SPEM
SOCIEDADE PORTUGUESA DE ESCLEROSE MÚLTIPLA

Newsletter maio #05 2023

EM'Foco

Dia Mundial da Esclerose Múltipla 2023
#Conexões EM

Assinalado oficialmente a 30 de maio, o Dia Mundial da EM junta anualmente a comunidade global de EM para partilhar histórias e sensibilizar o público em geral para a doença. Este ano, as atividades comemorativas em Portugal decorrem de 27 a 31 de maio, sob o tema #Conexões EM que pretende chamar à atenção para a importância das conexões à comunidade, com o próprio e a cuidados de saúde de qualidade. Saiba mais aqui.

Prevenção e Segurança no Trabalho

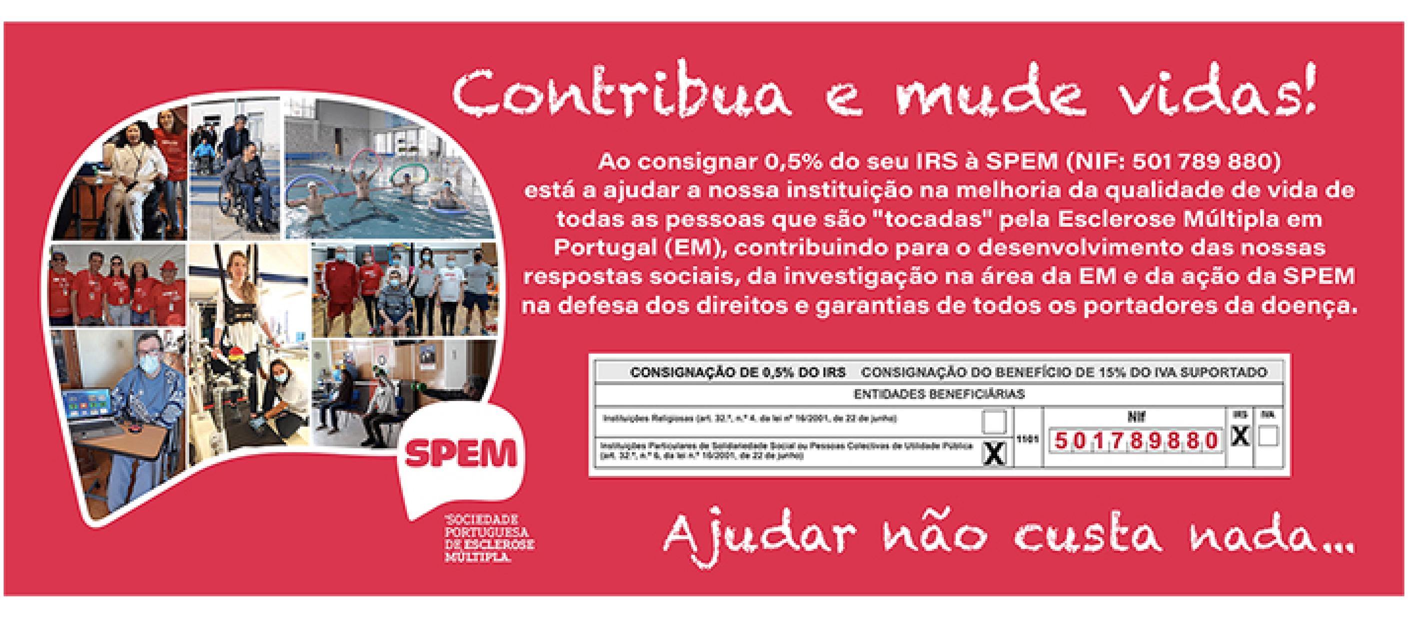
No passado dia 28 de abril assinalou-se o Dia Nacional de Prevenção e Segurança no Trabalho, sensibilizando-se as empresas para a importância de tomar medidas preventivas que garantam a segurança no trabalho. Constata-se que a maioria das pessoas com EM é diagnosticada antes dos 40 anos, ou seja, nos primeiros anos da vida profissional. Trabalhar com EM é possível, sendo importante que as pessoas com esta doença não sejam excluídas do mercado de trabalho. Consulte a nossa publicação Facebook e saiba que medidas podem ser adotadas pelas empresas para permitir a segurança de colaboradores com EM.

O que é a Esclerose Múltipla?

