



Down  
Madrid

Día Mundial del  
síndrome de Down  
**¿SOY YO TAMBIÉN CAPAZ  
DE...**



**...PARTICIPAR EN  
UN CAMPEONATO  
DE ESPAÑA DE  
NATAción?**

SÍ! YO TAMBIÉN SOY CAPAZ

Participamos  
y ganamos  
2 platas y  
4 bronces

El pasado 11 de marzo en  
Cádiz





Down  
Madrid

Día Mundial del  
síndrome de Down  
**¿SOY YO TAMBIÉN CAPAZ  
DE...**



**...PROGRAMAR  
UN VIDEOJUEGO?**

SÍ! YO TAMBIÉN SOY CAPAZ

El  
videojuego  
"Block  
Down"

Programado por jóvenes con  
síndrome de Down con el  
programa Scratch





Down  
Madrid

Día Mundial del  
síndrome de Down  
**¿SOY YO TAMBIÉN CAPAZ  
DE...**



**...DEFILAR EN  
UNA PASARELA?**

SÍ! YO TAMBIÉN SOY CAPAZ



la  
diversidad  
es necesaria  
en la moda



Participamos como modelos  
en la pasarela de MOMAD





Down  
Madrid

Día Mundial del  
síndrome de Down  
**¿SOY YO TAMBIÉN CAPAZ  
DE...**



**...DEDICARME A  
LA POLÍTICA?**

SÍ! YO TAMBIÉN SOY CAPAZ

Ángela  
Bachiller es  
concejala

Es concejala en el  
Ayuntamiento de Valladolid





Down  
Madrid

Día Mundial del  
síndrome de Down

**¿SOY YO TAMBIÉN CAPAZ  
DE...**



**...CRUZAR A NADO  
Y LLEGAR A UNA  
ISLA?**

SÍ! YO TAMBIEN SOY CAPAZ



Álvaro y su  
hermano Dani  
lo hicieron el  
año pasado



Travesía a nado de 6 km de  
Santa Pola a Tabarca





Down  
Madrid

Día Mundial del  
síndrome de Down  
**¿SOY YO TAMBIÉN CAPAZ  
DE...**



**...TRABAJAR EN  
UNA EMPRESA?**

SÍ! YO TAMBIÉN SOY CAPAZ



*+de 200  
personas  
integradas*



El proyecto Stela de empleo  
con apoyo ha integrado a más  
de 200 personas con  
discapacidad





Down  
Madrid

Día Mundial del  
síndrome de Down

**¿SOY YO TAMBIÉN CAPAZ  
DE...**



**...SER ACTRIZ Y  
REPRESENTAR  
UNA OBRA EN UN  
TEATRO?**

SÍ! YO TAMBIEN SOY CAPAZ



Personas con  
síndrome de  
Down Actúan  
en teatros



Polimetría cuenta ya con más  
50 actuaciones





Down  
Madrid

Día Mundial del  
síndrome de Down  
**¿SOY YO TAMBIÉN CAPAZ  
DE...**



**...SALIR CON MIS  
AMIGOS DE  
MARCHA?**

SÍ! YO TAMBIÉN SOY CAPAZ

↔

*Nos encanta la  
juerga!  
Salimos con  
amigos*

↔

Vamos a la bolera, al  
cine...cualquier fin de  
semana





Down  
Madrid

Día Mundial del  
síndrome de Down  
**¿SOY YO TAMBIÉN CAPAZ  
DE...**



**...HACER UNA RUTA  
DE SENDERISMO?**

SÍ! YO TAMBIÉN SOY CAPAZ



*Salimos de  
turismo una  
vez al mes*



Recorremos la Sierra de  
Madrid





Down  
Madrid

Día Mundial del  
síndrome de Down  
**¿SOY YO TAMBIÉN CAPAZ  
DE...**



**...HACER EL  
CAMINO DE  
SANTIAGO?**

SÍ! YO TAMBIÉN SOY CAPAZ

Peregrinos con  
síndrome de  
Down llegan a  
Santiago

Cada año recorren varias  
etapas del Camino de  
Santiago





Down  
Madrid

Día Mundial del  
síndrome de Down  
**¿SOY YO TAMBIÉN CAPAZ  
DE...**



**...DEDICARME AL  
DISEÑO GRÁFICO?**

SÍ! YO TAMBIÉN SOY CAPAZ

Anna Vives  
diseñó una  
tipografía

La tipografía se usa en  
muchas campañas de  
marketing y publicidad





Down  
Madrid

Día Mundial del  
síndrome de Down  
**¿SOY YO TAMBIÉN CAPAZ  
DE...**



**...PARTICIPAR EN  
CONCURSOS DE  
ARTE?**

SÍ! YO TAMBIÉN SOY CAPAZ

Exposiciones en  
espacios  
públicos

Visita la exposición en el  
Retiro hasta el 31 de marzo





Down  
Madrid

Día Mundial del  
síndrome de Down  
**¿SOY YO TAMBIÉN CAPAZ  
DE...**



**...TENER UN  
PROGRAMA DE  
RADIO?**

SÍ! YO TAMBIÉN SOY CAPAZ



# Los sábados en QuéRadio 96.7 FM



Jóvenes con síndrome de  
Down tiene un programa de  
radio todos los sábados





Down  
Madrid

Día Mundial del  
síndrome de Down

**¿SOY YO TAMBIÉN CAPAZ  
DE...**



**...PREPARAR EL  
DESAYUNO DE  
MANERA  
PROFESIONAL?**

SÍ! YO TAMBIÉN SOY CAPAZ



*Cada día  
preparamos  
+ de 30  
desayunos*



Preparamos y servimos el  
desayuno a alumnos y a la  
plantilla





Down  
Madrid

Día Mundial del  
síndrome de Down  
**¿SOY YO TAMBIÉN CAPAZ  
DE...**



**...CUIDAR Y  
MANTENER  
JARDINES Y  
PARQUES?**

SÍ! YO TAMBIÉN SOY CAPAZ



Llevamos el  
mantenimiento  
y jardinería  
de colegios



2 colegios de Madrid han  
apostado por las personas  
con discapacidad para cuidar  
sus zonas verdes

