

Farmis- REPTILEN



Nr 1 VT - 2023



AMÖBASPECIALEN

Vårterminen 2023

- Din guide genom amöbaveckorna



Bilder från insparken HT22



Redaktionen

Ansvarig utgivare
Ulrika Andersson

Redaktörer emeritus
Lars Vo

Omslag
Amöberiet

Cellkärna
Frida Öster

Mitokondrier
Ludvig Cederwall
Saga Wistman Gunnerisson
Julie Kopylov
Hanna Linder Kankkonen
Therese Hansson
Anneli Alstréus
Ludvig Wettervik
Johannes Schwartz

Gästskribenter
Amöberiet

Fotografer
Amöberiet

Välkommen!



Du är en liten själ utan identitet.
Med denna information kan du bli något klokare inför dina kommande år.
Information som gör dig till en fullfjädrad student.
Va redo på att suga in all information.
Ha en trevlig läsning!
Med vänliga hälsningar

AMÖBERIET VT23

Innehåll

Praktisk info.....	4	Cykelinfo.....	25
Hej amöba!.....	5	Kårmöte.....	27-28
Pharmen 2022.....	6-10	Pharmens utbud.....	29
Välkommen till Uppsala.....	11	Studierådet.....	30
Schema - Amöbaveckorna.....	12-13	Hur fungerar en tenta.....	31
Kårstyrelsen.....	14-16	Amöberiet tipsar.....	32-33
Kårhuset Pharmen.....	17	Stöd och hjälp, vart och hur?..	34
Krönika.....	18	Utskottssidor.....	35-37
En nation.....	19	Ordlista.....	38-39
Nationsschema 22-23.....	21	Tack/FaSK	
Bostadspanik	22	Farmaceutiska Studentkårens kalendarium	
Pluggplatser.....	23		

Annonspriser 2022

1/1	4 000 kr
1/2	2 900 kr
1/4	1 900 kr
Banner 2,5 cm hög	1 500 kr

Tillägg för:

Dekorfärg	500 kr
Fyrfärgstryck	700 kr
Amöbaspecialen	1 000 kr
Omslagssida	1 000 kr
Format: a4 (297 x 210 mm)	

Vill du...

...annonsera?	reptilen@farmis.uu.se
...prenumerera?	reptilen@farmis.uu.se
...publicera?	reptilen@farmis.uu.se

Det egna materialet i denna tidskrift får ej, helt eller delvis, publiceras utan redaktionens medgivande. Vi förbehåller oss rätten att ändra i insända manus.

Praktisk info

LETAR DU LITE PRAKTISK INFORMATION SOM KOMMER FÖRENKLA DITT LIV SOM NY STUDENT PÅ APOTEKAR- ELLER RECEPTARIE-PROGRAMMET? SE HIT!

Här kommer som sagt lite praktisk information till er som ni kan ha nytta av de första veckorna som farmacistudent.

* Kom ihåg att du alltid är välkommen att maila/skriva till oss i Amöberiet (ansvariga för insparsveckorna - amoberiet@farmis.se) gällande diverse frågor om insparken eller universitet. Vi har blåa tröjor med reflexvestar på oss och det går bra att kontakta oss när som helst.

* Du kommer tilldelas en personlig phadder som studerar en högre termin på antingen Apotekar- eller Receptarieprogrammet. Denna person kan du fråga om vad som helst inför olika insparsaktiviteter och även om utbildningen.

* På Facebook har vi i Amöberiet skapat olika grupper tillägnat er nya studenter som ni med fördel kan gå med för att inte missa värdefull information:

- "Receptarieprogrammet UU VT23". Denna grupp är en klassgrupp för alla er som börjar receptarieprogrammet så ni enkelt kan hålla kontakt med varandra, dela information med mera.

- "Apotekarprogrammet UU VT23". Denna grupp är en klassgrupp för alla er som börjar apotekarprogrammet så ni enkelt kan hålla kontakt med varandra, dela information med mera.

- "Amöbaveckorna VT23". Detta är en grupp tillägnad insparsveckorna som då också kommer kallas "Amöbaveckorna"! Där kommer all information om aktiviteter och annat roligt publiceras. Beroende på vilket lag du hamnar i kommer du också bli inbjuden till en laggrupp endast för ditt lag. Stay tuned!

* Amöberiet har också en snapchat där information om amöbaveckorna kommer läggas ut. Så se till att adda oss på snapchat där vi heter amoberiet.

* Farmaceutiska Studentkåren som du tillhör har ett eget instagramkonto som heter farmis. Detta tycker vi verkligen att du bör följa under din studietid på farmaciprogrammen!

* Första kursen på apotekarprogrammet heter "Grundläggande farmaceutisk vetenskap" och är på 2,5 hp. Den första kursen på receptarieprogrammet heter "Läkemedel i samhället" och är på 5,5 hp.