Foi recentemente diagnosticado com Esclerose Múltipla (EM) ou tem alguém próximo com a doença? Gostaria de saber mais? Nós podemos ajudá-lo a compreender melhor o que é e como se manifesta. A EM é uma doença crónica, autoimune, inflamatória e degenerativa, que afeta o Sistema Nervoso Central. A doença surge frequentemente entre os 20 e os 40 anos de idade, ou seja, entre os jovens adultos, e atinge com maior incidência as mulheres.

Sintomas - Tratamento - Investigação - Viver com Qualidade

Informação completa no nosso site



Contribua e mude vidas!

Ao **consignar 0,5% do seu IRS à SPEM** (NIF: **501789880**) está a ajudar a nossa instituição na melhoria da qualidade de vida de todas as pessoas que são "tocadas" pela Esclerose Múltipla em Portugal (EM), contribuindo para o desenvolvimento das nossas respostas sociais, da investigação na área da EM e da ação da SPEM na defesa dos direitos e garantias de todos os portadores da doença.

A consignação do IRS consiste em doar 0,5% do IRS liquidado (imposto destinado ao Estado) a uma entidade elegível para esse efeito, como uma IPSS, instituição religiosa e pessoa coletiva de utilidade pública (incluindo com fins ambientais e culturais). A SPEM é uma dessas instituições.

A consignação de IRS é um gesto de apoio à nossa causa sem custos para si.
O contribuinte não paga mais IRS nem recebe menos reembolso (consoante o caso).
É o Estado que prescinde dessa parcela do imposto, entregando-a à SPEM. Ao indicar até 31 de março que escolheu a SPEM, esta é considerada no IRS Automático aparecendo pré-preenchida na declaração de IRS

A entrega do seu IRS pode ser feita até 30 de junho, basta preencher a área de "Entidade a Consignar" com o NIF da Sociedade Portuguesa de Esclerose Múltipla (SPEM): **501 789 880**.

Contamos com o seu apoio!
Consigne 0,5% do seu IRS ou IVA à SPEM. Não lhe custa nada. E com esse ato pode fazer a diferença na vida das pessoas com Esclerose Múltipla.

Veja o video na integra, aqui. **como fazer a sua consignação de IRS.**

Na concretização da sua missão de contribuir para a melhoria das condições de vida das PcEM, a SPEM estabeleceu protocolos e parcerias com diversas entidades públicas e privadas. Saiba quem são os nossos parceiros nacionais e internacionais e conheça o nosso vasto portefólio de protocolos, que oferece aos nossos associados condições especiais em serviços de apoio ao doente, como lares, centros de dia, empresas de apoio domiciliário, ajudas técnicas, farmácias e muitos mais. Saiba tudo aqui.

Osteopatia e esclerose múltipla

O EMOS é um projeto inovador de carácter científico que pretende promover a qualidade de vida das pessoas com Esclerose Múltipla através da osteopatia.A SPEM associou-se a este projeto, que inclui um ensaio clínico sobre os benefícios da Osteopatia na Esclerose Múltipla. Juntamente com a Escola Superior de Saúde Jean Piaget, em Silves, e a Associação Independente de Osteopatia, a SPEM é parceira deste estudo liderado pelos osteopatas Joana Santos-Novo, Sofia Caeiro e Prof. Dr. Alexandre Nunes.
Estamos à procura de pessoas afetadas por esta doença e que queiram participar neste ensaio. Clique aqui para mais informações.

SPEM · EMOS · Osteopatia · Universidade Piaget · aio associação independente de osteopatia

