Canadian Down Syndrome Society | Société canadienne de la trisomie 21

Par Dauna sindromu

Īss ieskats

Kas ir Dauna sindroms?

Dauna sindroms nav slimība,
un to nevar noķert kā iesnas vai gripu.

Ja bērniņš piedzimst ar Dauna sindromu, viņam tas ir uz mūžu.

Dauna sindroms nerodas tāpēc, ka vecāki ir kaut ko izdarījuši.

Jebkurš cilvēks var piedzimt ar Dauna sindromu

Un nav svarīgi…

…vai tu esi zēns vai meitene.

…kāda ir tava tautība.

…kur tu esi piedzimis.

…vai tava ģimene ir bagāta vai nabadzīga.

…kas ir tavi vecāki.

Dauna sindroms vienkārši gadās — līdzīgi kā laimests loterijā.

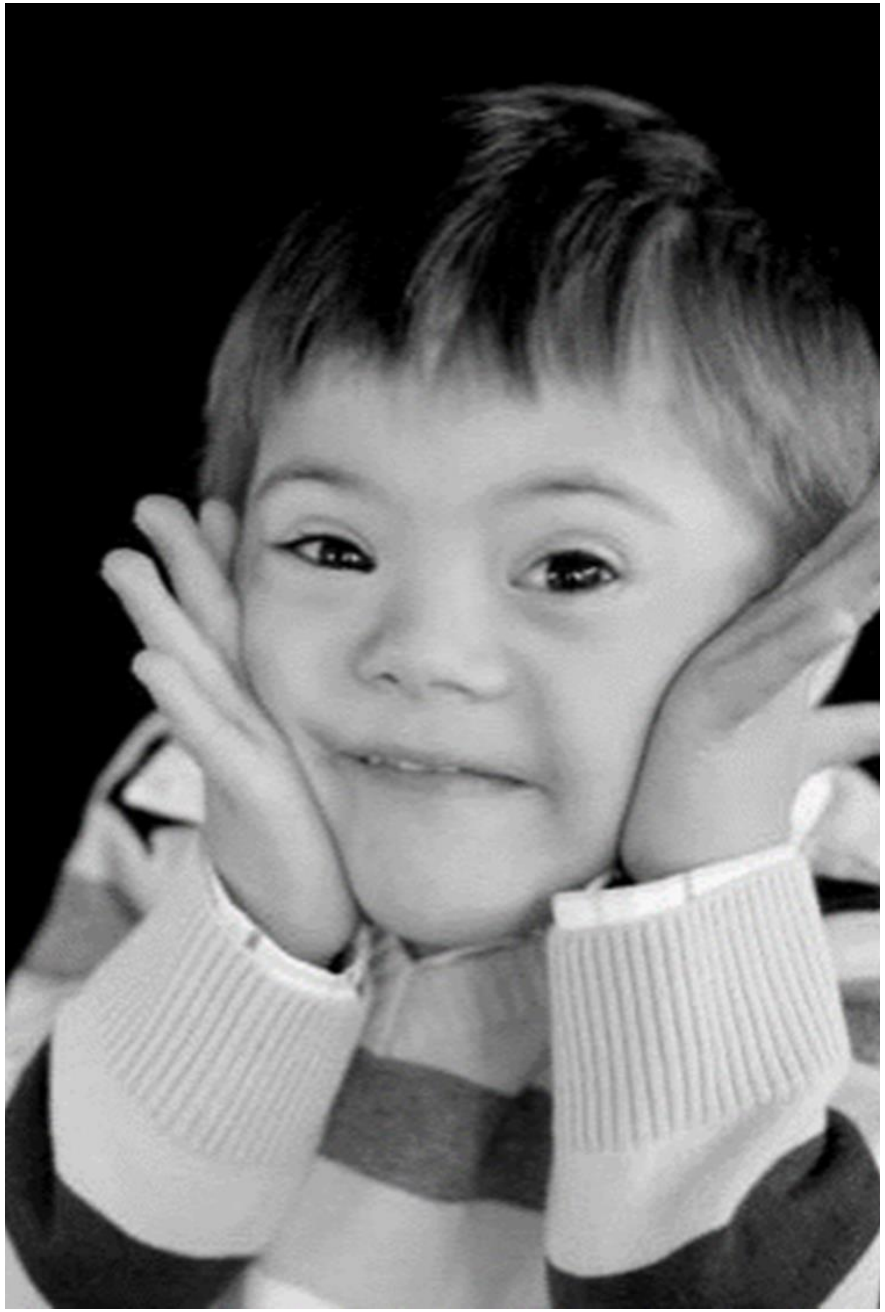
Cilvēki ar Dauna sindromu ir tādi paši kā pārējie…

