

## EM'Foco

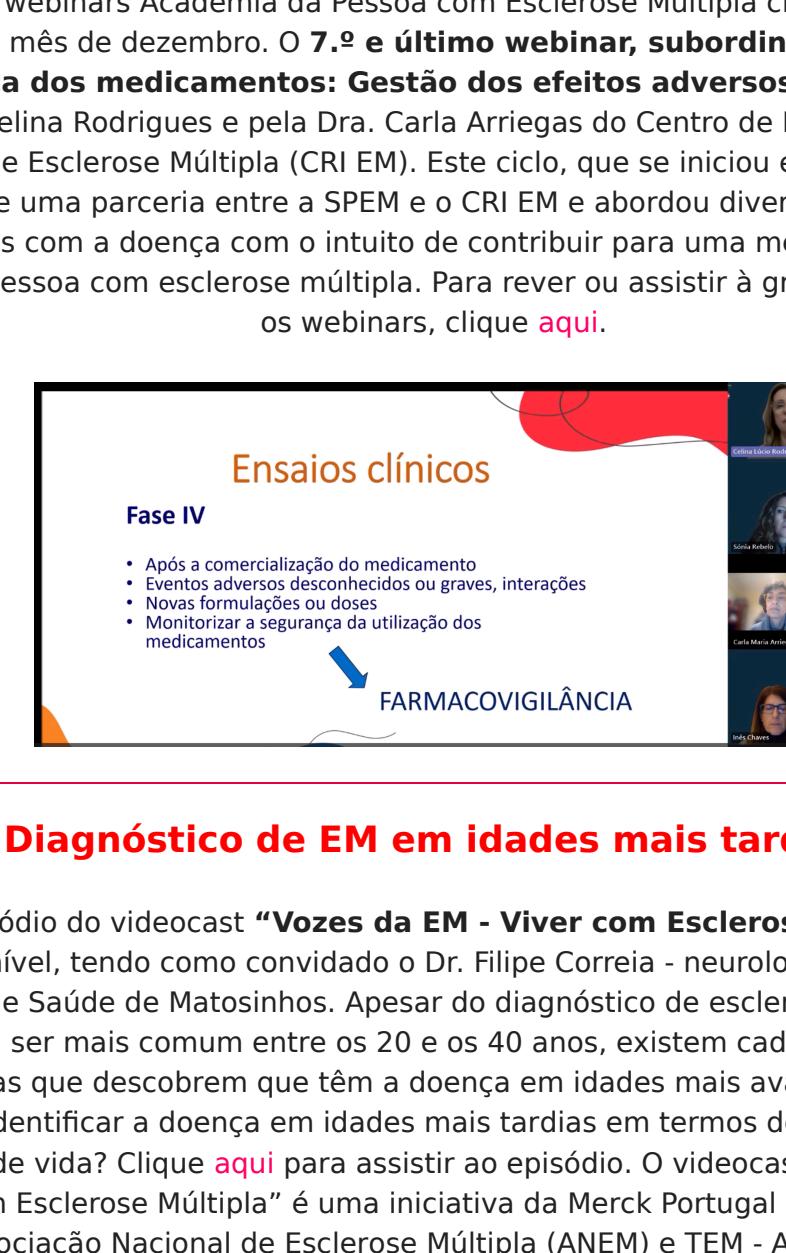
### Boletim SPEM já disponível!

A edição mais recente do Boletim SPEM reúne tudo o que aconteceu nos últimos meses de 2024, trazendo informações essenciais para os sócios da instituição. Destaque para a reportagem especial da festa do **40.º aniversário da SPEM e o resumo do XIX Congresso Nacional de Esclerose Múltipla**, que aconteceu em Coimbra em dezembro passado. Nesta edição, damos-lhe ainda a conhecer Luís Pedro - o vencedor do concurso "Criação de Logótipo para o 40.º aniversário da SPEM", e os marcos históricos da associação ao longo das últimas quatro décadas. Mas há muito mais para descobrir, por isso acesse [aqui](#) à versão digital!



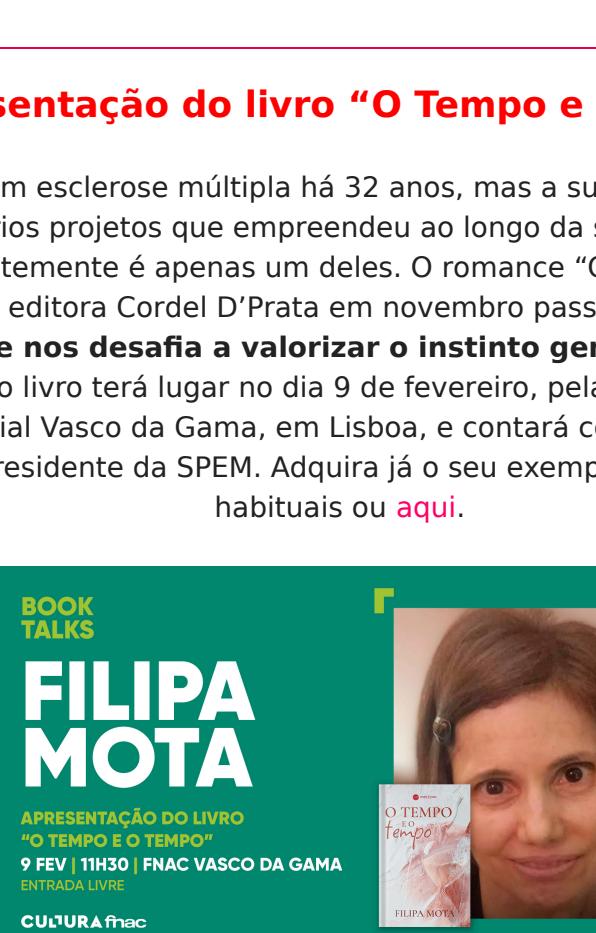
### Noite de Fados SPEM Um sucesso solidário!

