



# FMUAB17

9 novembre 2017

13h-21h

**LA SALUT**  
Visible  
i sense  
estigmes  
**MENTAL**

## Programació FMUAB17

---

### Punts d'Informació de la FM

Trobareu tota la informació de la FMUAB17 als Punts d'Informació de la FM: a la Plaça Cívica (davant de la sortida dels FGC) i a la Plaça del Coneixement (entre els edificis G5 i G6).

### UABRàdio

13.30 h a 17 h Programa de ràdio en directe des de la Plaça Cívica. Sintoneu el 100.3 de la FM!

## Plaça Cívica

---

### Sala d'estudis de la plaça Cívica

(primera planta de l'edifici de l'Autoservei)

10 h a 14 h Marató de donació de sang, a càrrec del Banc de sang i teixits.

### Històries de salut en mental en primera persona

14 h a 15 h Troba't amb estudiants i converseu sobre com afronten el dia a dia dels seus estudis, la seva vida... Cal que passeu pel Punt d'Informació de la plaça Cívica, on us indicaran l'hora i la ubicació.

### Espai escènic de la Plaça Cívica

13 h Pregó de la FMUAB17, a càrrec de Georgina Giner i Xavier Tudó, presentat per la vicerectora d'Alumnat i Ocupabilitat Sara Moreno.

13.15 h Presentació dels Gegants i capgrossos de la UAB: el catedràtic i Pal·las Autònoma, el professor i l'alumne, a càrrec del Vicerector Relacions Institucionals i de Cultura, Carlos Eliseo Sánchez.

13.30 h *Masterclass* de Zumba, activitat programada dins dels "UAB Games" (45minuts).

14.30 h Classe oberta de swing, a càrrec de SwingAutònoma, col·lectiu d'estudiants inscrit en el Directori.

15.15 h Actuació del Cor de la UAB, amb la direcció de Poire Vallvé, a càrrec de Cultura en Viu.

15.45 h Lliurament de premis del campionat de la Ferradura dels Centaures, l'equip de rugbi de la UAB. Activitat programada dins dels "UAB Games", organitzats pel Servei d'Activitat Física.

16 h Exhibició de *covers*, a càrrec del col·lectiu d'estudiants Korean Club.

16.30 h Proclamació de l'Hereu i la Pubilla de la UAB, a càrrec del col·lectiu d'estudiants de Pubillatge de la UAB.

17 h Karaoke asiàtic, a càrrec del col·lectiu d'estudiants OtakUAB.

19 h Batalla de Galls i Gallines, organitzada per UAB Media. Retransmissió en directe de UAB tv. Cal inscripció prèvia: [uab.cat/comunitat](http://uab.cat/comunitat)

## Sala Cinema de la UAB

- 13.30 h Estrena de la pel·lícula: **The Square**, de Ruben Öslund (2017). 2 h 22 minuts. Drama satíric commovedor que reflecteix el nostre temps - sobre el sentit de comunitat i coratge moral en un món cada cop més incert.
- 16.30 h *Dies de Poesia a Sitges. Calma, bullici i goig*. Un documental de l'Anna Aguilar-Amat i la Núria Roldós, a càrrec de QUARKpoesia.

## Espai escènic Centre de Recursos per a Col·lectius.

- 13.30 h Ball de tancament dels gegants de la UAB.
- 13.45 h Actuació dels Bastoners de la UAB.
- 14 h Diada Castellera de la Colla Ganàpies de la UAB, amb les colles convidades dels Trempats de la Universitat Pompeu Fabra i els Engrescat de la Universitat Ramon Llull.
- 17 h Proclamació de l'Hereu i la Pubilla de la UAB.
- 19 h Jam de Swing, a càrrec del col·lectiu SwingAutònoma.

## Fira d'Entitats

A la Fira d'Entitats podreu trobar informació sobre els col·lectius, serveis i projectes de la UAB i saber quines activitats organitzen. A més, tindreu la possibilitat de participar en un munt d'activitats!

**Gimcana Participa a la Fira! Recolliu la butlleta als estands de la fira o al Punt d'Informació de la FM de la Plaça Cívica (davant dels FGC). Participeu en 10 activitats de la Fira, reuneu els gomets suficients, i guanyeu una samarreta amb el lema "La Salut Mental: visible i sense estigmes a la UAB". Els gomets blaus valen el doble!**

**Test de nivell en gènere... t'atreveixes?** Vine a l'estand de l'Observatori per a la Igualtat de la UAB i posa en pràctica el teu coneixement en matèria de gènere.

**Trenquem estigmes amb les llengües.** Vine a l'estand del Servei de Llengües i comparteix amb nosaltres paraules o missatges en qualsevol llengua que ajudin a fer visible la salut mental i a no estigmatitzar-la. T'hi esperem!

**Per una FM més zombie!** Cansat de la típica Festa Major de l'autònoma on tothom és igual? T'agradaria destacar entre la resta? T'agradaria convertir-te en zombie per un dia? Vine a la nostra paradeta i nosaltres et maquillarem gratuïtament!

**Estand Alumni UAB. Saps quantes persones s'han titulat a la UAB durant els seus 50 anys d'història?** Vine a fer papiroflèxia amb Alumni UAB, la comunitat titulats/des a la UAB. Construeix un sabater i descobreix dades sobre la UAB i sobre salut mental. T'esperem a l'estand!

