



dia mundial de la EM  
25 DE MAYO DE 2016



## CALENDARIO DE ACTIVIDADES DÍA MUNDIAL DE LA EM 2016

ENTIDADES MIEMBROS DE ESCLEROSIS MÚLTIPLE ESPAÑA ([www.esclerosismultiple.com](http://www.esclerosismultiple.com) @esclerosisEME)

### 14 DE MAYO

- **Asociación de Familiares de Afectados por EM de Burgos, AFAEM**
  - **Camínate**

Marcha a pie, en bicicleta o corriendo, 10 km. En la llegada se repartirán premios y se celebrará un pequeño acto de sensibilización

    - 11:00 en Hornillos del Camino, el día 14 de mayo
    - Dirigido a público general, personas con EM, profesionales

### 17 DE MAYO

- **Fundación GAEM**
  - **Difusión del vídeo "Diez años creyendo en la investigación"**

Vídeo emocional, en el que cinco personas con EM y sus familiares explican cómo afrontar la enfermedad desde una perspectiva positiva, además de destacar la importancia que tiene para ellos la investigación biomédica.

    - 17 de mayo. Online
    - Dirigido a personas con EM

### 18 DE MAYO

- **Asociación Cantábrica de Esclerosis Múltiple, ACDEM**
  - **Presentación Consejería de Sanidad del gobierno de Cantabria**

Reunión con la Consejera de Sanidad del Gobierno de Cantabria para trasladarle las reivindicaciones del día Mundial de la Esclerosis Múltiple.

    - Día 18 de Mayo, 12:00, Santander
    - Dirigido a personas con EM

### 20 DE MAYO

- **Asociación Zamorana de Esclerosis Múltiple, AZDEM**
  - **Campaña de Sensibilización**

Información y sensibilización de la EM y de los servicios de AZDEM en C/Santa Clara.

    - 20-27 de mayo
    - Dirigida a público general, personas con EM, profesionales
- **Asociación de Esclerosis Múltiple de Navarra, ADEMNA**
  - **Exposición fotográfica "Esclerosis Múltiple, dos miradas de una realidad"** (Sonia Carrasco)
    - Del 20 al 31 de mayo, en el atrio del Parlamento de Navarra

### 21 DE MAYO

- **Asociación de Esclerosis Múltiple de Cuenca, ADEMCU**
  - **X Marcha Solidaria por la Esclerosis Múltiple**

Recorrido por las principales calles de la ciudad con todos los participantes y autoridades. Al finalizar (en Plaza de España) se ofrecerá un bocadillo y un refresco a los participantes, que establecimientos de la ciudad han donado a la Asociación.

    - 21 de mayo, salida Plaza de la Constitución a las 19:00h
    - Público general, personas con EM, profesionales
    - Lugar de Inscripción: Plaza de la Constitución y en la Asociación (969 235 623)
- **Asociación Balear de Esclerosis Múltiple, ABDEM**
  - **Encuentro de familias**

Encuentro para conocer las necesidades de los familiares de personas con EM en activo y con un buen grado de autonomía.

    - Casal de barri Joan Alcover. 10.00-13:30 horas
    - Dirigido a personas con EM
- **Esclerosis Múltiple Lleida**
  - **Mesas informativas y actividades de sensibilización**

Se colocarán tres mesas informativas para concienciar a la ciudadanía sobre la EM. A lo largo de la jornada se han programado una actuación coral, exhibición de baile country y actividades lúdicas para los niños

    - Tàrrega (Lleida)
    - Dirigido a público general, personas con EM



dia mundial de la EM  
25 DE MAYO DE 2016



## 22 DE MAYO

- **Fundación Esclerosis Múltiple (Cataluña), FEM**
  - **Corre y pedalea en el Circuit de Barcelona-Catalunya**

Carreras de atletismo, en bicicleta y en patines. Miguel Indurain, Marc Gené, Abel Antón y Martin Fiz apadrinan esta carrera solidaria por la Esclerosis Múltiple.

