

(Cont.)

Myos vai de novo ao Politeama

A delegação de Lisboa volta a desafiar os seus sócios e familiares a **assistir a um musical no Teatro Politeama, em Lisboa. No dia 7 de Junho, domingo, às 17 horas iremos assistir à peça West Side Story, encenada por Filipe La Féria.** Foi conseguido um preço especial para grupo. No ano passado, no musical Jesus Cristo Superstar, reunimos mais de 80 pessoas, este ano queremos chegar às 100. **Terá que fazer a sua reserva para a sede da Myos** telef.- 217973294 (às 2ª, 4ª e 6ª-feiras das 14h às 18h) e o **pagamento até dia 30 de Maio.** ■

Passeio ao Jardim Oriental na Quinta dos Loridos no Bombarral

No dia 20 de Junho esta Delegação vai realizar um passeio com piquenique para os sócios e seus familiares.

O local escolhido foi o Jardim Oriental situado na Quinta dos Loridos, Bombarral. O local pretende ser um espaço de meditação e de paz. Tem um lago artificial e 6 mil toneladas de estátuas onde se destacam pagodes chineses e estátuas de Buda.

Se pretender juntar-se a nós nesta aventura só tem que reservar o seu lugar. Estamos ainda a tentar arranjar transporte colectivo. A partida será da Praça de Espanha, em Lisboa às 9.30 e o regresso pelas 18 horas. Cada pessoa deverá levar merenda pois iremos todos juntar-nos para um piquenique.

As reservas deverão ser feitas até dia 15 de Junho para a sede da Myos telef.- 217973294 (às 2ª, 4ª e 6ª-feiras das 14h às 18h). A prioridade é dada pela data de inscrição.

Os sócios que queiram partilhar este passeio deslocando-se por meio próprio, podem juntar-se a nós no local. ■

II Workshop de sensibilização para a prática de exercício físico

A Myos irá realizar no dia 30 de Maio pelas 14h30 no Lar Militar da Cruz Vermelha, mais uma Acção de Sensibilização para a prática de Exercício Físico adaptado aos doentes com Fibromialgia e/ou Síndrome de Fadiga Crónica. Contamos uma vez mais com a colaboração das Professoras Clarissa Printes e Rita Gomes da Costa, na orientação do exercício no solo e na piscina (aquecida a 34º) respectivamente, assim como na palestra introdutória ao workshop. Este ano os participantes poderão ainda usufruir de um rastreio de composição corporal, a realizar por Filipa Pires no âmbito do seu trabalho de final de curso de Motricidade Humana.

O workshop será gratuito para os sócios e terá uma comparticipação de €5,00 para os não sócios. Aconselha-se o uso de roupa confortável e adequada à prática de exercício e para a piscina é necessário fato de banho, touca, chinelos e toalha.

Deverá ser feita inscrição através do telf. 217973294 (às 2ª, 4ª e 6ª-feiras das 14h às 18h).

Agradecemos antecipadamente a todos os colaboradores, assim como ao Lar Militar da Cruz Vermelha pela cedência gratuita das suas instalações e ao Aquafitness Health Club pela cedência dos materiais e livros trânsito cedidos para o rastreio. ■

Núcleo de Apoio em Angra do Heroísmo

Após a dissolução da delegação dos Açores por falta de recursos humanos que permitissem a sua manutenção, surge com uma grande vontade de dar apoio e desenvolver o conhecimento sobre a FM e SFC na Ilha Terceira, com um pequeno grupo de sócios vão iniciar reuniões de grupo de apoio mensais, em Angra do Heroísmo. Este grupo reunir-se-á na segunda 3ª feira do mês, às 20 horas no Centro de Actividades Físicas, Caminho de Belém nº 18/20 na Freguesia de Terra Chã. Para mais informações poderá contactar as responsáveis do Núcleo Mª Manuela Arruda 914296361; Mª Antonieta Ávila 962330688; Mª Anacleto Teodoro 965135389. ■

III Encontro de Jovens

O III Encontro de Jovens com Fibromialgia e/ou Síndrome de Fadiga Crónica decorreu no dia 17 de Janeiro na sede da Myos em Lisboa. Estiveram presentes 24 pessoas. O tema em debate foi a "Parentalidade".

