



FMUAB17

9 novembre 2017

13h-21h

**LA SALUT
MENTAL**

**Visible
i sense
estigmes**

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 | <i>Masterclass</i> 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 <i>covers</i> , 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 |

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.

Plaça de l'Acadèmica (entre els FGC i l'edifici del Rectorat)

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

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 podem 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

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