Sådär, det var lite praktisk information som är bra att ha såhär i början av ett nytt kapitel av era liv. All lycka till och så ses vi lite längre fram i tidningen!

Amöberiet genom Therese!



Hej Amöba!

Hej Amöba!

Välkomna till Uppsala, BMC, Pharmen och Amöbaveckorna!

Under tre veckor kommer ni som nya studenter på Uppsala universitet kallas amöbor – encelliga organismer utan medvetande - under Farmaceutiska Studentkårens Amöbaveckor. Ni kommer utsättas för tävling, vett och etikett för att efter dessa tre veckor bli berättigade den rätta titeln som riktig farmacistudent.

Amöbaveckorna är till för dig som är ny farmacistudent, apotekarstudent samt receptariestudent, för att lära dig allt om studentlivet, Pharmen och hur du lyckas ta en phuling på absolut snabbast sätt. Är du från en liten by utanför Uppsala eller en stor stad på andra sidan av vårt runda klot – Amöbaveckorna är för precis alla! Ni kommer få hänga med de bästa phaddrarna man kan hitta efter att ha vänt på varenda sten i Sverige – och det härligaste Amöberi i norra Europa bestående av en cellkärna och åtta underbara mitokondrier. Vi kommer lära er allt vi kan och mycket, mycket mer!

Dessa tre veckor är helt frivilliga och vi har nolltolerans mot alkoholhets och alla annan hets för att göra inspar-ken till en trevlig och rolig tid för precis alla, helt oberoende av bakgrund eller ideologi.

Vi ser jättemycket fram emot att träffa er alla och är galet taggade på att just du dyker upp på BMC och Pharmen 16 januari!

Alla de bästa hälsningar,

Eder Cellkärna, Frida



“Vi kommer lära er allt vi kan
och mycket, mycket mer”

Phesten

Cellkärna

Frida Öster



Eder cellkärna, Frida Öster (Säg det på småländska så blir jag glad)

Följt av era fina mitokondrier kommer jag styra och ställa på Amöberiets villkor under insparken. Vem var snabbast på tävlingen? – Vem har gett oss en kram idag?

Jag är en rätt så trevlig dam från Smålands huvudstad Jönköping, lär dig det så vet du det mesta om mig. Var uppfanns tändstickan? – Jönköping. Var föddes Dag Hammarskjöld? – Jönköping. Var produceras filterpappern till labb? – Jönköping såklart!

Så nu när ni vet vem jag är så kan jag meddela att Uppsala inte alls var en självklar stad att flytta till när jag för ett år sedan fick mitt antagningsbesked till apotekarprogrammet. Drömmen om att jobba inom medicin var dock tidig och eftersom Jönköping har allt förutom just utbildning inom medicin så tog jag mitt pick och pack och flyttade 4 timmar ifrån Amy Deasimont hemstad.

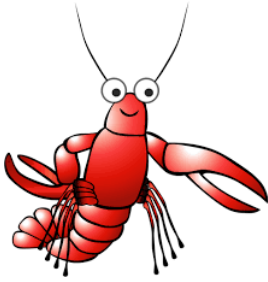
Med facit i hand så finns det så mycket mer än bara Jönköping, Uppsala har gett mig omtentor men framför allt en ny underbar familj på Uppsalas enda kår – Farmaceutiska Studentkåren.

Att flytta hemifrån innebär att man ska lära sig betala räkningar och först och främst också hitta ett boende. Misströsta ej! Även er cellkärna kommer vara hemlös delar av insparken väntande på lägenhet, vi gör detta tillsammans! Sen uppkommer även stress för de eviga tentorna som bara aldrig tar slut. Då vill jag meddela er det viktigaste ni kommer behöva lära er – det finns massvis av omtentor men bara en phest av varje slag. Så nu kan ni det också, ni lär er fort. Sist men inte minst – hitta en nation att gå med. Studentlivet blir enbart bättre med ett nationskort i er hand.

Välkomna till min nya folkbokföringsstad och välkomna att skapa massor av minnen med mig och alla andra ovärderliga människor som kommer göra er inspark oförglömlig!

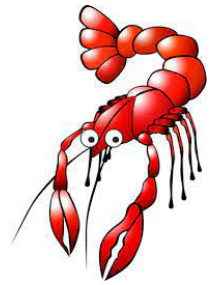
Vi ses snart!

Lag Kräftskiva



Ordet kräftskiva gör att man direkt känner sig hemma. Lukten av hav på västkusten (för det skall vara havskräftor hörni) gör att det bara spritter i kroppen av matlust. Tillbehör som aioli och dryck är obligatoriskt.

Du som hamnar i lag Kräftskiva kommer bli väl inkluderad. Här är det teamspirit som gäller. Ingen kräfta lämnar den andra i sticket. Alla kämpar till sista kräfta. Som på kräftskiva har vårt lag alltid roligt och vi pushar varandra till nya nivåer. Välkommen till oss Amöba!