Contámos com a participação da psicóloga Dra. Rita Canaipa que deu o seu contributo explicando aos presentes o sentido de maternidade e paternidade, desmistificando um pouco os medos dos recentes ou futuros pais.

José Oliveira Baptista e Iris Matos deram o seu testemunho enquanto doentes e pais, contando as suas experiências.

Foi uma conversa muito animada e participativa onde os jovens pais puderam partilhar a sua experiência falando dos seus anseios, dificuldades e conquistas.

A maioria dos participantes, não sendo ainda pais, colocou questões, tentando com o esclarecimento das suas dúvidas afastar os seus receios.

Foi um debate informal muito produtivo onde se partilharam também dicas e truques usados para minimizar as limitações da FM/SFC nesta área em particular.

Ficou prometido para breve um novo encontro. ■

DATA A NÃO ESQUECER**12 de Maio****Dia Mundial da Fibromialgia e da Síndrome de Fadiga Crónica****Apoio aos estudantes na Myos**

A Myos tem vindo a receber grupos de estudantes de Medicina e Farmácia, dentro do acordo estabelecido entre a Plataforma Saúde em Diálogo e as Faculdades de Medicina e de Farmácia da Universidade de Lisboa. Os estágios têm como objectivo o conhecimento ainda durante a vida académica, da realidade vivida pelas associações de doentes e pelos doentes na tentativa de estreitar contactos com os futuros profissionais e dar-lhes ferramentas para que melhor apoiem os doentes durante a sua actividade profissional. Também estudantes de Psicologia, Enfermagem, Fisioterapia, Motricidade Humana, etc., têm recorrido à nossa instituição para obterem o apoio necessário à concretização de estudos, projectos de final de curso, mestrados e doutoramentos, que com todo o agrado temos apoiado. ■

Dra. Rita Canaipa em Congresso Europeu de Psicoterapia

A Dra. Rita Canaipa (psicóloga e colaboradora da Myos desde 2004) irá apresentar com o Prof. João Manuel Moreira, da Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação da Universidade de Lisboa, a comunicação "Credibility issues as barriers to the construction of happiness in persons with medically unexplained diseases" no 16th Congress of the European Association for Psychotherapy "Meanings of Happiness and Psychotherapy", que se realizará entre 2 e 5 de Julho de 2009. ■

Manutenção da Secretária executiva da Myos

Na sequência do nosso pedido feito no Natal, continuamos a receber donativos para que nos seja possível manter a secretária em part-time e se possível alargar as suas funções para tempo inteiro. **Agradecemos a todos os sócios e familiares que se juntaram a nós nesta campanha e que deram dentro das suas possibilidades (quer fossem €0,30 ou €300).**

Dos mais de €8000 que necessitamos, foram angariados €942,70, pelo que resolvemos manter esta campanha durante todo o ano.

Todas as pessoas que na altura não tiveram possibilidade ou se esqueceram podem ainda colaborar com este projecto da Myos. **Peça aos seus amigos, familiares e colegas um contributo - 1€ por pessoa pode fazer a diferença.**

Os donativos podem ser entregues directamente na sede nacional em Lisboa, enviados por cheque, vale de correio ou transferência bancária (neste caso, agradecemos que nos faça chegar a informação da transferência por mail, carta ou telefone).

