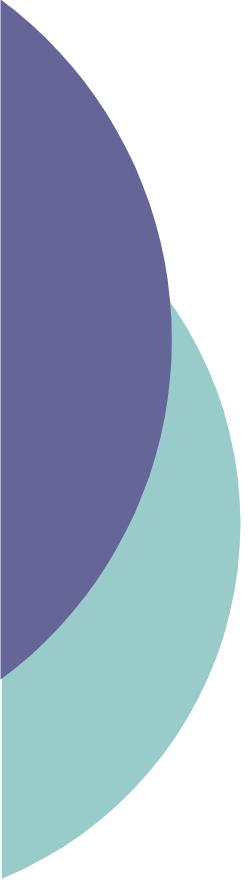
- ✓ A min tamén me gusta xogar, rir, divertirme e salir cos meus amigos.
- ✓ Gústame ver a tele, ir ó cine, ter experiencias distintas...
- ✓ Ter amigos e que me queiran
- ✓ Non entendo algunhas cousas, por moito que me expliquen.
- ✓ Gústame facer cousas só e sentirme útil.
- ✓ Ás veces estoo triste, nervioso, enfadado,...

**Por iso, aínda que todos somos diferentes,  
todos somos iguais nas cousas importantes  
da vida**



# Un día nas nosas vidas

---

- 
- ✓ Movémonos sós pola cidade, coma un máis
  - ✓ Gústanos reunirnos cos nosos colegas: saír de festa, facer deporte, ir a concertos, ó cine, ó fútbol,...
  - ✓ Coma vós, pasámolo ben alí por donde vamos
  - ✓ Estamos á última en tecnoloxía: estudamos informática, temos Facebook e conectamos con colegas doutros lugares
  - ✓ Buscamos traballo e cada día somos máis os que o atopamos.
  - ✓ Tamén aprendemos a cociñar e a realizar outras labores do fogar
  - ✓ A nosa ilusión é independizarnos: vivir cos amigos, a parella,...
  - ✓ Parece un soño, pero xa hai xente coa síndrome de Down que sacou unha carreira, viven sós ou casaron.



# CONTIGO PODEMOS

---

Todo o mundo precisa de alguén ó seu redor que confíe en eles e que non o considere inferior, nin raro, nin diferente

As persoas coa síndrome de Down piden o mesmo que tí:

Que lles deixen amosar que **PODEN**

Que lles deixen **CREAR** os seus soños



# DATOS DAS NOSAS ENTIDADES

---

## **FEDERACIÓN DOWN GALICIA**

R/ Alejandro Novo González, nº1  
15706 - Santiago de Compostela

Teléfono: 981 58 11 67

[downgalicia@downgalicia.org](mailto:downgalicia@downgalicia.org)

[www.downgalicia.org](http://www.downgalicia.org)

## **FUNDACIÓN DOWN COMPOSTELA**

R/ Alejandro Novo González, nº1  
15706 - Santiago de Compostela

Teléfono: 981 56 34 34

[downcompostela@downcompostela.org](mailto:downcompostela@downcompostela.org)

[www.downcompostela.org](http://www.downcompostela.org)

## **ASOCIACIÓN DOWN VIGO**

R/ Portela, 48, baixo  
36214 - Vigo

Teléfono: 986 20 16 56

[downvigo@downvigo.org](mailto:downvigo@downvigo.org)

[www.downvigo.org](http://www.downvigo.org)

## **ASOCIACIÓN DOWN CORUÑA**

R/ Jazmines, bloque 50, 134-137  
15008 - A Coruña

Teléfono: 981 26 33 88

[asociacion@downcoruna.org](mailto:asociacion@downcoruna.org)

[www.downcoruna.org](http://www.downcoruna.org)

## **ASOCIACIÓN “TEIMA” DOWN FERROL**

R/ Álvaro Cunqueiro, 1, entrechán  
15403 - Ferrol

Teléfono: 981 32 22 30

[teima@teimadownferrol.org](mailto:teima@teimadownferrol.org)

## **ASC. DOWN PONTEVEDRA “XUNTOS”**

R/ Cobián Rofignac, 9, 2º  
36002 - Pontevedra

Teléfono: 986 86 55 38

[xuntos@downgalicia.org](mailto:xuntos@downgalicia.org)

[www.downxuntos.org](http://www.downxuntos.org)

## **ASOCIACIÓN DOWN LUGO**

R/ Miguel de Cervantes, 34, baixo  
27003 - Lugo

Teléfono: 982 24 09 21

[downlugo@downlugo.org](mailto:downlugo@downlugo.org)

[www.downlugo.org](http://www.downlugo.org)

## **ASOCIACIÓN DOWN OURENSE**

R/ Francisco Huerta y Vega, s/n,  
baixo.

32004 - Ourense

Teléfono: 988 37 03 13

[downourense@downgalicia.org](mailto:downourense@downgalicia.org)

[www.downourense.org](http://www.downourense.org)



**Down Galicia**  
**@downgalicia**

**GRAZAS POLA  
VOSA  
ATENCIÓN!**