Ludvig Wettervik A2



Jag heter Ludvig W och är mitokondrie för lag kräftskiva! Vi har tre jätteroliga veckor framför oss och jag hoppas att du vill vara med på rubbet! Jag tänkte också passa på att ge dig några grymt bra tips för att överleva studentlivet här på Uppsala Universitet. Jag är född och uppvuxen i denna fantastiska studentstad, så tipsen kommer ifrån en härdad Uppsala-bo. Tips nummer ett, skaffa en cykel. I Uppsala cyklar man överallt oavsett väder med fördel. Allt i staden är inom cykelavstånd. Tips nummer två, skaffa nationskort och engagera dig! Nationerna är det bästa med Uppsala och universitetslivet. Här träffar vi vänner och andra studenter och käkar hamburgare, spelar spel och hänger! Tredje tipset är såklart att hänga med på dessa superroligt

Superroliga insparksveckor och gå med i vår egen kår! Här lär du känna dina kursare och ser till att dessa tre respektive fem år blir fyllda av roliga minnen tillsammans med dina nyfunna vänner! Hoppas vi ses på insparken!

Det ni kan förvänta er av mig är en hård men rättvis kille. Jag kommer från Sveriges framsida och har alltid varit en go gubbe. För att få pluspoäng av mig så dra ett göteborgskämt, då blir jag på bra humör. I vårt lag ligger smarthet framför styrka men även jag har lite krut i kroppen om det så skulle behövas, men det används ej i onödan!

Studentlivet och Uppsala har mycket att erbjuda (även om det är på fel sida av sverige) men kom ihåg att det blir vad man gör det till. Se till att ha kul men framförallt kämpa och hjälp era lagkompisar framåt. Enligt mig är de det laget som har bäst samarbete dessa veckor som kommer stå segrande till slut. Vi kommer inte att vika oss en milimeter. Kämpa väl och kom i tid. Hörs!

Må bästa lag vinna!

Ludvig Cederwall A3



Saga Wistman Gunnerisson A2



Hej! Jag heter Saga och är mitokondrie för det bästa laget, lag kräftsiva! Jag är från en liten stad i Jämtland (enda staden i Jämtland!!!!) men är född i Uppsala! Jag började plugga direkt efter gymnasiet och kommer nu börja termin 2. Jag gillar att rita, måla men även att misshandla mitt hår ungefär en gång i månaden. Mitt boende tips är att söka så mycket du kan, det är bättre att du får möjlighet till att bo på två olika ställen än inget alls. Det tips jag har för studierna är att plugga med kompisar! Man kommer ut ur hemmet och får träffa kompisar samtidigt, en toppen kombination!



Lag Alla hjärtans dag



Love is alla around som man brukar säga. I detta gänget så lämnas ingen lottlös. Kärleken flödar verkligen precis som den 14e februari. I vårt lag älskar vi alla lika mycket och krigar för varandra. Vi är också ödmjuka inför vår uppgift men i slutändan är det vi som kommer gå segrande ur detta då kärleken alltid vinner i slutändan. "Kärleken är evig när vi är tillsammans" som Lena PH en gång sjöng bär vi med oss varje dag för det är så vi bygger upp vår lagkänsla.

Hoppas vi ses i lag Alla hjärtans dag! Välkommen Amöba!

Johannes Schwarz A2

Hej! Mitt namn är Johannes och i vår pluggar jag min andra termin på apotekarprogrammet. Under hösten har det blivit mycket tentaplugg inför tentor och tentafrände efter tentorna (och planering inför amöbavveckorna!) men när tid finns över gillar jag att marka på gymmet eller laga någon god mat. Sommaren är min prime time för då kan jag ägna min tid åt båtliv och segling som jag älskar allra mest.

Som du kanske kommer märka finns det många platser som är bättre att sitta och plugga på än BMC. Mina tre personliga favoriter är Blåsenhus, EBC och Carro (Carolina Rediviva, väldigt fint!) Om du inte har hittat boende än är mitt tips att gå med i en nation (Östgöta, Norrlands och V-dala har flest bostäder) och söka via nationsgårdarna.se, så hittade jag mitt första boende.

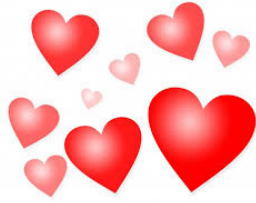
PS. Är born and raised i Uppsala så om du behöver hjälp att hitta något i stan är det bara att fråga <3



Anneli Alstréus A4



Hej! Jag heter Anneli och är mitokondrie för lag Alla hjärtans dag. Jag går termin 4 på apotekarprogrammet nu till våren. Jag tycker om att segla, läsa och lägga pussel, men det jag allra helst spenderar min tid på är spel. Just nu ser jag särskilt fram emot att spela det nya God of War, men jag gillar även olika sorters bräd- och kortspel! Jag hittade min nuvarande bostad genom Hemnet. Där spenderade jag ett par månader innan jag hittade något som verkade rimligt. Ett tips är att börja leta efter bostad på en gång då jag personligen anser att de tidiga morgnarna är jobbiga nog utan att behöva pendla. När det gäller pluggandet tycker jag att det är lättast att lära sig om man testar sig själv med frågor. Använd er därför av de gamla tentafrågorna ni kan få tag på så att ni både testas på materialet samt att ni får öva på att formulera den information ni har. Det är lättare att svara på en tentafråga när ni redan har svarat på en liknande övningsfråga.