NIB 0033 0000 45243922237 05 e IBAN PT50 0033 0000 45243922237 05

Fibromialgia: ponto de chegada, ponto de partida
4. Assumir compromissos de tratamento

A ansiedade e a perplexidade que precedem o diagnóstico da fibromialgia revestem-se, na fase seguinte, de uma tonalidade de desânimo e de impotência face ao carácter crónico da doença e às suas implicações no curso de vida dos doentes. Por outro lado, a diversidade de patologias associadas dificulta o traçado de vias de tratamento e de recuperação que se revelem eficazes na grande generalidade dos casos. Experiências repetidas de insucesso em terapêuticas, muitas vezes desajustadas e desarticuladas, podem também contribuir para reforçar a descrença nas possibilidades de melhoria dos doentes fibromiálgicos.

Estas circunstâncias, aliadas a algumas deficiências ou lacunas de informação e formação dos doentes e seus familiares, como de possíveis prestadores de cuidados de saúde, dificultam o movimento activo dos doentes na exploração e manutenção de tratamentos que possam contribuir para minorar os efeitos da síndrome que apresentam.

Ora, o conhecimento da doença e de si próprios como doentes, a capacidade de identificar e controlar alguns dos seus sintomas, que constituem, sem dúvida, passos importantes na aceitação activa da situação, não dispensam intervenções especializadas, num quadro multidisciplinar coerente e adequado à singularidade de cada caso.

Não cabe aqui enumerar essas intervenções e analisar as suas vantagens e desvantagens. Cada doente deve fazê-lo no âmbito de um acompanhamento médico esclarecido de que não pode prescindir, também do apoio psicológico a que pode recorrer; e ainda da procura constante de informação e formação que lhe possa ser útil, junto de especialistas, como dos seus pares, familiares e amigos.

Lembro aqui a mensagem de um fibromiálgico, já tão difundida pela Myos, de que "o melhor cuidador de um fibromiálgico é ele próprio". Esta mensagem traduz a iniciativa na procura de soluções para os diversos tipos de problemas que a fibromialgia lhe traz; também a responsabilidade de fazer adequar e articular diferentes abordagens de tratamento que se vão revelando mais úteis para o seu caso; e ainda o compromisso de prosseguir vias de recuperação e reestruturação, não só na esfera física, como na esfera emocional e espiritual.

Professora Doutora Helena Rebelo Pinto

Psicóloga

Ficha Técnica

Elaborado com o apoio:



Propriedade: MYOS - Associação Nacional Contra a Fibromialgia e Síndrome de Fadiga Crónica | **Morada:** Av. Santos Dumont, 67, 1º, 1050-203 LISBOA | **Telf.:** 21 797 32 94 | **E-mail:** sede@myos.pt ou boletim@myos.pt | **Site:** www.myos.pt | **Edição:** Maria João Freire | **Paginação:** Inês Afonso Lopes | **Produção e Impressão:** Cromaticamente | **Periodicidade:** Trimestral | **Tiragem:** 3 000 Exemplares | **Depósito Legal:** 246651/06

Pagamento de quotas

Relembramos que sem as suas quotas a Myos não pode manter as actividades a que se propõe. Utiliza os recursos habituais para outros lembretes; escreva num post-it, no telemóvel ou no seu computador e pague atempadamente. **Todos agradecemos e todos somos beneficiados.**

**Boletim Informativo**

Abril > Junho 2009 - Distribuição gratuita

Associação Nacional Contra a Fibromialgia e Síndrome de Fadiga Crónica

ENFA organiza acção europeia de sensibilização para a FM

A ENFA (European Network of Fibromyalgia Associations - Rede Europeia de Associações de Fibromialgia) é uma organização Internacional sem fins lucrativos registada e sediada em Bruxelas, Bélgica. Os seus membros representam 11 países europeus e tem como objectivo o tentar colocar a Fibromialgia (FM) na linha de prioridades na área da saúde da União Europeia e representar os 14 milhões de doentes com FM existentes na Europa.



Fotografias gentilmente cedidas por Filipe Guerra

No dia 7 de Março realizou-se em simultâneo em 10 países membros da ENFA, uma acção de chamada de atenção para a Fibromialgia, para o seu desconhecimento junto da população e da comunidade das áreas de saúde e ainda para a falta de medicação específica para estes doentes e legislação de protecção ao doente.

