

EM'Foco



Estão abertas as inscrições para o CACI! Centro de Atividades e Capacitação para a Inclusão (CACI)

O envolvimento em **ocupações contribui para estruturar a vida diária, bem como para a saúde e bem-estar**. Constitui componente importante na qualidade de vida das pessoas com incapacidades intelectuais e físicas, na medida em que lhes permite desenvolver as suas experiências de vida, manter competências e aumentar a sua interação social.

O **CACI**, a funcionar nas instalações da **sede da SPEM em Lisboa**, é uma resposta social, assente na participação e desenvolvimento de atividades e ocupações, com acordo de Cooperação com o Instituto de Segurança Social IP/ Centro Distrital de Lisboa.

Saiba mais [aqui](#). Informação no FB, ou no site [aqui](#).



Desistir não é opção! Programa +CO3SO

Visando dar cumprimento cabal, até ao final de 2023, aos objetivos deste **projeto da SPEM apoiado pelo Fundo Social Europeu**, e no seguimento das atividades que vêm sendo desenvolvidas desde o início do mesmo para **apoiar e aumentar a empregabilidade das pessoas portadoras de EM nos distritos de Évora, Beja e Portalegre**, está prevista a promoção de parcerias com entidades locais na área da deficiência, de forma a proporcionar melhorias na qualidade de vida das PcEM. **saber mais aqui**.

Saiba mais [aqui](#).

"Missão Cuidar"

A **"Missão Cuidar"**, iniciativa que a SPEM se propõe concretizar no corrente ano, pretende dar **amparo aos cuidadores e familiares da PcEM**, enquanto elemento fundamental na manutenção da qualidade de vida dos doentes, sobretudo os que apresentam maiores índices de dependência.

Esta **"Missão"** desdobrar-se-á em várias iniciativas, de que são exemplo a extensão do projeto EM'REDE a nível nacional, de forma a abranger o máximo possível de PcEM; a presença da SPEM na **Plataforma da Dor - SIP PT**, pode ver [aqui](#), a procura de financiamento para a concretização do projeto **"Residência da Pessoa com Esclerose Múltipla"**.



Saiba mais [aqui](#).



Convenção sobre os Direitos das Pessoas com Deficiência

A **Convenção**, adotada no quadro da ONU e **aprovada pela Resolução da Assembleia da República nº 56/2009, de 30.7**, tem por objeto garantir que as pessoas com deficiência têm o mesmo direito das outras pessoas a participar na sociedade.

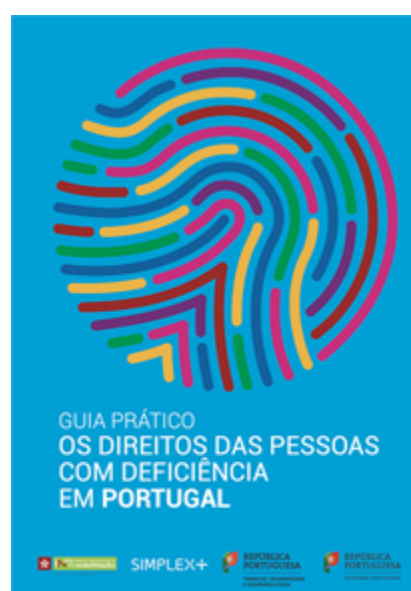
A Convenção define "pessoas com deficiência" como sendo todos os portadores de "incapacidades duradoras físicas, mentais, intelectuais ou sensoriais, que em interação com várias barreiras podem impedir a sua plena e efetiva participação na sociedade em condições de igualdade com os demais"

Saiba mais [aqui](#). Leitura fácil.

Guia Prático dos Direitos das Pessoas com Deficiência em Portugal

Este Guia, criado pelo INR, contém informação dirigida às pessoas com deficiência, relativa a apoios e recursos nas áreas da segurança social, **educação, emprego, formação profissional, desporto, cultura**, entre outras.

Pode ser consultado [aqui](#).



Balcão da Inclusão

O Balcão da Inclusão é um Serviço de Atendimento da Segurança Social nas sedes de distrito, especializado sobre a temática da deficiência e incapacidade. Tem por objetivo principal prestar apoio e facilitar o encaminhamento dos cidadãos na resolução, no âmbito da Administração Pública, de assuntos relativos à deficiência e reabilitação.

Saiba mais [aqui](#).



Roteiro - Boa Viagem

Roteiro por terras aquaflavienses uma belíssima viagem no tempo

A história de **Chaves** começou quando os romanos invadiram a região da Galécia (noroeste da antiga Hispânia) e chegaram **ao vale do rio Tâmega** por volta do ano **220 a.C**. Ai encontraram um conjunto de castros indígenas aos quais adicionaram muralhas de forma a protegerem a população que ali residia e erigiram uma ponte para a travessia do rio. A riqueza que catapultou o povoado foi o facto de, nas redondezas, existirem **fontes de água quente com propriedades medicinais**, às quais acrescentaram os respectivos balneários.

Saiba mais [aqui](#).

SPEM | Esclerose Múltipla | Notícias e Eventos | Parceiros | Projetos |
Envolve-se | Contactos

Número geral **218 650 480**



Facebook



Twitter



Instagram



YouTube



Website

Copyright © 2021 Sociedade Portuguesa de Esclerose Múltipla. Todos os direitos reservados.

O nosso endereço de e-mail é:
spem@spem.pt

Quer alterar o modo como recebe estes e-mails?
Pode atualizar as suas preferências ou deixar de subscrever a
nossa newsletter. clicando aqui.