Hanna Linder Kankkonen A3

Hej fina nya farmacistudenter! Mitt namn är Hanna och jag börjar precis termin 3 på apotekarprogrammet! Jag flyttade till Uppsala från lilla Norrtälje för cirka ett år sen, jag är alltså en rospigg! Jag gillar att måla, klippa mitt egna hår samt laga linssoppa.

Mitt tips på boende är Flogsta! Flogsta är ett fint litet område bara 15min från BMC där föreläsningarna hålls. Det finns massvis med studentlägenheter och auran i flogsta är otrolig. Även korridor i Rackarberget är mysigt! När det kommer till att plugga så brukar jag töntigt nog planera upp mina dagar i Google sheets, där jag markerar ut dagarna jag ska plugga och dagarna jag ska vila! Jag hoppas ni kommer trivas lika bra på phar-men och farmaciprogrammen som jag gör!



Lag Nyår



Är det någon som har glömt bort sina fem senaste nyår?? Nej precis, nyår är något som sitter djupt inne i stjälen. Alla firar inte kräfts-kiva eller alla hjärtans dag men nyår, det firar alla. Här är ett lag fyllt av håll i gång. Morgondagen är mer festprydd än gårdagen och så ska det förbli. På nyår känner man sig alltid ny på något sätt, som att vända blad på något sätt. Här i lag Nyår får ni chansen tillsammans med oss att börja 2023 på topp med att vinna. Om just du kommer hit amöba så lovar vi fest och party. Välkommen Amöba!

Therese Hansson A3

Jag heter Therese och ska börja termin 3 på apotekarprogrammet i januari. Jag är född och uppvuxen i Sundsvall och har nu bott mitt första år i Uppsala. Mina bästa tips är att gå med i en nation och såklart bli medlem på kåren. Det är på kåren jag har träffat de flesta av mina nya vänner och fått göra de roligaste sakerna. Medlem kan man bli via uppsalastudent.com. Med ett medlemskap i en nation kan man även få tillgång till bostadsköer vilket kan vara ett sätt att få tag i en lägenhet. Ett annat boendetips är att va inte rädsla för korridorer, det kanske inte är så man vill bo hela sin studietid men det är absolut kul att ha testat på det under en period.

Hoppas vi syns på amöbaveckorna, det kommer bli kul!



Julie Kopylov A2

Hej

Jag heter Julie och är en glad 21 åring från Lund. När jag inte har fullt upp med Amöbaveckorna gillar jag att hänga med kompisar, stå och dansa på diverse nationer eller gymna. Mitt bästa pluggtips är att gå på föreläsningar, seminarium och workshops som utbildningen erbjuder, det är sjukt lärorikt!! När det gäller att leta boende så hade jag sagt att man får nöja sig med det man får i början, även om det är en grisig korridor. Efter någon termin när allt har lugnat sig så hittar ni säkert ett boende som ni förälskar er !!!!



Välkommen till Uppsala!

Hej från FaS Kårstyrelse

Hej och välkommen till Uppsala och grattis till att ha blivit antagen till en av Sveriges främsta farmaciutbildningar!

Vi vill dessutom välkomna dig till Farmaceutiska studentkåren, även kallad FaS, eller Farmis, studentkåren för oss som studerar vid Uppsala universitets Farmaceutiska fakultet. Alla studentkårer är organisationer vid ett universitet eller högskola vars speciella och främsta syfte är att bedriva studiebevakning. Detta innebär att vi jobbar för kontinuerlig förbättring av farmaciutbildningarna, vilket vi har gjort sedan vi grundades 1896, detta gör oss till en av Sveriges äldsta studentkårer. Denna kontinuerliga förbättring åstadkommer vi genom att ha så kallade studentrepresentanter i olika råd, nämnder, kommittéer, styrelser, arbetsgrupper med flera där vi värnar om just studiekvaliteten och andra studentintressen. Ditt medlemskap tillåter just detta, att göra utbildningen till det bästa den kan vara!

FaS arbete leds av kårstyrelsen, vald av FaS medlemmar och av dess ämbetspersoner. Passa på att kandidera på höstens valmöte till att bli en ämbetsperson och forma kåren till precis det du vill! Om du vill åstadkomma en förändring relaterad till studiekvalitet eller arbetsmiljö är du varmt välkommen till FaS studieråd. Detta kan ses som en bro mellan studenterna och de inom Universitetet ansvariga för utbildningskvaliteten.