    - Dirigido al público general
    - [www.mitjaterrassa.com](http://www.mitjaterrassa.com)
    - Más información en [www.fem.es](http://www.fem.es)

## 23 DE MAYO

- **Fundación Aragonesa de Esclerosis Múltiple, FADEMA**
  - **Decoración del centro: "La EM no me frena para..."**
    - Días 23 y 24 de mayo, Centro de FADEMA, de 10.30-13.00h.
    - Dirigido a personas con EM y profesionales
    - Entre todos -usuarios, familiares, trabajadores, personal en prácticas y voluntarios- decorarán el centro de FADEMA, en sintonía con el lema del día mundial 2016. Se ha preguntado a las personas con EM en qué **no les frena** la EM, y en base a su respuestas, se ha planificado la decoración desde el servicio de Terapia Ocupacional. Estanterías con libros, cd's, películas... que simbolizan que a pesar de la EM siguen leyendo, disfrutando del cine, de la música...etc. Han diseñado personajes que simbolizan el afecto y apoyo de la familia, tuneado zapatos que simbolizan que siguen adelante y avanzando a pesar de la EM, y paraguas decorados por ellos, que simbolizan la protección y cobertura que se pueden dar entre las propias personas con EM, familiares, sociedad, servicios sociales....

## 24 DE MAYO

- **Asociación Cantabra de Esclerosis Múltiple, ACDEM**
  - **Rueda de prensa, presentación de la campaña**

Presentación de la campaña a los medios, lectura del comunicado, presentación de la actividad central.

    - Biblioteca Central de Cantabria, 11.30
    - Dirigido a público general

## 25 DE MAYO

- **Fundación Esclerosis Múltiple de Madrid, FEMM**
  - **Esclerosis Múltiple: Un verano saludable**

Jornada informativa celebrada con motivo del Día Mundial de la EM en torno a los hábitos saludables en EM de cara al verano, de la mano de profesionales y expertos en esta patología.

    - 16:30h. en la Fundación Ramón Areces (C/ Vitruvio, 5, 28006 Madrid)
    - Dirigido a público general, personas con EM, profesionales
    - Información e inscripciones: 91 399 32 45 Más información: [www.femmadrid.org](http://www.femmadrid.org)
- **Fundación Esclerosis Múltiple (Cataluña), FEM**
  - **Jornada informativa - Cemcat**

Actuación de la Coral del Cemcat y Jornada Informativa

    - Dirigido a público general, personas con EM.
    - Inscripciones 93.228.96.99
  - **Club de lectura**

El Día Mundial coincidirá con la aparición de un club de lectura formado por personas con EM y sus familiares.

    - Lleida, a las 19:00 en la Biblioteca Pública de Lleida
    - Dirigido a personas con EM
- **Esclerosis Múltiple Euskadi**
  - **Jornada Día Mundial Esclerosis Múltiple**

Jornada Científico social para reflexionar y debatir sobre los temas de actualidad relacionados con la Esclerosis Múltiple. Se reunirán más de 300 personas con EM, profesionales, sanitarios y familiares para seguir aprendiendo, ofrecer apoyo mutuo y constatar que #JuntosSomosMásFuertes.

    - Palacio de Euskalduna (Bilbao)
    - Dirigido a público general, personas con EM, profesionales
    - Lugar: Palacio Euskaduna de Bilbao
    - Entrada gratuita. Aforo limitado



dia mundial de la EM  
25 DE MAYO DE 2016



Inscripciones: 94 476 51 38

Programa e inscripciones online: <http://www.esclerosismultipleeuskadi.org/dia-mundial/>

- **Esclerosis Múltiple Lleida**
  - **Caña solidaria con la Esclerosis Múltiple**

"Caña solidaria con la EM"

En la emblemática bodega Blasi de Lleida, se ofrecerá por 5€ una caña + dos tapas + postre, con música en vivo y ambiente festivo.

    - Lleida, bodega Blasi, 20.00 horas.
    - Dirigido a público general
    - <https://www.facebook.com/BodegaBlasi/>  
Compra de tickets en la bodega Blasi (con antelación o el mismo día), o de manera anticipada en el Hospital de Dia Miquel Martí i Pol.
- **Fundación Aragonesa de Esclerosis Múltiple, FADEMA**
  - **Actuación de percusión: TROKOBLOKO**

11.30h.: pregón simbólico (15 min.). Inauguración del día mundial de la EM 2016, al ritmo de percusión brasileña.