Cilvēkiem ar Dauna sindromu ir dažas līdzības ar citiem cilvēkiem ar Dauna sindromu, piemēram, īsāks augums vai īpatnēja acu forma.

Tomēr visvairāk viņi līdzinās brāļiem un māsām vai mammai un tētim.

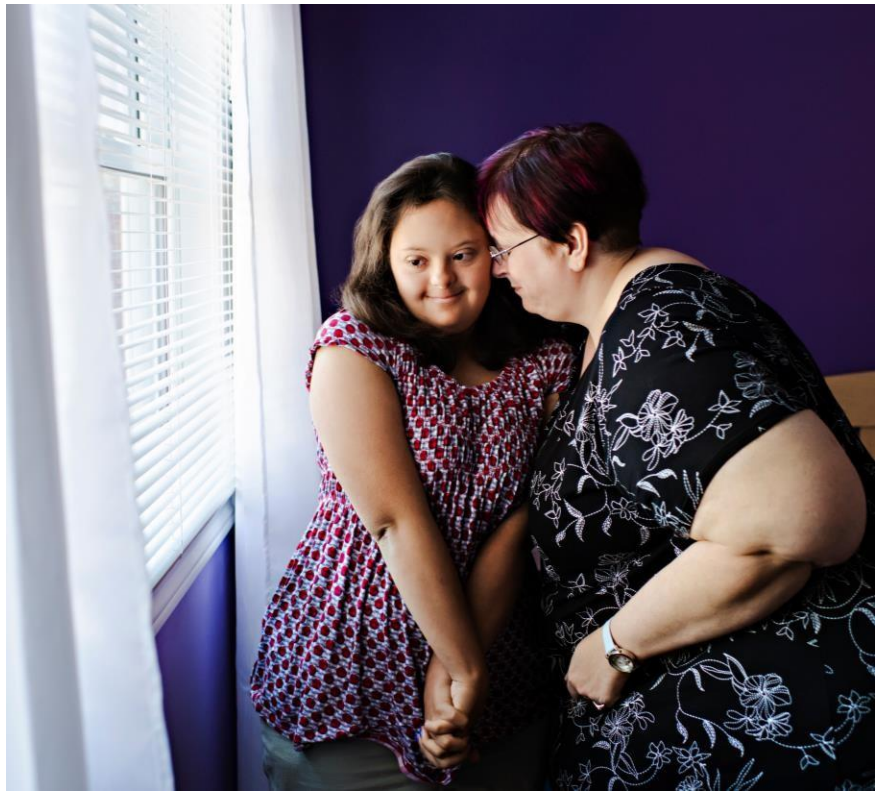
Kā runāt par Dauna sindromu

Lieto valodu, kas ir cieņpilna un piemērota, lai cilvēki justos pieņemti, novērtēti un pret viņiem izturētos laipni.



Esi atvērts pret cilvēkiem un viņu atšķirībām.

Atceries, ka tieši atšķirīgais padara šo pasauli brīnišķīgu!



Neizmanto aizskarošus vārdus

Nejauka uzvedība, apsaukāšanās, ķircināšana un cita cilvēka aizvainošana sāpina un nav pieņemama.

Lieto principu “cilvēks vispirms”

Ja runā par cilvēku, kam ir īpašas vajadzības, vispirms pasaki, KAS viņš ir, un tikai tad — visu pārējo.

“Šis ir mans draugs Edvards. Viņam patīk spēlēt klavieres.”

“Šī ir Linda, un viņa patiešām labi spēlē futbolu.”