A Myos como membro representativo de Portugal na ENFA, aderiu a esta acção, que se realizou em frente à Torre de Belém, em Lisboa, entre as 15 e as 16 horas.

(Cont. pág. 2)

(Cont.)

Os outros países que aderiram a esta acção foram: Reino Unido, Irlanda, Bélgica, Holanda, França, Alemanha, Itália, Espanha e Israel.

A comunicação social foi convidada a estar presente, tanto pela Myos como pela ENFA, mas lamentavelmente, uma vez mais, nos deparámos com o desinteresse dos media pela Fibromialgia. ■



Plaza Mayor, em Madrid, Espanha



Milão, Itália



Place de la Monnaie, na Bélgica, Bruxelas

EMA não aprova medicamentos para Fibromialgia

Ainda não há tratamento oficial, na Europa, para os 14 milhões de pacientes com Fibromialgia!

A última semana de Abril foi elevada em actividades para a comunidade fibromialgica. Por um lado, a ENFA, dia 22, reuniu-se em Estrasburgo com a Comissária da Saúde do PE, Sra. Vassiliou; por outro lado, a 23 de Abril, em Londres, a Agência Europeia do Medicamento (EMA) emitiu novamente uma decisão negativa para um tratamento para a Fibromialgia na Europa.

Actualmente, um dos maiores desafios com que os pacientes são confrontados é com a falta de medicamentos oficialmente reconhecidos na União Europeia para a FM, considerando que existem nos Estados Unidos da América três medicamentos aprovados pela Food and Drug Administration: Cymbalta da Eli Lilly, Lyrica da Pfizer e, recentemente, autorizou Savella de Forest & Cypress (Pierre Fabre).

Em Outubro passado, Cymbalta recebeu uma decisão negativa e em Abril passado foi a vez de Lyrica. Um processo está ainda a ser avaliado pela EMA: Savella.

Os medicamentos são prescritos pelos médicos, pelo conhecimento da sua eficácia e não pela sua especificidade para a Fibromialgia.

No Reino Unido, por exemplo, é pouco provável que seja prescrito qualquer um destes medicamentos aos pacientes com Fibromialgia, por não estarem oficialmente aprovados. Outro exemplo, vindo da Alemanha, diz respeito ao estatuto social dos pacientes, uma vez que são rotulados como "doentes depressivos" para o seu seguro de vida ou seguro de saúde, a fim de ter os seus medicamentos plenamente reembolsados pelo Seguro Nacional de Saúde.

A ENFA e todas as suas associações têm desde há anos contribuído para a sensibilização para a Fibromialgia e irão continuar com essa actividade. ■

Petição online

A ENFA encontra-se desde Setembro do ano passado a recolher assinaturas numa petição online, tendo já mais de 27 mil pessoas assinado esta petição ajudando a chamar a atenção e dando um apoio excepcional na luta contra a Fibromialgia.

A Comissária da Saúde do Parlamento Europeu, Sr^a Vassiliou, em reunião concedida pela mesma à ENFA e ao Membro do Parlamento Europeu Sr. Adamou, recebeu em mão o livro com as 27.000 assinaturas recolhidas até à data na petição online. A Comissária da Saúde mostrou-se bastante interessada pelo assunto, colocando várias questões acerca das actuais preocupações dos doentes.

Se ainda não assinou a petição on-line, contamos consigo, com os seus familiares e amigos para que se obtenham o maior número possível de assinaturas. [Http://www.enfa-europe.eu/indexpet.php](http://www.enfa-europe.eu/indexpet.php)

Aprovação da Declaração sobre FM no Parlamento Europeu

Foi aprovada no passado mês de Dezembro a declaração submetida ao Parlamento Europeu (Declaração 69/2008 do Parlamento Europeu), o que foi conseguido com a assinatura de 418 Deputados do Parlamento Europeu, dos 27 países da União Europeia, que exprimiram à Comissão Europeia e aos Estados Membros o seu desejo de contribuir para o reconhecimento da Fibromialgia e facilitar aos doentes e profissionais de saúde o acesso à informação, apoiando campanhas de sensibilização europeias e nacionais; para encorajar os Estados Membros a melhorar o acesso ao diagnóstico e tratamento, para facilitar a investigação sobre a doença através dos programas de trabalho da UE no âmbito do 7th Framework Programme for Research e de futuros trabalhos de investigação; e, por fim, para facilitar o desenvolvimento de programas para recolha dados sobre Fibromialgia.