En annan del av FaS verksamhet är arbetslivsanknytningen vilket främst sköts av FaS arbetsmarknadsutskott och Pharmadakommittén. Arbetsmarknadsutskottet anordnar exempelvis föreläsningar, workshops och liknande av och med företag, medan Pharmadakommittén anordnar Pharmada, Sveriges största arbetsmarknadsutskott för farmaceuter.

Det tredje benet av FaS verksamhet den sociala verksamheten, här ingår en studentdriven pub och Caphé, möjlighet till internationella kontakter, idrott med andra farmacistudenter, arbete med lika villkor, en ovve-kultur, skrivande av kårens tidning reptilen (som du läser en specialutgåva av just nu!), ett klubbverk som bland annat anordnar sittningar och mycket, mycket mer.

Gemensamt för dessa är att en växer som person, lär sig något nytt och hittar vänner för livet. För mer specifik information kontakta valberedningen på val@farmis.se för att få veta mer!

Till kårhuset Pharmen på Dag Hammarskjölds Väg 16 är du alltid varmt välkommen. Där finns bland annat datorer, studieplatser, mötes och grupprum, skrivare, kurslitteratur, möjlighet att värma matlådan med en match pingis eller biljard som avslutning. Vi administrerar också "Farmis kursbokstorg" på Facebook, det bästa stället att köpa och sälja kurslitteratur. Ännu en gång vill vi önska dig grattis till antagningen och ett stort lycka till de nästkommande åren, och förhoppningsvis ses vi på Pharmen!

Vänliga hälsningar,

Farmaceutiska studentkårens styrelse



Schema - Amöbaveckorna

På farmaceutiska studentkåren kallas insparkeveckorna för Amöbaveckorna. Amöbor kallas ni nya farmacistudenter som vanligtvis får ta del av tre veckor av skoj. Dessa tre veckor är helt och hållet anpassade för er så att ni både ska ha tid med studierna, introduceras till studentlivet, campus och Uppsala! Håll er uppdaterade via vår facebookgrupp: Amöbaveckorna VT23! Redan första veckan av insparken kommer ni få vara med om en fultsittning vid namn Material. För alla typer av sittningar har kåren en egen sångbok, Pharmacanto, som är ett måste för varje farmacistudent! Vanligtvis brukar Pharmacanton kunna köpas i samband med ens första sittning. Var också uppmärksamma på klädkod som anges vid varje speciella tillfälle!

VECKA 1

Måndag 16/1

På måndagen efter dagens föreläsningar sker inskrivningen för alla som är intresserade av att vara med under amöbaveckorna! Då kommer ni delas in i lag och tilldelas en phadder. Här hålls även den första lagtävlingen och en chans att prova på våra pharmisgröna ovvar!

Tisdag 17/1

Tisdagens aktiviteter påbörjas med förfest lagvis hos era phaddrar. Då kan ni passa på att tagga till innan ni tar er till Pharmen där det kommer hållas en femkamp! Utmana era motståndarlag och kårens egna styrelse.

Klädkod: Utklädnad

Onsdag 18/1

Pubkväll på Pharmens egna pub Placebo. Här kan ni för en billig peng avnjuta goda hamburgare och valfri dryck. Släpp tävlingsandan för en kväll och socialisera er med de andra farmaceuterna från er termin.

Klädkod: Ingen

Fredag 20/1

Dags för er första sittning MATERIAL! Sittningen kommer att ha midsommartema och hållas på Pharmen, vid 18 dk. Här har ni även chansen att köpa våra egna sångbok, Pharmacanton, vilken kommer att följa med er för resten av studentlivet. Glöm inte att ta med den på alla framtida sittningar, den kommer bli välanvänd. Dyk upp i era bästa lag utklädnader! (Observera att ingen egen alkohol får tas med till Pharmen).

Klädkod: Utklädnad

Söndag 22/1

Nu när ni vilat upp er från fredagens Material är det dags att leta upp era bästa tefat, stjärtlappar och annat åkmaterial för att ge er ut i pulkabacken. Oavsett om snön ligger djup eller om marken är lerig och täckt med gräs, bege er till Sunnerstabacken med er barnsligaste anda!

Klädkod: Kläder efter väder!

VECKA 2

Måndag 23/1

Er andra vecka börjar med en tacokväll sponsrad av GRUFF. Denna aktivitet är öppen för alla som går termin 1 på apotekar- och receptarieprogrammen. Ta med era vänner, såväl amöbor som icke-amöbor, njut av tacos och trevligt umgänge!

