



**Un diagnóstico de EM puede hacer que se te venga el mundo encima. Muchas personas piensan que tener EM puede impedirles llevar una vida “normal”, pero no del todo cierto. Para el Día Mundial de la EM 2016 estamos conmemorando todas las formas en que las personas afectadas por la EM conservan su independencia y siguen adelante con sus vidas.**

Esto podría ser gracias al apoyo de familiares y amigos, adaptaciones y flexibilidad en el hogar y trabajo, el apoyo de las organizaciones de EM, opciones de tratamiento y estilo de vida eficaces, ingresos económicos estables o incluso solo un cambio de actitud.

### ¿Cuál es la idea?

Al compartir ejemplos de independencia de diferentes países, queremos inspirar a la gente a que desafíe la percepción de lo que las personas con EM pueden hacer.

Para transmitirle algo de inspiración, hemos hablado con personas con EM de todo el mundo y les hemos pedido que compartan su historia “La EM no me impide”.



### ¿Cómo puedo implicarme?

#### Redes sociales

Queremos que nos diga lo independiente que es completando la frase “La EM no me frena...”

Comparta sus fotos e historias en las redes sociales y no se olvide de utilizar el hashtag **#strongerthanMS**. Publicaremos sus comentarios en la página web del Día Mundial de la EM [www.worldmsday.com/es](http://www.worldmsday.com/es)

#### Eventos

En nuestra página web vamos a mostrar todos los eventos que están teniendo lugar en el mundo para el Día Mundial de la EM. Puede encontrar información acerca de lo que su organización de EM local está haciendo cerca de usted o añadir su propio evento.

#### Apoyo

Puede utilizar la campaña para hacer que la gente sepa las cosas que las personas con EM hacen todos los días. Puede utilizar los materiales del kit de herramientas en la página web para apoyar el empleo, la independencia, el acceso o cualquier otra cosa que sea importante para las personas con EM.

Juntos generaremos miles de mensajes que conmemoren la gran variedad de cosas que las personas con EM pueden hacer, sensibilizar e inspirar medidas en todo el mundo. Juntos, somos **#strongerthanMS**