

[Ambiental](#)

Més de 50 activitats saludables i sostenibles a la UAB



16/04/2018

Fundació Autònoma Solidària



Font: UAB



Font: UAB



Font: Cerdanyola Informa

Més de 50 activitats saludables i sostenibles a la UAB

16/04/2018

Fundació Autònoma Solidària



Resum:

Del 16 al 20 d'abril, la UAB organitza xerrades, tallers i activitats de tota mena per adquirir hàbits més saludables i sostenibles.

La setmana del **16 al 20 d'abril**, el Campus de la Universitat Autònoma de Barcelona vol ser més saludable i sostenible. Una **cinquantena** d'activitats es duran a terme al campus de la universitat per tal d'aconseguir aquest objectiu en el marc de la [Setmana Saludable i Sostenible](#). El tret de la sortida de la jornada el dona Carles Gispert,

el Vicerector d'economia de la Universitat Autònoma de Barcelona, i després, s'explicarà el pla triennal 'Pla Campus Saludable i Sostenible 2018-2022'.

Al llarg dels cinc dies, s'oferiran diverses activitats, entre les quals en destaquem algunes:

Dilluns 16

- 12.30 h: Conferència inaugural a càrrec de Jenny Moix Queraltó, 'L'únic que falta a la teva vida ets tu. Com relacionarte amb la teva ment' a la Sala d'Actes del Rectorat.
- 14.00 h: Neteja d'espais naturals del Campus organitzada per l'Assemblea Ecologista de la UAB. El punt de trobada inicial és la Plaça Cívica.
- 16.00 h: Conferència a càrrec de Jean Claude Arànega, 'Cuina mediterrània' a la Sala d'Actes del Rectorat.

Dimarts 17

- 12.30 h: Taller pràctic a càrrec de Montserrat Solana i Jessica Jaramillo, 'Anàlisi i interpretació de les etiquetes dels aliments' a la Facultat de Medicina a l'Aula M4-001.
- 13.30 h: Taller sobre Eficiència Energètica a càrrec de Gabriel Cardeñosa a la Facultat Ciències de l'Educació, Mòdul 2, Aula 27.
- 14.00 h: Taller de Tai-txi amb Cristòbal Gea al costat de l'aparcament de la Plaça Cívica.

Dimecres 18

- 10.30 h: Activitat 'Escape Room: pots escapar de l'estrès?'. Organitzada per CORE Salut Mental i Institut de Neurociències, es durà a terme en grups de 4-6 persones durant 30 minuts al SAF.
- 11.30 h: Taller de reparació de bicicletes a la zona aparcament BiciUAB FGC.
- 13.00 h: Activitat 'Sessió de Zumba' impartida per Jéssica Manzano a la Plaça Cívica.

Dijous 19

- 10.30 h: Activitat 'Per un estil de vida sa' on personal de la Unitat de Salut Laboral faran proves visuals, tonometria, test d'ishihara i donaran consells dietètics per a una alimentació equilibrada i saludable a la unitat mòbil d'Egarsat SP.
- 13.30 h: Activitat 'Cursa popular saludable 5,6 km' amb sortida des de la Plaça Cívica.
- 14.00 h: Actuacions musicals de grups de la UAB

Divendres 20

- 12.00 h: Activitat d'Torneig de de pàdel' al SAF.
- 12.30 h: Conferència 'Envellir bé' a càrrec de Lydia Giménez a la Sala d'Actes de l'Edifici Àgora de la Plaça Cívica.
- 13.00 h: Activitat 'Iniciació esportiva de bàdminton' gràcies al Club de Bàdminton UAB al SAF.

Etiquetes: [desenvolupament sostenible](#), [setmana saludable i sostenible](#), [Vallès Occidental](#), [uab](#)