O Parlamento Europeu foi a primeira Instituição Europeia a responder ao apelo da comunidade de Associações de Fibromialgia. ■

Integração da Myos na ENFA

Foi aprovada em Assembleia Geral a integração oficial da Myos na ENFA, face ao interesse existente numa luta conjunta de vários países europeus, pelo reconhecimento dos direitos dos doentes que deveriam estar já consagrados e aos quais se têm fechado os olhos e passado ao lado, apesar do reconhecimento da FM pela Organização Mundial de Saúde.

O Prof. Dr. Jaime Branco aceitou o convite para fazer parte do Conselho Científico da ENFA. ■



II Encontro para Doentes com FM no Centro de Alcoitão

O Centro de Medicina de Reabilitação de Alcoitão (CMRA) tem, na sequência da implementação do seu grupo terapêutico de Fibromialgia, vindo a assinalar o dia 12 de Maio, com um encontro para doentes com Fibromialgia.

A Myos foi convidada a estar presente à semelhança da edição anterior, com um stand institucional, estando ainda contemplada a sua participação na mesa de oradores.

Os interessados em participar poderão obter mais informações contactando o CMRA (telf. 214608300). ■

Saúde Portugal - Expo & Conferências 2009



Realiza-se, entre os dias 28 e 31 de Maio de 2009, no Centro de Congressos do Estoril, um conjunto de reuniões e actividades inseridas na iniciativa "Saúde Portugal Expo & Conferências 2009".

Os eventos promovidos nesta iniciativa são: 3º Fórum Nacional das Associações de Doentes; Conferência Nacional dos Gestores Hospitalares; 10as Jornadas de Saúde da Costa do Sol; Corrida Contra a Obesidade; Feira da Criança; Workshops.

A Myos aguarda ainda a confirmação da possibilidade de estar presente neste evento, à semelhança das edições anteriores.

Aprovação de novos estatutos e regulamento

Na Assembleia Geral de Dezembro foram aprovados os novos Estatutos da Myos e Regulamento das delegações (que poderá consultar na íntegra no nosso site). Contamos com estas últimas alterações poder proceder à candidatura da Myos a IPSS. ■

Aprovada nova designação das delegações

Na última Assembleia Geral da Myos foi aprovada a nova designação das Delegações Regionais que passam assim a definir áreas territoriais e não distritos: assim passam de Delegação do Porto para Delegação do Norte, Lisboa e Setúbal unem-se e passam a Delegação de Lisboa e Vale do Tejo, Coimbra passa a Delegação do Centro, Guarda a Delegação da Beira, Évora a Delegação do Alentejo, Faro a Delegação do Algarve e Funchal passa a Delegação da Madeira. ■

Notícias Regionais

Delegações de Setúbal e Ponta Delgada

Na Assembleia Geral da Myos em Dezembro foi aprovada a integração dos sócios da extinta delegação de Setúbal na Delegação de Lisboa passando esta a integrar os distritos de Lisboa, Santarém e Setúbal.

Na extinção da Comissão Instaladora da Delegação de Ponta Delgada, foi aprovado que os sócios das ilhas do Arquipélago dos Açores seriam apoiados pela Delegação de Lisboa enquanto não fossem reunidas condições necessárias para reabrir a Delegação, dada a importância de um apoio regional nesta área geográfica. ■

Jornadas Internacionais do IPR

Realizaram-se nos dias 11 e 12 de Dezembro de 2008, no Centro de Congressos de Lisboa, as XVI Jornadas Internacionais do Instituto Português de Reumatologia (IPR). A Myos esteve representada através de uma banca institucional.