18.00h.: Actuación. Pasacalles que finalizará en las terrazas de la sede a las 18.00h. Las personas con EM, familiares y profesionales, se unirán a la banda demostrando que la EM "no les frena" para poder disfrutar de una actuación con mucho ritmo y en plena explosión de la primavera.

    - Dirigido al público general. Gratuito. C/ Pablo Ruiz Picasso, 64 (Zaragoza)

FADEMA también celebrará un concierto de musicoterapia de las PcEM (a las 12.15h.), una actuación Clown (a las 19.30h.).
- **Esclerosis Múltiple León**
  - **Conferencia Actualización en tratamientos de la Esclerosis Múltiple**, a cargo del Dr. D. Adrián Ares Luque, neurólogo del Hospital Universitario de León. El Dr. D. Juan Luis Burón Llamazares será el anfitrión del acto, que será presentado por el Jefe del Servicio de Neurología Dr.D. José Félix Fernández López.
    - Salón de actos del Complejo Asistencial Universitario de León, a las 18:30h.
    - Público general, personas con EM, profesionales. Entrada libre.
  - **Jornada de puertas abiertas: Campaña "Empatiza"**
    - Sede EMLeón de 9:30-14:00 h.
    - Público general, personas con EM, profesionales
    - El objetivo de la campaña "EMPATIZA" es acercar tanto a las familias como a la sociedad en general, la realidad de las personas con EM a través de distintos simuladores de síntomas diseñados por ellos mismos, en el que los profesionales de la entidad y voluntarios acompañarán e informarán durante el recorrido.
- **Asociación Esclerosis Múltiple Área III (AEMA III, Lorca, Murcia)**
  - **VII Jornadas Técnicas sobre Esclerosis Múltiple**

Encuentro de todas las personas interesadas en aprender, conocer y actualizar sus conocimientos sobre la EM, abordando:

    - "Actualidad farmacológica en la EM", Dr. A. Candelieri (Neurólogo. Hosp.. Rafael Méndez.)
    - "Neurorehabilitación, recuperar, mantener y potenciar capacidades", Dr. Manuel Murie (Neurólogo y neurorehabilitador, clínica Universidad de Navarra)
    - "Vida Saludable", D. Kiko Munar (responsable Activa-t, ABDEM)
    - Aula cultural de Cajamurcia, Lorca (Murcia). 17:30h
    - Dirigido a público general, personas con EM, profesionales
    - Aforo limitado a 150 personas. Acceso gratuito, se requiere registro a través de la plataforma eventbrite: <https://www.eventbrite.es/e/entradas-vii-jornadas-tecnicas-sobre-esclerosis-multiple-aema-iii-24700370473?ref=ebtnebregn>

Más información 689 333 202
- **Asociación Zamorana de Esclerosis Múltiple, AZDEM**
  - **X Jornadas sobre Esclerosis Múltiple**

Jornadas médicas en las que 4 profesionales nos trasladarán información actualizada sobre EM.

    - Salón de Actos de La Alhóndiga, Pza. de Santa Ana 5, Zamora, 18h
    - Público general, personas con EM, profesionales
- **Asociación de Esclerosis Múltiple de Cuenca, ADEMCU**