Klädkod: Ingen

Tisdag 24/1

Nu är det dags för nästa tävling, Amazing BMC. Detta är en chans för er att lära er hitta bättre genom BMCs labyrintiska korridorer och träffa kårens olika utskott! Lös kluriga gåtor, hitta stationer och bli det lag som först korsar mållinjen!

Klädkod: Utklädnad

Onsdag 25/1

Undrar du över vart Uppsalas olika nationer ligger? Har du funderat över vad som lockar studenterna att söka sig hit? Då är vår pubruna på Uppsalas olika nationer perfekt för dig! Ni kommer lagvis besöka några av nationernas pubar och kvällen avslutas sedan med klubb på Norrlands. Passa även på att göra några utmaningar tillsammans med era lagkamrater ;)

Observera att nationskort KRÄVS för att få komma in på nationerna och behöver därför införskaffas i god tid.

Klädkod: Utklädnad

Söndag 29/1

På söndagen hålls en pluggstuga på Pharmen där ni kan komma och fråga om hjälp från era äldre kursare inför era examinationer.

Klädkod: Ingen

VECKA 3

Måndag 30/1

Efter era examinationer blir det phest hos era phaddrar. Ta det lugnt efter en stressig dag och ha en kul kväll med era lag.

Klädkod: Utklädnad

Onsdag 1/2

Dags för phest på privat lokal i Sävja! Tänk på att det ligger lite utanför stan så åk hemifrån i tid. Adress kommer läggas ut senare. Det kommer bli bästa phesten!

Klädkod: Utklädnad

Torsdag 2/2

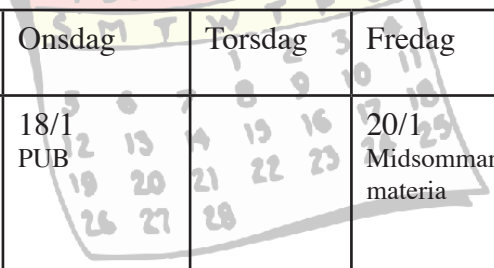
Spelkväll på Pharmen där ni bland annat kommer få spela flera rundor av en Uppsala centrerad På spåret! Pharmen har även ett stort utbud av brädspelel som ni kan ta till vara på. Se till att komma förbi och visa alla vad ni går för!

Klädkod: Ingen

Lördag 4/2

Det som vi alla har väntat på, Amöbaphesten! Era tre första veckor ska såklart avslutas på ett storslaget sätt. Denna kväll firar vi er övergång från amöbor till fulländade farmacistuderer med er första finsittning. Ni kommer få ta del av en trerättersmiddag, sång och kanske även er första phuling! Det här en kväll som ni inte vill missa!

Klädkod: Kavaj



Måndag	Tisdag	Onsdag	Torsdag	Fredag	Lördag	Söndag
16/1 Phadderutdelning + flaggmålning + Ovveprovning	17/1 Phörfest hos fad- drar + Phemkamp på Pharmen	18/1 PUB		20/1 Midsommar- materia		22/1 Pulka i sunner- stbacken
23/1 GRUFF Tacokväll	24/1 Amazing BMC	25/1 Nationsrunda		27/1 Halloweensit- tning		29/1 Pluggstuga på Pharmen
30/1 Tentaafirande/ Spegelvisning Phirande hos Phaddrar		1/2 Lokalphest i Sävja	2/2 Spelkväll på Pharmen		4/2 AMÖBAPHEST	

*OBS! Preliminärt schema, eventuella ändringar eller mer info --> se Facebook!

Kårstyrelsen

Farmaceutiska Studentkårens styrelse består av 8 personer, som alla är studenter. De flesta i styrelsen pluggar på heltid och har sitt uppdrag på kåren utöver studierna. Ordförande och handläggare däremot har tagit studieuppehåll för att arbeta på kåren heltid. Styrelsens uppgift är att utöva ledningen av kårens verksamhet. Utöver det har ledamöterna olika inriktningar på sitt ämbete som alla är viktiga för kårens arbete.



Ordförande | Oskar Lövström | ordf@farmis.se

Jag är 23år gammal och läste klart termin 9 nu vintern HT22 innan jag tog mig an rollen som kårens ordförande. Jag är uppvuxen utanför en litet samhälle i norra Uppland, så om ni ser en löpare eller rullskidåkare kring Månkarbo så kanske det är mig ni ser! Utöver detta gillar jag sällskapsspel, experimentell matlagning och bakning, upptäcka alltifrån nya caféer till skogsvägar och "självklart" historia. Fråga mig gärna vad "riktig och icke-riktig historia" är om ni vågar. Med dessa ord vill jag välkomna er till Uppsala men framförallt till Pharmen och hoppas att vi ses!