Este ano entre os Posters apresentados, estiveram expostos os trabalhos sobre Fibromialgia das colaboradoras da Myos, Dra. Rita Canaípa, subordinado ao tema "Perfil de personalidade em pacientes com Fibromialgia seguidas na consulta de Psicologia da Myos" e Prof. Clarissa Printes subordinado ao tema "Importância da reeducação funcional respiratória associada ao exercício físico no doente com Fibromialgia". Foram ainda apresentados mais cinco posters sobre Fibromialgia, o que vai denotando algum interesse crescente por esta doença.

Poderá aceder ao conteúdo dos posters no site do IPR, em [hptt://ipr2008.congressos-online/resumos](http://ipr2008.congressos-online/resumos). ■

IV Congresso Practice

A Universidade Lusófona e o Clube Clínica das Conchas (parceiro da Myos) vão realizar o IV Congresso Anual Practice 2009 - Prevenção e Reabilitação activa com o Exercício, a decorrer no dia 16 de Maio de 2009, no Grande Auditório Egas Moniz (Faculdade de Medicina de Lisboa). O tema deste ano é "Idoso e qualidade de vida", e será debatido por especialistas nacionais de diversas áreas como a medicina, nutrição, psicologia, fisioterapia e exercício. Poderá obter mais informações e inscrever-se através do site: <http://www.practice.com.pt> ■

Delegação do Norte

A Delegação do Norte quer justificar aos seus sócios que as dificuldades na manutenção do atendimento na sede da Delegação se devem ao facto das voluntárias que asseguravam o mesmo, estarem actualmente a trabalhar. Pelo facto pedimos desculpa e solicitamos aos sócios que se encontrem em condições de poder colaborar, contactar a Delegação do Norte. Durante o período em que não estiver regularizado o atendimento, qualquer contacto com a Delegação deverá ser feito através do Tlm-910488929.

Apesar das dificuldades a delegação esteve presente com um stand, na IV Feira da Saúde de Paredes a convite do Pelouro da Saúde da Câmara Municipal de Paredes. Várias associações de doentes estiverem presentes o que nos faz acreditar que cada vez mais estas associações têm um lugar importante na sociedade como elo de ligação entre a população e as instituições de saúde ou outras.

Para assinalar o 12 de Maio a delegação do Norte da Myos associou-se à Junta de Freguesia de Gondomar (S. Cosme) para participar no evento "Gondomar, Saúde e Bem-Estar". A palestra terá lugar no Auditório da Universidade Sénior de Gondomar, pelas 14 horas e contará com a participação do Dr. Rui Leal, o testemunho de uma doente, Ângela Almeida, e a apresentação da nossa associação que ficará a cargo de Edviges Lemos. ■

Delegação da Beira

"Fibromialgia: doença de ontem e de hoje" foi o tema da palestra proferida na Academia Sénior da Guarda, no passado dia 10 de Fevereiro, pela Dr.^a Cristina Fidalgo Sequeira (médica especialista em Medicina Interna e Presidente da Delegação da Beira da Myos) a convite desta instituição.

Na palestra foram abordadas as características e especificidade da Fibromialgia e da necessidade de se actuar em prol da defesa dos doentes, incrementando o desenvolvimento do conhecimento dos doentes, técnicos de saúde e do público em geral acerca da Fibromialgia (FM) e da Síndrome da Fadiga Crónica (SFC).