- **Mesa Informativa**
  - Mesa informativa en la puerta de la Asociación.
  - C/ Hermanos Becerril, nº 3 , de 10:30h a 13:30h
  - Público general, Personas con EM, Profesionales
  - Lugar: Asociación de Esclerosis Múltiple (Tel. 969235623)
- **Asociación Palentina de Esclerosis Múltiple, APEM**
  - **Divulgación**
    - Mesa informativo-petitoria en C/Mayor (Palencia), con la presencia de autoridades y prensa.
    - C/Mayor de Palencia de 10:00 a 14:00 horas
    - Público general
- **Asociación Segoviana de EM, ASGEM**
  - **Charla Logopedia**
    - Problemas de las personas con EM atendidos desde el servicio de Logopedia.
    - 18:00h. en la sede ASGEM
    - Dirigido a público general
- **Asociación de EM de Alicante, adEMa**
  - **Mesa informativa y de difusión**
    - Avda. Maisonnave de Alicante de 9-14 horas
    - Dirigido a público general
- **Fundación GAEM**
  - **VII Reunión de familiares y pacientes con la unidad de neuroinmunología-esclerosis múltiple del Hospital Clínic de Barcelona**
    - Reunión de pacientes y familiares con la unidad de neuroinmunología-esclerosis múltiple, con el apoyo de la Fundación GAEM.
    - 18h- Centro Esther Koplowitz
    - Dirigido a público general, personas con EM, profesionales
- **Asociación Malagueña de Familiares y Afectados de EM, AMFAEM**
  - **Jornada de puertas abiertas**
    - Jornada de puertas abiertas donde se informará al público y medios de comunicación, sobre los aspectos relacionados con la EM y servicios que se prestan desde AMFAEM a los personas con EM y sus familiares.
    - De 10:00 a 20:00 h, en la sede de AMFAEM
    - Dirigido a público general
    - Previa comunicación al correo electrónico. [amfaem@hotmail.com](mailto:amfaem@hotmail.com)
  - **Almuerzo de socios, familiares y amigos**
    - Almuerzo de socios, familiares y amigos con motivo del Día Mundial de la EM.
    - A las 14:30 h., restaurante del Centro Ciudadano de Portada Alta. C/ Archidona, 23. de Málaga, donde se ubica la sede de AMFAEM
    - Personas con EM y familiares
    - Aforo limitado. 7 €. Reservas en [amfaem@hotmail.com](mailto:amfaem@hotmail.com).
  - **Punto de información**
    - Mesa informativa en el Hosp.. Regional Univ. de Málaga, sobre la EM y servicios de AMFAEM.
    - 10:00h., en el Hosp. Regional Universitario de Málaga
    - Dirigido a público general
    - Información de acceso: Hosp. Regional Univ. de Málaga, de 9:00 a 14:00 h.
- **Asociación Cantabra de Esclerosis Múltiple, ACDEM**
  - **Campaña informativa**
    - Campaña de informativa en los centros de salud y hospitales del Servicio Cantabro de Salud.
    - Hospitales, centros de salud de Cantabria
    - Dirigido a público general
- **Esclerosis Múltiple Asociación de Cartagena y Comarca, EMACC**
  - **Mesas informativas**
    - 10:00 h.-14:00 h. y 17:00 h.-20:30 h. en Hospitales de Santa Lucía y Rosell, Plaza Juan XXIII y C.C. Cénit.
    - Dirigido a público general
    - Para colaborar como voluntario, dirígete a EMACC, 868095253 – 648280828.
- **Asociación de Esclerosis Múltiple de Navarra, ADEMNA**
  - **Acto en el Parlamento de Navarra a favor de las personas con EM**



día mundial de la EM  
25 DE MAYO DE 2016



- 11.30h.: Lectura de manifiesto y suelta de globos
- **Conferencia EM** (Tudela)
  - 17.00h. en la sede de COCEMFE (Tudela)
  - Importancia del trabajo cognitivo y actualización en tratamientos

## 26 DE MAYO

- **Asociación Malaqueña de Familiares y Afectados de EM, AMFAEM**
  - **Taller de manualidades**
    - Se explicarán los beneficios de esta actividad en las personas con EM, y se mostrarán las distintas técnicas y procesos de decoración de objetos. Se expondrán los productos realizados para su venta.
    - Sede de AMFAEM. De 17:30 20:00 h.
    - Público general
    - En la sede de AMFAEM, previa inscripción al correo electrónico [amfaem@hotmail.com](mailto:amfaem@hotmail.com)
- **Esclerosis Múltiple Lleida**
  - **Charla: “Elaboremos un menú solidario con la EM”**

La nutricionista Estefanía Iglesias ofrecerá una charla sobre nutrición con el título: "Elaboremos un menú solidario con la EM"

    - 11.00h., en el Hospital de Día Miquel Martí i Pol
    - Dirigido a público general, personas con EM
    - Para inscribirse (inscripción gratuita), llamar al 973705364 o via email: [avalls@fem.es](mailto:avalls@fem.es)
    - Más información: <http://globalsailsolutions.blogspot.com.es/2016/03/viii-regata-carbuco-de-plata-iii-trofeo.html> 868095253 - 648280828

## 27 DE MAYO

- **Esclerosis Múltiple Asociación de Cartagena y Comarca, EMACC**
  - **VIII Regata del Carbuco** (27, 28 y 29 de mayo)

El Club de Regatas de Portman, organiza la VIII Regata del Carbuco, y los beneficios irán destinados este año a EMACC, que contará con una carpa informativa durante todos los días de la regata.