---

Atestado Médico de Incapacidade Multiusos

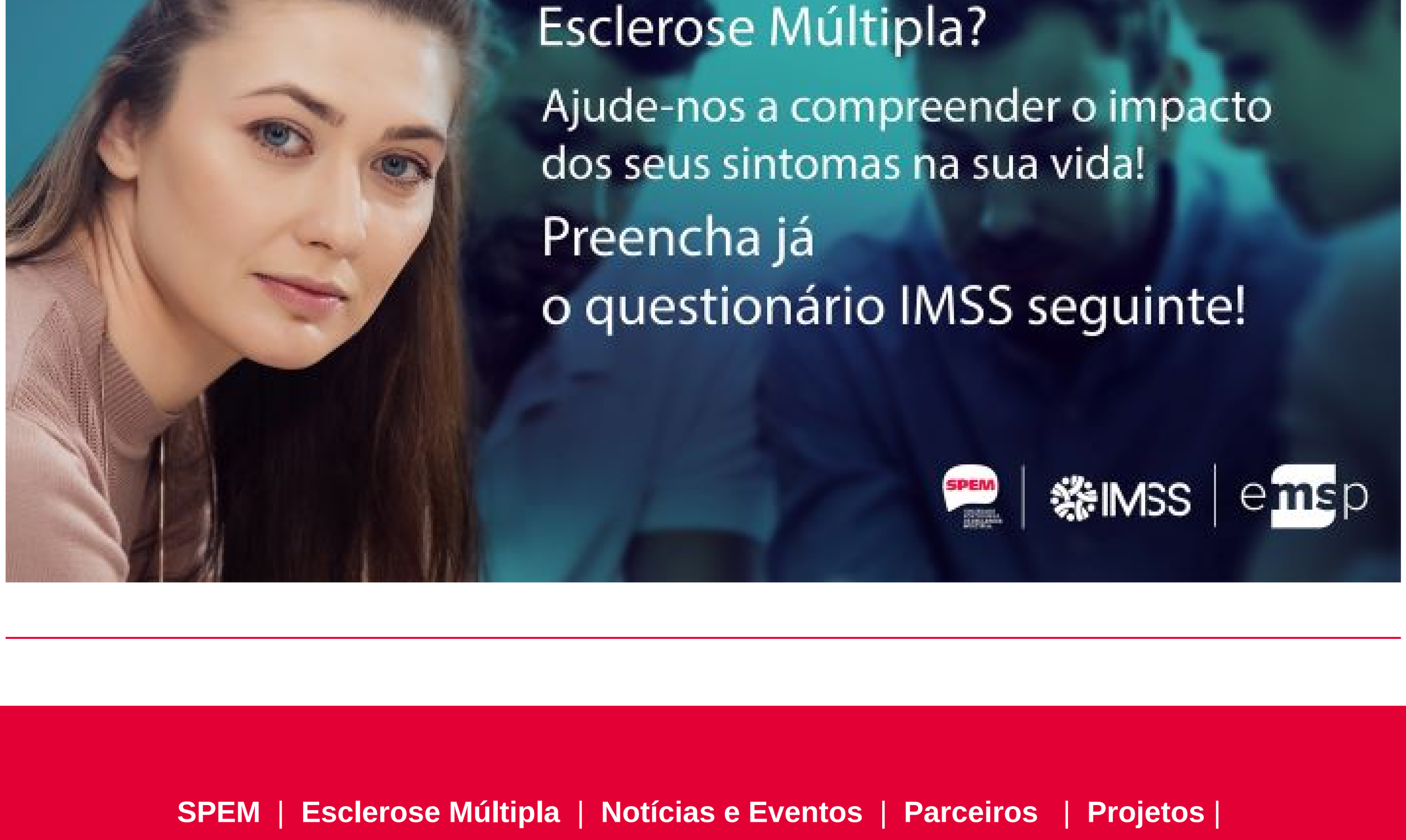
O Atestado Médico de Incapacidade Multiusos é um documento oficial que comprova o grau de incapacidade de uma pessoa, física ou mental, permanente ou temporária, expresso numa percentagem calculada com base na Tabela Nacional de Incapacidades.
Este Atestado não tem como objetivo avaliar a capacidade de um cidadão desempenhar a sua atividade profissional.
Os cidadãos com um grau de incapacidade igual ou superior a 60% têm direito a vários benefícios, nomeadamente fiscais e de proteção e apoio sociais. Saiba mais aqui.

Sente-se no seu veículo com mais facilidade!

A Total Mobility oferece soluções de acessibilidade e adaptação para viatura a pessoas com diversidade funcional. Através da recente parceria com a Total Mobility, os associados da SPEM têm acesso a vários benefícios na compra de produtos, como é o caso do Turny Low - uma base giratória que roda e movimenta o banco do automóvel quase completamente para fora do veículo. Sentar-se no seu veículo é agora muito mais fácil! Mais informações aqui!

IMSS - Qual o impacto dos sintomas de EM na sua vida?

A SPEM, juntamente com a Plataforma Europeia de Esclerose Múltipla (EMSP) e outras associações europeias, está a liderar um projeto intitulado "Pesquisa sobre o impacto da esclerose múltipla" (sigla em inglês é IMSS). O Estudo tem como objetivo avaliar o impacto dos sintomas da Esclerose Múltipla (EM) na qualidade de vida das pessoas com a doença, para depois fornecer informação sobre cuidados e apoio personalizados. A pesquisa é feita através da resposta a um inquérito online, totalmente confidencial. Participe e saiba mais informações aqui!



SPEM | Esclerose Múltipla | Notícias e Eventos | Parceiros | Projetos | Envolva-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**.