Cristina Fidalgo Sequeira destacou ainda que, uma vez que, para além dos sintomas que os doentes sentem quotidianamente, estas doenças podem ter consequências graves na vida social, profissional e familiar, é de extrema importância o correcto diagnóstico e conhecimento destas patologias assim como a possibilidade de concomitância destas doenças com outras, reumáticas ou não, que poderão diferenciar o tratamento. Esta Delegação releva ainda o número de doentes existentes e a necessidade do apoio e acompanhamento das pessoas afectadas pela FM e/ou SFC na região. ■

Delegação do Alentejo

O Centro de Saúde de Mértola, contactou a Myos, no sentido de lhes poder ser dado apoio através de material informativo, uma vez que têm contacto com um elevado número de pessoas que preenche os critérios de diagnóstico e que não têm conhecimento sobre a doença ou sobre a associação. Estes contactos deixam-nos o doce sabor do reconhecimento de que um bom trabalho está a ser realizado. ■

Delegação da Madeira

Dia 12 de Maio vamos assinalar o Dia Mundial da Fibromialgia, com um pequeno stand, onde teremos todo o material de informação sobre a Fibromialgia e Síndrome de Fadiga Crónica, a ser distribuído pelo público em geral. A finalizar o dia, teremos um jantar de confraternização com os sócios que colaboraram na campanha de divulgação e informação.

A inauguração das instalações da Delegação da Myos para a Região Autónoma da Madeira prevê-se para finais de Junho. Contacte-nos caso pretenda passar estes dias connosco. ■

Delegação do Centro

A Delegação do Centro vai fazer um almoço seguido de passeio com visita ao Mosteiro de Santa Clara a Velha (recentemente inaugurado após remodelação) Este encontro irá realizar-se no último sábado de Maio, dia 30. Os interessados em participar deverão contactar a Delegação. ■



Delegação de Lisboa e Vale do Tejo

Workshop da fundação Moa para sócios da Myos

A Fundação MOA de Portugal mantém dois institutos terapêuticos no Porto e em Lisboa. Além do atendimento clínico feito por profissionais da medicina convencional, incide nas áreas da promoção da saúde, da prevenção e cura da doença, da agricultura natural, da ecologia e das expressões culturais e artísticas.

No âmbito dos seus objectivos, vão ser efectuados dois workshops gratuitos, nos dias 9 e 10 de Maio em Lisboa. O Workshop compreende uma parte teórica em que serão explicados os fundamentos da instituição e da terapia depurativa Okada, uma parte experimental de terapia e uma terceira sobre a cerimónia do chá. Devido ao limite de vagas deverá fazer inscrição prévia junto da sede da Myos. ■

Festa do 6º Aniversário da Myos

No dia 16 de Maio, realiza-se a comemoração do 6º aniversário da Myos, no Auditório da Escola Superior de Comunicação Social, no Campus de Benfica do IPL, frente à 2ª circular. Este espaço e respectivos apoios técnicos foram gentilmente cedidos no âmbito de um protocolo que está a ser efectuado entre a Myos e esta Universidade. Porque nem sempre conseguimos espaço para a realização de palestras, quisemos este ano, juntar o útil ao agradável e aliar à habitual animação musical, algumas palestras. A entrada é gratuita para os sócios e seus acompanhantes.



Programa

14h00 Recepção dos convidados
14h30 Dra. Diana Trindade (psicóloga e arteterapeuta) "Arte terapia na doença"
15h00 Dra. Rita Canaípa (psicóloga) "Fibromialgia Ligações complexas entre dor, fadiga e emoções"
15h30 Dra. Maria João Resende (terapeuta ocupacional) "O que é a terapia ocupacional e para que serve"
16h00 Prof. Dra. Helena Marujo (psicóloga) "Como aceitar a doença e viver com optimismo" (a confirmar)
16h30 Coffee/Tea Break
17h00 Actuação Musical (30min)
Grupo Terapêutico de Alcoitão (25min)
18h00 Encerramento com o partir do bolo de Aniversário

Venha e traga os seus familiares e amigos para que a festa seja mais animada! Por motivos logísticos faça a sua reserva, até dia 13, junto da sede da Myos, pessoalmente, ou por telefone 217973294 (às 2ª, 4ª e 6ª-feiras das 14h às 18h) ou ainda por mail (sede@myos.pt). ■

(Cont. pág. 5)