    - Yacht Port del Puerto de Cartagena (detrás del Restaurante Mare Nostrum) los siguientes días: viernes 27 de 15 a 20h, sábado 28 de 10 a 20h, domingo 29 de 10 a 14h.
    - Dirigido a público general, personas con EM
- **Asociación de Familiares de Afectados por EM de Burgos, AFAEM**
  - **Taller "Qué hacer con nuestros pensamientos y emociones"**

Trabajar en grupo las emociones y pensamientos que surgen a raíz de la enfermedad, y cómo gestionarlos para poder aumentar el bienestar psicológico y emocional, y también físico.

    - Sede de AFAEM, de 17:00 a 20:00h.
    - Dirigido a personas con EM
    - Inscripciones hasta el día 22 de mayo en la Asociación. La actividad se realizará en la Sala de Formación de AFAEM, con un aforo limitado de 15 personas y un coste de 10 euros.
- **Asociación de Esclerosis Múltiple de Navarra, ADEMNA**
  - 18.00h. **Presentación del vídeo “La EM no me frena”**
  - **Presentación del libro “El guardián de la intemperie”, de Juan Iribas**
  - **Conferencia en CIVICAM** (Pío XII, 2 Pamplona)
    - “El proceso de investigación de nuevos tratamientos” (Dr. Manuel Murié)
    - “Terapias regeneradoras en EM” (Dra. Teresa Ayuso)
    - Actuación de danza

## 28 DE MAYO

- **Fundación Esclerosis Múltiple de Madrid, FEMM**
  - **VI carrera “Corre por la EM”**

Carrera popular para todos los públicos que cuenta con dos categorías (masculina y femenina) y dos distancias (2,3 km y 10 km) en favor de las personas con EM.

    - 09:00 h en Casa de Campo (Madrid)
    - Dirigido a público general, personas con EM, profesionales
    - Puntos presenciales de inscripción: sede de FEMM (C/ Ponzano, 53) y El Corte Inglés de Castellana, Goya y Sanchinarro (planta de Deportes).

Precio inscripción puntos presenciales: 12€  
Inscripción online: <http://www.correporlaesclerosismultiple.com> (Inscripciones)  
Inscripciones online: 12,40 euros



dia mundial de la EM  
25 DE MAYO DE 2016



- Más información: [www.correporlaesclerosismultiple.com](http://www.correporlaesclerosismultiple.com) y 91 399 32 45
- **Asociación Balear de Esclerosis Múltiple, ABDEM**
  - **Concierto Benéfico. La Unió Musical de Marratxi**

Concierto benéfico a favor de Abdem, conmemorativo del Día Mundial de la Esclerosis Múltiple

    - 19h. Conservatorio de Palma
    - Dirigido a público general. 6€
    - Venta de entradas en: -Abdem, - Musicasa, -Bar Graderío, -Escuela de música de Marratxi
  - **Inauguración Pirats 2016**

Evento anual organizado por los Lions, a favor de los jóvenes con Esclerosis Múltiple. El espectáculo de Pirates Adventure ha sorprendido a más de 3 millones de personas con su mezcla de acrobacias, gimnasia y una impresionantes coreografía.