**Juguem al trivial? Vine a provar quant saps sobre Galícia.** Adaptació del conegut joc de taula, amb preguntes dividides en els temes clàssics del trivial (geografia, art i literatura, història, entreteniment, ciències i esports) aplicades a Galícia. Els participants hauran de llançar el dau, moure la fitxa i respondre una pregunta sobre el tema que els hagi tocat. Els qui encertin, aconseguiran un premi.

**Vine a fer photocall i tria el teu valor UABGames**, a càrrec del Servei d'Activitat Física.

**Taller d'escriptura de coreà**, a càrrec l'Institut Sejong. Vine a escriure el teu nom en coreà (amb o sense material de la cal·ligrafia oriental) i coneix estudiants coreans d'intercanvi, alumnes del grau d'Àsia oriental (FTI) i de l'Institut Sejong.

**Mites i prejudicis sobre el món de la presó**, descobrim quines són les idees preconcebudes que tenim al voltant dels centres penitenciaris i coneguem quina és la realitat, a càrrec de la Fundació Autònoma Solidària.

**El Comando Voluntariat té una missió per tu!** Espera noves instruccions i segueix-nos a les xarxes #ComandoV, a càrrec de la Fundació Autònoma Solidària.

**Què FAS pel medi ambient a la UAB?** Coneixes l'entorn natural de la UAB tan bé com et penses? Vine i descobreix-lo amb el nostre mapa interactiu i fes-te una foto!! A càrrec de la Fundació Autònoma Solidària.

**#DelegatsChallenge.** Com és el dia a dia del delegat o delegada de grup acadèmic? Quines funcions fa? Veniu en grup a conèixer la figura del delegat i consulteu el Cens de delegats i delegades de grup acadèmic per saber qui és el vostre delegat o delegada, a càrrec de la unitat de Dinamització Comunitària.

**Mites i Veritats sobre la Criminologia**, descobreix tot el que saps de la Criminologia i els mites que oculta, a càrrec de l'Associació Interuniversitària de Criminologia

## Zona de gespa entre la Facultat de Dret i la plaça Cívica

15 h a 16 h *Survival Zombie*, passa't per l'estand l'HvZ i maquilla't per participar-hi!

## Plaça del Coneixement

---

Entre la Facultat de Ciències de l'Educació i la Facultat de Lletres. Podeu consultar el mapa de la ubicació de les paradetes en els punts d'informació.

**13 h a 21 h** Menjar, beguda i activitats dels col·lectius i grups classe de la UAB.

## Espai d'activitats de la Facultat de Traducció i Interpretació

13.30 h a 17 h **Escape room: Escapa't de l'Estrès.** La porta està tancada. Tens 20 minuts per obrir-la. T'estressa imaginar-t'ho? Doncs en aquesta activitat no només sentiràs l'estrès sinó que aprendràs què és, quina funció té i tècniques per a gestionar-lo. L'estrès és un dels principals factors desencadenants de malalties mentals, coneixent-lo i aprenent estratègies per afrontar-lo, el podrem gestionar millor i evitar les conseqüències negatives que pot tenir a llarg termini. Només coneixent-lo podràs escapar-ne... Cal fer inscripció prèvia: [uab.cat/comunitat](http://uab.cat/comunitat)

13 h a 21 h **#FM conscient!** Gaudeix de la Festa Major d'una manera conscient!

**Estand del Programa de Salut de la Fundació Autònoma Solidària i del projecte Som.nit**, de Creu Roja Joventut. En aquest espai podràs obtenir informació sobre sexualitat i afectivitat saludables i sobre el consum responsable de substàncies.

També estarà disponible el **servei de proves d'alcoholèmia i anàlisi de substàncies**, així com la distribució de material preventiu.

**Participa a l'activitat Busca la Clau!** la teva salut mental serà molt millor si comptes amb la gent del teu voltant. Troba la clau i treu-te els estigmes!

14 h a 15 h **I tu, ja tens un #Tandem?** Vine a conèixer les activitats del Tàndem a la UAB alhora que coneixes els col·lectius, els consells d'estudiants i els grups classe que participen a les paradetes de la FMUAB 2017, a càrrec de la unitat de Dinamització Comunitària.

### Escenari Autònoma Actua 1

Davant del bar de la Facultat de Filosofia i Lletres, programat per Cultura en Viu.

13.30 h Sergi Botswana

15 h Despit

16.30 h Sara Terraza

18 h Raggaqueque

19.30 h Xiroi

### Escenari Autònoma Actua 2

Entre la Facultat de Ciències de l'Educació i la Facultat de Traducció i d'Interpretació, programat per Cultura en Viu.

14.30 h F.U.Z.I.L.

16 h Zítriko

17.30 h Skaptus

19 h Panellet

---

## SAF, Servei d'Activitat Física

---

En el marc del **50è Aniversari de la UAB** i durant la **setmana de la Festa Major**, del 6 al 9 de novembre celebrarem la **I edició dels UABGames**. Amb el lema *Mens Sana in Corpore Sano*, i centrats en els valors del respecte i dels hàbits Saludables, proposem unes jornades esportives transversals, inclusives i solidàries.

9.30 h a 15 h **Torneig de la Ferradura**, a càrrec de l'equip de rugby Centaures de la UAB

14 h a 15 h Entrenament obert del col·lectiu de Quidditch de la UAB.