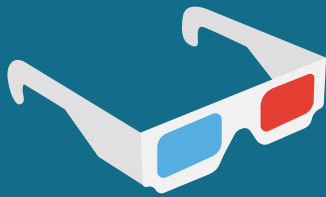


# ESCLEROSIS MÚLTIPLE EN EL ENTORNO LABORAL



## EMPIEZA NORMALIZANDO

El diagnóstico de EM, va a provocar un desequilibrio en el funcionamiento emocional de la persona. Ese desequilibrio es particular de cada uno de nosotros y va a ser más significativo en aquellos contextos que nosotros valoremos como más importantes, por ejemplo, el laboral.



## INFÓRMATE

Es importante informarnos del funcionamiento formal e informal de nuestro entorno laboral, desde nuestros derechos y obligaciones, hasta las costumbres o modos de gestionar otras situaciones similares a las nuestras.



## DECIDE SOBRE "TU PROCESO DE CAMBIO"

Como cualquier otro cambio importante en nuestra vida necesita tiempo, implicación y en muchas ocasiones, ayuda. Por eso, el acompañamiento de un técnico de empleo es la mejor forma de facilitar la toma de decisiones y la posterior puesta en marcha de dicho proyecto.



## PONTE EN MARCHA

Apóyate y acompaña te por profesionales que pueden guiarte en esa puesta en marcha.



## EVALÚA LOS RESULTADOS

Revisa tu proceso de cambio en lo bueno y en lo malo. Recuerda: "lo malo nos dice que hay algo que cambiar, pero lo bueno nos da las herramientas para lograr nuestro objetivo".

Laura García Jiménez. Psicóloga  
Servicio de Orientación, Mediación y Promoción Laboral FEMM