Kårstyrelsens ordförande har det övergripande ansvaret för att organisera FaS verksamhet, leda flertalet kårinternas möten såsom styrelsemöten och ämbetsråd. Ordföranden representerar även kårens talan externt och upprätthåller samarbeten, exempelvis gentemot Uppsala universitet, Uppsala universitets fem andra kårer och 13 nationer samt andra relevanta organisationer. Det huvudsakliga målet är bidra till medlemmarnas bästa och en kontinuerlig förbättring av utbildningarna för alla studenter vid Uppsala universitet med extra fokus på farmaceutiska fakultetens utbildningar.



Vice ordförande med ansvar för ekonomi | Kim Dahlberg | vicek@farmis.se

Hej! Jag är en 21 årig kille från Västerås som ska nu till våren börja fjärde terminen på Apotekarprogrammet. Utanför plagget så älskar jag all typ av sport och när ni inte hittar mig på Pharmen så sitter jag förmodligen hemma och ser på mitt kära Modo Hockey eller på en av våra fina nationer här i Uppsala med mina vänner. Njut av Amöbaveckorna så hoppas jag vi ses snart!

Vice ordförande med ansvar för ekonomi (VicEk) har ansvar för kårens ekonomi. Detta är inget direkt handhavande av pengar, man är snarare ytterst ansvarig för att medlemmarnas pengar förvaltas på ett lämpligt sätt. VicEk är ordförandes ställföreträdare. VicEk kan du även kontakta vid frågor kring medlemskap och STUK-kort.



Vice ordf. med ansvar för utbildningsfrågor | Abubakar Shakeel | vicut@farmis.se

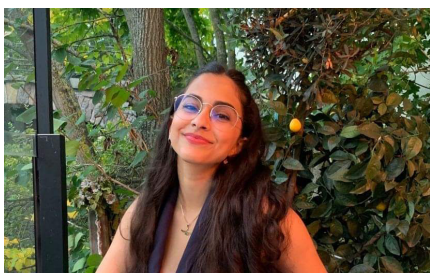
Hej! Jag heter Abubakar och är en 22-årig dalmas från Falun, jag ska börja åttonde terminen på apotekarprogrammet. När jag inte är på Pharmen kommer ni förmodligen hitta mig på någon av våra fantastiska nationer här i Uppsala. Jag älskar nationalslivet och att träffa nya människor. Jag anser mig vara en phuling-expert så mig kan man alltid utmana på sittningarna. Välkommen till Uppsala, vi ses i dimman!

Vice ordförande med ansvar för utbildningsfrågor (VicUt) har som huvuduppgiften att verka för en god studiemiljö och utbildning. VicUt bevakar studenternas intressen genom att vara studentrepresentant i olika kommittéer och grupper på universitetet. VicUt är också ordförande i kårens studieråd där studier och studiesociala frågor behandlas. Har du synpunkter på din utbildning så kontaktar du VicUt.

Handläggare | Yeganeh Parandehlab | handlaggare@farmis.se

Året 2021 tog jag min röda resväska och flyttade till Uppsala för att börja plugga. Nu har jag läst klart 5 terminer och börjat jobba på phantastiska Pharmen som handläggare. När jag inte är på pharmen är jag antingen på gymmet eller så lagar jag persisk mat i bara ett halvt dygn. Sök gärna upp några lättlagade recept och tipsa de till mig när vi ses. Hoppas ni har kul under amöbaveckorna. Vi ses!

Som fakultetsansvarig arbetar man heltid med att granska och sammanställa samtliga kursvärderingar som inkommer från Farmaceutiska fakulteten. Arbetet innebär att bevaka våra utbildningars kvalitet och utveckling men även att vara en kontaktperson för kursrepresentanterna. Handläggaren bevakar även studenternas intressen genom att vara studentrepresentant i olika sammanhang på universitetet och vara engagerad i studierådet.



Kårstyrelsen



Studiesocial ledamot | Olivia Steen | soc@farmis.se

Jag är 21 år gammal, kommer från en by utanför Boden och ska påbörja termin två på receptarieprogrammet under VT23. Några intressen är fotboll, bakning, åka snowboard/slalom och umgås med vänner. Universitetslivet har mycket att erbjuda och jag vill peppa till att prova på och utforska det som finns i Uppsala!

Som studiesocial ledamot är man även vice ordförande i studierådet. Man försöker därmed se till att fakulteten ser till den egna individen, vad denna har för andra krav på sig förutom studierna t.ex. barn, CSN, arbete, familj. Även bostadsfrågan ligger på denna posts bord. Har du frågor kring arbetsmiljö på universitetet kontaktar du kårens studiesociala ledamot.

Klubbmästare | Arvand Keyvani | klm@farmis.se

Hallå! Jag heter Arvand Keyvani och sitter som klubbmästare i styrelsen. Till våren så börjar jag termin 6 och är alltså på praktik till en början, så får tyvärr inte träffa er sötnötar förrän senare i vår :(

Jag har sen termin 3 engagerat mig i kåren och tagit mig an ämbeten, jag har suttit som mitokondrie, cellkärna, sånganförare och nu klubbmästare. Detta har gjort att jag lärt känna många inom kåren, både nya som gamla, samtidigt som det har varit OTROLIGT kul. Så detta var lite om mig, oavsett om ni vill det eller ej, så kommer vi ses på Pharmen!