    - Magaluf. 19 horas
    - Dirigido a público general
    - [http://www.piratesadventure.com/esp/ticket\\_details\\_esp.html](http://www.piratesadventure.com/esp/ticket_details_esp.html)
- **Fundación Aragonesa de Esclerosis Múltiple, FADEMA**
  - **I Ruta solidaria de motos: "Muévete por la EM"**

Punto de encuentro: FADEMA, a las 10.00 horas  
Público general, Personas con EM, Profesionales.  
Ruta desde la sede de FADEMA al centro de la ciudad y regreso a la sede.  
"La EM no me frena para participar en una Ruta Motera": un buen número de usuarios del centro de rehabilitación participarán en la ruta (uno de ellos en sidecar y un grupo de 7 usuarios irán en cabeza, en la furgoneta de FADEMA) apoyando el lema de la campaña: "La EM no me frena".  
**Para participar:** para moteros, en FADEMA el 28 de mayo a las 10.00 h.; pueden confirmar asistencia en [iria@fadema.org](mailto:iria@fadema.org), o llamando al 976 742 767. Para personas con EM, el cupo de transporte adaptado está cubierto, pero si tienen familiares que quieren apoyar la causa uniéndose en su moto, pueden contactar en: [iria@fadema.org](mailto:iria@fadema.org), o en el 976 742 767.
- **Asociación de EM de Gipuzkoa, ADEMI**
  - **Spinning. III Maratón Solidario a beneficio de Esclerosis Múltiple**
    - 17.00h. en Polideportivo Benta Berri. 20€/3 horas. Sorteos.
    - Más información: [https://www.kirolprobak.com/competicion\\_ficha.php?id=1588](https://www.kirolprobak.com/competicion_ficha.php?id=1588)

### 29 DE MAYO

- **Asociación Cantabra de Esclerosis Múltiple, ACDEM**
  - **La EM no nos frena. Vuelo en parapente.**

Un grupo de 4 personas con Esclerosis Múltiple, en diferentes momentos de la enfermedad, volarán en parapente en colaboración con monitores especializados.

    - Islares.
    - Dirigido a personas con EM
- **Asociación Zamorana de Esclerosis Múltiple, AZDEM**
  - **III Carrera Cerco de Zamora – Zamora cerca de la EM**

Carrera popular solidaria

    - a partir de las 10.30h, Vivero de empresas de la Cámara de Comercio, Avd. La Feria.
    - Dirigido al público general, personas con EM, profesionales

### 3 DE JUNIO

- **Esclerosis Múltiple Asociación de Cartagena y Comarca, EMACC**
  - **Cena benéfica a favor de las personas con EM**

Tras la Cena se realizarán rifas, habrá música y servicio de barra.

    - 21:15h en Restaurante El Paraíso en Cartagena. Donativo: 30€.  
Se pueden adquirir las invitaciones en los tel. 868 095253 / 648 280828.  
Mesa 0: ES31 2100 4027 12 2200031039
    - Dirigido a público general, personas con EM, profesionales. Info en EMACC, 868095253 - 648280828 esclerosis-cartagena.es

### 4 y 5 DE JUNIO

- **Fundación Aragonesa de Esclerosis Múltiple, FADEMA**
  - **Fiesta del parque del agua**

FADEMA participará en la Fiesta Anual del Parque del Agua con un stand informativo sobre la EM. Se unirán personas con EM, familiares, trabajadores y voluntarios. Se ofrecerá un taller de manualidades para niños, de 12.00 a 13.30 horas.



dia mundial de la EM  
25 DE MAYO DE 2016



- Parque del Agua (Zaragoza), junto al "Canal de aguas bravas"
- 4 y 5 de junio, de 11.00 a 14.00 horas.
- Dirigido a: público general, personas con EM, profesionales. Aforo libre.

#### 19 DE JUNIO

- **Asociación de Familiares y Afectados de EM de Burgos, AFAEM**
  - **Torneo de fútbol sala femenino**  
Fútbol Sala Femenino en Burgos, con unos 30 equipos femeninos.  
Sensibilización y deporte.
    - Todo el día, en el Polideportivo Quitanadueñas
    - Dirigido a público general, personas con EM, profesionales
    - Inscripciones vía mail e ingreso de 50€ por equipo. Se realizará en el polideportivo de Quitanadueñas. En principio pueden participar todos los equipos que lo deseen.

Más información: [www.esclerosismultiple.com](http://www.esclerosismultiple.com), [www.diamundialem.org](http://www.diamundialem.org) y [www.worldmsday.org](http://www.worldmsday.org)