No dia 24 de janeiro, e após o sucesso da primeira edição em 2022, a SPEM realizou a 2.ª Noite de Fados Solidária, um evento especial que permitiu angariar fundos em prol das Pessoas com Esclerose Múltipla. Realizada na sede da associação, em Lisboa, a iniciativa juntou dezenas de pessoas numa **noite emocionante, repleta de música, convívio e solidariedade**. A noite contou com o talento de fadistas amadores que deram voz à causa. Diversas marcas apoiaram o evento, ampliando o seu impacto. A decoração, criada com carinho pelos utentes e funcionários do CACI, proporcionou um ambiente acolhedor, tornando o momento ainda mais especial. Saiba mais pormenores e veja as fotos dos melhores momentos [aqui](#).



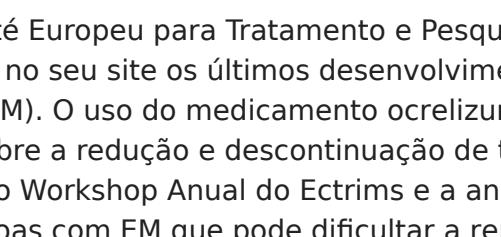
### SPEM Leiria 1.º Encontro 2025

A delegação da SPEM, em Leiria, realizou o seu 1.º Encontro de 2025 no passado mês de janeiro para dar a conhecer o Relatório de Contas de 2024 e o Orçamento e Plano de Atividades para 2025. Os presentes tiveram ainda o privilégiu de assistir a uma sessão de esclarecimentos sobre os **benefícios da Terapia Ocupacional na Esclerose Múltipla**, pela terapeuta Ana Moreira da Clínica de Fisioterapia Desaffus, e de desfrutar de um agradável lanche convívio que encerrou o Encontro. Aceda [aqui](#) ao registo fotográfico dos vários momentos.



### Entrevista com Catarina Kemper CEO Chrono Health

Com o apoio da SPEM, a Chrono Health lançou, em novembro passado, uma plataforma inovadora para ajudar pacientes com Esclerose Múltipla na gestão proativa da sua saúde. Esta **nova aplicação transforma a forma como a doença é acompanhada**, centralizando todos os dados médicos do paciente numa única plataforma, facilitando o acesso e a monitorização. Saiba mais sobre este projeto [aqui](#), através de uma entrevista da SPEM à CEO da Chrono Health, Catarina Kemper.



### Saúde mental em doentes crónicos

A Biblioteca Maria Lamas na Costa da Caparica, em Almada, será palco de uma palestra cujo tema é "A Importância da Saúde Mental em Doentes Crónicos". O evento decorrerá no dia **22 de fevereiro** às 14h30 e terá como oradoras a Dra. Maria João Cardeira (psicóloga) e a Dra. Micaela Rodrigues (assistente social), ambas com vasta experiência na área, nomeadamente pelo seu trabalho na SPEM. A palestra é dirigida ao público em geral, mas a participação carece de marcação prévia gratuita. Saiba tudo [aqui](#).

### Palestra A importância da Saúde Mental em doentes crónicos

22/02 14h30

Biblioteca Municipal Maria Lamas

Drª Maria João Cardeira

Psicóloga, licenciada em Psicologia, com especialização em Psicoterapia e Psicopedagogia, mestre em Psicoterapia Integrativa e Terapêutica, licenciada em Psicofarmacologia e Psicofisiologia.

Dra. Micaela Rodrigues

Assistente Social, licenciada em Licenciatura em Serviços Sociais, com Pós-Graduação em Enfermagem, com especialização em Cuidados Continuados e Psicologia.

Evento gratuito  
Inscrições obrigatórias: info.apaf@gmail.com

CMA

SPEM

ANEM

TEM

FEAP

FEAP

FEAP

Seja um BOM SÓCIO, mantenha as suas QUOTAS EM DIA

As quotas podem ser pagas através de:

Transferência bancária:  
Montepio Geral:  
NIB: 0036 0000 9910 5871 6101 1

Cheque ou numerário  
Envie para a sede da SPEM  
ou qualquer uma das suas delegações

Débito directo  
Pedir o formulário  
de autorização

Ou por multibanco na SPEM  
loja.  
Ou por MBWAY para o  
número: 938 748 912

\* No descriptivo indique o nº do sócio. Para ser válida, encaminhe a cópia do comprovativo com o nº de sócio para teresa.monteiro@spem.pt

PRETENDE ALTERAR OS SEUS DADOS DE SÓCIO? TEM QUESTÕES RELATIVAS AO VALOR DAS QUOTAS?  
Por favor contacte a SPEM: Horário: 9:30h às 13:00h, de 2.º a 6.º feira  
Telefone: 218 650 480 — Telemóvel: 938 232 957 — Email: teresa.monteiro@spem.pt

### Gostou da nossa Newsletter? Reencaminhe-a para um amigo!

Subscrição da Newsletter  
Newsletters (edições anteriores)

**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](mailto:spem@spem.pt)