

TISKOVÁ ZPRÁVA – SVĚTOVÝ DEN DOWNOVA SYNDROMU 21. BŘEZNA 2026

Praha, 16. března 2026 – Spolek DownSyndrom CZ, z. s. zve širokou veřejnost k oslavě Světového dne Downova syndromu (World Down Syndrome Day – WDS), který každoročně připadá na 21. března. Letošním mezinárodním tématem je „**Společně proti osamělosti**“ („**Together against loneliness**“) – **připomínka toho, jak důležité jsou vztahy, přátelství a začlenění lidí s Downovým syndromem do společnosti.**

U příležitosti tohoto dne připravil spolek DownSyndrom CZ několik akcí, které mají za cíl přiblížit veřejnosti život lidí s Downovým syndromem a podpořit jejich začlenění do společnosti.

16.–22. března 2026: Rozhlasový seriál „Srdeční lidé“

Na podporu Světového dne Downova syndromu odvysílá stanice **Radiožurnál** sedmidílný seriál „**Srdeční lidé**“, který představí příběhy různě starých lidí s Downovým syndromem a jejich rodin. Seriál bude vysílán **od pondělí 16. do neděle 22. března vždy v 8:50**. Každý den zazní jeden díl. Na webových stránkách irozhlas.cz a radiozurnal.cz bude k tématu zároveň zveřejněn článek doplněný rozhlasovou reportáží.

21. března 2026: Symbolická podpora – Ponožková výzva

Každoročně se lidé po celém světě připojují k tzv. **Ponožkové výzvě** – obléknou si dvě různé ponožky jako symbol podpory lidí s Downovým syndromem.

Ponožky připomínají svým tvarem chromozomy. Datum **21. 3.** bylo zvoleno symbolicky – lidé s Downovým syndromem mají na **21. chromozomu tři kopie místo dvou**. Připojením se k ponožkové výzvě dáváme najevo, že odlišnost je přirozenou součástí života a že respekt, přátelství a vzájemná podpora jsou důležité pro všechny.

22. března 2026: Divadelní představení a vernisáž výstavy

DownSyndrom CZ a Strašnické divadlo Adverte zvou veřejnost na oslavu Světového dne Downova syndromu spojenou s divadelním představením a vernisáží výstavy.

Kdy: 22. března 2026 od 14:00

Kde: Strašnické divadlo Adverte, Praha 10

Program nabídne divadelní představení **Jihočeského souboru Extras „Když já nevím... nebo vím?“**, ve kterém vystupují herci s mentálním postižením. Představení citlivě a s humorem přibližuje témata vztahů, komunikace a hledání vlastního místa ve světě.

Součástí odpoledne bude také **vernisáž výstavy fotografky Zuzany Jarošové „Co mám ráda?“**, která představí portréty a příběhy lidí s Downovým syndromem a jejich každodenní radosti.

11. dubna 2026: 4. halové mistrovství ČR osob s Downovým syndromem

Sportovní oslavy Světového dne Downova syndromu vyvrcholí **4. halovým mistrovstvím České republiky osob s Downovým syndromem**, které se uskuteční **v sobotu 11. dubna 2026**. Akci pořádá Česká federace sportovců s Downovým syndromem (ČeFeS) ve spolupráci s DownSyndrom CZ. Sportovci z celé České republiky změří své síly v atletických disciplínách, jako jsou běhy, skok do dálky či vrh koulí. Akce podporuje nejen sportovní výkony, ale také přátelská setkání a posilování sebevědomí sportovců s Downovým syndromem.

Podpora proti osamělosti

„Tématem letošního roku je boj proti osamělosti. Lidé s Downovým syndromem potřebují přátelství, vztahy a možnost být součástí společnosti stejně jako kdokoli jiný. Setkávání, společné akce i otevřenost veřejnosti jsou pro jejich život velmi důležité,“ říká Ing. **Gabriela Šalková**, předsedkyně spolku DownSyndrom CZ.

Světový den Downova syndromu je příležitostí připomenout si, že lidé s tímto genetickým onemocněním mají právo na plnohodnotný život, vzdělávání, práci i společenské uplatnění. Spolek DownSyndrom CZ zve všechny, aby se k oslavám připojili a pomohli šířit povědomí o životě lidí s Downovým syndromem.

DownSyndrom CZ, z. s.

Spolek DownSyndrom CZ byl založen v roce 1996 a usiluje o zlepšení života osob s Downovým syndromem a jejich rodin. Za dobu své existence podpořil téměř tisíc rodin a dnes sdružuje téměř 380 rodin z celé České republiky. Spolek letos slaví 30 let od svého založení.

Organizace poskytuje rodičům informace a podporu, pořádá vzdělávací a volnočasové programy pro děti i dospělé s Downovým syndromem, podporuje jejich začlenění do společnosti a aktivně přispívá k šíření pozitivního a pravdivého obrazu života lidí s Downovým syndromem.

Více informací: www.downsyndrom.cz

Kontakt pro média:

DownSyndrom CZ, z. s.

Ing. Gabriela Šalková – předsedkyně spolku, gabriela.salkova@downsyndrom.cz | tel. 603 231 045

Ing. Lenka Kratochvílová, lenka.kratochvilova@downsyndrom.cz | tel. 603 440 442