

Tlačová správa „Spoločne proti osamelosti“

V sobotu 21. marca 2026 si pripomíname Svetový deň Downovho syndrómu (#WDSO). Na podnet organizácií Down Syndrome International (ďalej DSI) a European Down Syndrome Association (ďalej EDSA) bol prvýkrát vyhlásený v roku 2012. DSI aj tento rok opäť vyzýva svojich sympatizantov na celom svete, aby vlastnými aktivitami prispeli k zvyšovaniu povedomia o tom, čo Downov syndróm je, čo znamená Downov syndróm mať, a akú dôležitú úlohu v našich životoch a komunitách ľudia s Downovým syndrómom majú. Cieľom je šíriť osvetu o ľuďoch s Downovým syndrómom, a tak prispieť k vyššej kvalite ich života – lepšími podmienkami na vzdelanie, zamestnanie, začlenenie a prijatie spoločnosťou v každej oblasti života.

Tento rok kampaň #WDSO prináša jasný odkaz: „**Together against loneliness**“, „**Spoločne proti osamelosti**“, ktorý pripomína, že každý človek potrebuje prijatie, vzťahy a podporu. Pri príležitosti Svetového dňa Downovho syndrómu upozorňuje na dôležitosť začleňovania a budovania komunity, v ktorej nik nezostáva sám.

V súčasnosti, keď sa sociálne siete stali súčasťou našich bežných životov, pripomíname Svetový deň Downovho syndrómu 2026 aj touto cestou. **Chceme povzbudiť všetkých, aby výzvu zdieľali na sociálnych sieťach prostredníctvom #TogetherAgainstLoneliness.**

Výzva zdôrazňuje, že osamelosť nemá miesto v spoločnosti, ktorá si ctí rozmanitosť a ľudskosť. Svetový deň Downovho syndrómu je príležitosťou ukázať, že spoločne dokážeme vytvárať prostredie, kde sa každý cíti vítaný.

„Vyzývame vládu, aby dôsledne naplňovala záväzky vyplývajúce z Dohovoru OSN o právach osôb so zdravotným postihnutím. Ide najmä o zabezpečenie rovného prístupu k vzdelávaniu, práci, zdravotnej starostlivosti a plnohodnotnej účasti na živote spoločnosti. Implementácia Dohovoru nie je len medzinárodnou povinnosťou, ale aj základným predpokladom dôstojného, nezávislého a inkluzívneho života ľudí so zdravotným postihnutím.

*Aby inklúzia a začlenenie ľudí s Downovým syndrómom prestali byť donekonečna zdolávanou prekážkou. Ignorovanie implementácie Dohovoru trápi hlavne, avšak nielen nás, rodičov ľudí s Downovým syndrómom. **Otázka „Čo bude, ak my tu nebudeme?“ je veľmi naliehavá a presahuje rodiny s deťmi s Downovým syndrómom. Samotní ľudia s Downovým syndrómom potrebujú záruku, že spoločnosť aj verejné inštitúcie dokážu nahradiť tú istotu, ktorú im dnes dávajú rodiny. Budovanie systému, ktorý ich nenechá samých je apel na nás všetkých.**“* hovorí Róbert Lezo zo Spoločnosti Downovho syndrómu na Slovensku.

„Byť prijímaný, mať otvorené vzťahy a vedieť, že je tu niekto, na koho sa môžem obrátiť, je také ľudské. Každý človek sa chce cítiť bezpečne a ľudia s Downovým syndrómom nie sú výnimkou. Nie sú rovnakí, sú jedineční. Mnohých však spája veľa empatie a lásky, ktorú rozdeľujú svojim blízkym. Je v nich veľa DOBRA. A na tom sa dá stavať. Budovať mosty porozumenia, vytvárať pre nich také životné podmienky, aby necítili pocity osamelosti, či prehliadania a už vôbec nie, aby žili mimo hlavného prúdu.

Je známou pravdou, že spoločnosť je len taká silná, ako je silný jej najslabší člen. Je pre nás dôležitou výzvou urobiť všetko preto, aby... mali možnosť ísť do škôlky a školy, ktorú si vyberú, mali príležitosti

na záujmové a vzdelávacie aktivity, mali šancu zamestnať sa a žiť bežným životom, ako väčšina z nás. Dokážu to, len potrebujú od nás podporu, sprevádzanie a asistenciu životom. A byť videní...” hovorí Iveta Mišová zo Združenia na pomoc ľuďom s mentálnym postihnutím v Slovenskej republike, r. s. p.

Slovensko prijalo pred viac ako rokom ambiciózny plán na obnovu a zvýšenie odolnosti v krízových situáciách. Viaceré reformy, ku ktorým sa zaviazalo budú ovplyvňovať životy ľudí s Downovým syndrómom – reforma vzdelávania či reforma financovania sociálnych služieb. „*Ak chceme nájsť dobré riešenie pre všetkých, je dôležité aby aktívnou súčasťou diskusií boli tie skupiny a tí ľudia, ktorých sa to týka. Aby boli počutí. Máme stále viac možností na počúvanie ich hlasu. Ľudia so zdravotným postihnutím sa často združujú do organizácií, niektorí tvoria skupiny sebaobhajcov. Dôležité skúsenosti a pohľady prinášajú tak oni sami a trochu iný pohľad aj ich rodiny. Berme sa navzájom vážne. Odvážme sa nepredpokladať, kto čo dokáže a čo je pre iných najlepšie. Buďme takými veľkými odborníkmi, ktorí dokážu počúvať, porozumieť a aj formulovať zmeny tak, aby reagovali na potreby tých, ktorých sa týkajú a tie potom môžeme my odborníci formulovať do legislatívy, koncepcií a plánov. Odložme predsudky a spoznávajme sa.*“, dodáva Martina Petijová z nadácie SOCIA

Aj v roku 2026 vyzývame ľudí, aby si v rámci iniciatívy [#PonozkovaVyzva](#) obliekli 21. marca ponožky rôznych farieb či veľkostí a podporili tak iniciatívu šírenia povedomia o Downovom syndróme.

Spoločnosť Downovho syndrómu na Slovensku (SDS)

Združenie na pomoc ľuďom s mentálnym postihnutím v Slovenskej republike (ZPMP v SR)

SOCIA – Nadácia na podporu sociálnych zmien

KONTAKTY:

Ing. Róbert Lezo, SDS, www.downovsyndrom.sk, ds@downovsyndrom.sk

PhDr. Iveta Mišová, ZPMP v SR, www.zpmpvsr.sk, misova@zpmpvsr.sk

Mgr. Martina Petijová, SOCIA – Nadácia na podporu sociálnych zmien, www.socia.sk, petijova@socia.sk