“Manai draudzenei Alisei ir trīs vecāki brāļi. Viņai ir arī Dauna sindroms.”

Vispirms apraksti pašu cilvēku,
nevis viņa invaliditāti.

Runājot par cilvēkiem ar Dauna sindromu, izvairies no stereotipiem un vispārināšanas

Cilvēki ar Dauna sindromu var just visdažādākās emocijas: viņi var būt priecīgi, dusmīgi, aizkaitināti, sajūsmināti, skumji.

Dažiem patīk dziedāt un dejot, citi ir ļoti klusi un noslēgti.

Cilvēki ar Dauna sindromu ir ļoti dažādi. Viņi var just un darīt gandrīz visu, ko jūti un dari tu!

Cilvēki ar Dauna sindromu var saprast un darīt to, ko tu!

Dažiem ir grūti runāt, rakstīt, krāsot vai braukt ar divriteni.

Daži var spēlēt instrumentu vai būt daļa no sporta komandas.

Viņiem patīk tikties ar draugiem, doties uz dzimšanas dienu ballītēm un iekļauties gan klasē, gan sabiedrībā.

Viņi pieaug, var mācīties augstskolā, strādāt un dzīvot patstāvīgi —

gluži tāpat kā tu!

Cilvēki ar Dauna sindromu var mācīties lēnāk un atšķirīgi.

Viņi var skriet lēnāk vai nespēt ar rokām vilkties pa virvi.

Viņi var rakstīt vēstules citādi vai lasīt pavisam lēnu.

Dažreiz viņiem daudz jāstrādā, lai izdarītu to pašu, ko dari tu.

Viņi var apmulst pie noteiktiem uzdevumiem,

viņiem var būt grūtības ievērot norādījumus,

un dažreiz var būt jāiziet no klases ar citu skolotāju, kas palīdz iemācīties jaunas prasmes.

ATCERIES:

cilvēki ar Dauna sindromu var darīt to pašu, ko citi,

bet tam vajag vairāk laika, īpaši tad, ja jāapgūst kas jauns.

Kā tu vari palīdzēt…

Rādi labu piemēru.

Esi pacietīgs.

Piedāvā nelielu palīdzību un iedrošini, uzmundrini un atbalsti!

Lai arī cilvēki ar Dauna sindromu mācās citādi, tu redzēsi, ka viņi vairāk līdzinās citiem, nekā atšķiras!

Mums katram ir dažādas spējas, savas stiprās un vājās puses.

Īpašas vajadzības nav nekas slikts, taču ir svarīgi ieraudzīt to, ko cilvēki ar Dauna sindromu spēj un prot!

Cilvēki ar Dauna sindromu ir ļoti svarīgi gan savām ģimenēm, gan visai sabiedrībai, un viņi var paveikt daudz!

Bieži uzdoti jautājumi

Vai cilvēki ar Dauna sindromu var braukt ar divriteni?

Jā, viņi var braukt ar divriteni, piedalīties sportā un daudz citu lietu, ko dara ikviens, taču viņiem ir jāpieliek vairāk pūļu.

Ko man teikt cilvēkam, kam ir Dauna sindroms?

Cilvēkam ar Dauna sindromu tu vari jautāt jebko. Tikai atceries izmantot cieņpilnu un laipnu valodu.

Vai cilvēks ar Dauna sindromu var dzīvot viens pats?

Jā, var. Daži var dzīvot patstāvīgi, dažiem nepieciešams atbalsts.

Dažreiz bērni klasē uzvedas jocīgi. Ko man darīt?

Vislabākais, ko vari darīt, — parādi piemēru, uzvedoties pieņemami, lai no tevis var mācīties!

Canadian Down Syndrome Society | Société canadienne de la trisomie 21

Suite 103 – 2003 14 Street NW
Calgary, AB, Canada, T2M 3N4

Toll-free telephone in Canada: 1-800-883-5608
Local/International telephone: 403 270 8500

Paldies *Hilary Gauld-Camelleri* no *One For The Wall* par fotogrāfijām, kas izmantotas šajā prezentācijā.