Klubbmästaren ansvarar för klubbverket och dess verksamhet, vilket inkluderar fester samt städningen av kårhuset. Varje termin arrangeras två stora gasquer och däremellan arrangeras tentafester, tentapubar, valborgbrunch med mera. Kårhuset är även tillgängligt för uthyrning och används frekvent bland doktorander för deras disputationsmiddagar. Vill du jobba på en sittning eller höra mer om hur KVP funkar? Tveka inte och hör av dig till mig direkt!



Arbetsmarknadsansvarig | Nina Yang | arb@farmis.se

Jag heter Nina och är uppvuxen i Uppsala. Till våren kommer jag läsa termin 4 på Apotekarprogrammet. På fritiden gillar jag att läsa böcker, laga mat, baka och försöka att leva ett hälsosamt liv. Hoppas vi ses på Pharmen!

Som arbetsmarknadsansvarig är man ordförande i arbetsmarknadsutskottet, med ansvar för kårens arbetslivsanknytande verksamhet. Arbetsmarknadsansvarig ansvarar för kårens samarbetsavtal och även kontakt med arbetsmarknaden genom att ordna olika aktiviteter såsom föreläsningar, studiebesök och arbetsmarknadsmässor.

Kårstyrelsen



Aysha Siddika | PR-ansvarig | PR@farmis.se

Jag kommer sitta som PR-ansvarig VT23 och ser väldigt mycket fram emot det. Jag är 20 år och ska påbörja min fjärde termin på Apotekarprogrammet. På fritiden gillar jag att gymma och baka, vilket är en suverän kombo om du frågar mig :)

Som PR-ansvarig ansvarar man framför allt för kårens sociala medier. Man är även en del utav informationssutskottet och ansvarar för att informera alla medlemmar om vad som pågår i Pharmen.



Sekreterare | Linnea Engström | sekr@farmis.se

Jag är en 22-årig tjej från Värmland och det är jag som är kårens sekreterare under vårterminen! Jag kommer nu börja min fjärde termin på apotekarprogrammet. När jag inte försöker förklara för folk vart min hemstad Lysvik ligger på kartan, gillar jag att promenera ute i naturen, lägga pussel och kolla på film eller gärna bio (om ni någonsin har lust att diskutera Marvel filmer istället för att plugga kan ni alltid leta upp mig ;)). Jag älskar även de flesta sorters spel, allt från tv-spel till kort och brädspel. Lycka till med studierna och välkomna till Pharmen!

Sekreteraren sammankallar till möten, skriver protokoll under kår- och styrelsemöten samt håller kårens ämbetslistor, stadgar och reglemente uppdaterade. Sekreteraren är även ordförandens högra hand i styrelsearbetet. Kontakta sekreteraren om du har frågor kring din ämbetsbeskrivning eller kårens verksamhetsplan och verksamhetsberättelse.

Kårhuset Pharmen

Pharmen, Dag Hammarsköjd väg 16, Uppsala Science Park

Varmt välkommen till vårt vackra kårhus som ligger i Uppsala Science Park, ett stenkast från BMC – ditt nya campus. Hit är du alltid välkommen för att plugga, värma din mat eller varför inte bara hänga?



Vad finns på Pharmen?

Alla rum får självklart användas till att plugga eller för allmänt häng, så länge de inte är bokade.

- En stor sal för middagar och fester
- En pub
- Ett Kafé,
- Ett biljardrum
- Ett datorrum med skrivare (gratis för medlemmar)
- Ett studierum
- Ett sammanträdesrum
- En bastu
- Mikrovågsugnar för uppvärmning av matlådan

Öppetider

Pharmen

Vardagar 9.00-17.00

Expeditionen

Måndagar 9.30 – 17.00

Onsdagar 9.30 – 14.00

Caphé Coffein

Måndagar och torsdagar 16.00 – 18.00

Pub "Placebo"

Onsdagar 17.00 – stängning

BLI MEDLEM I DEN FARMACEVTISKA STUDENTKÅREN

Som farmacistudent vid Uppsala universitet har du möjlighet att bli medlem i Farmaceutiska Studentkåren, även kallad Farmis. Farmis grundades år 1896, sedan dess har vi bevakat studenternas intressen och skapat stor gemenskap bland alla farmacistudenter.

Farmaceutiska Studentkåren dagliga verksamhet drivs av dina blivande studiekamrater i vårt kårhus Pharmen. Nedan kommer ett smakprov på vad vi erbjuder för endast 100 kr/termin.

Vi erbjuder bland annat: Hjälp och rådgivning av studentombudet om du stöter på problem som rör din utbildning, rösträtt vid kårens högst beslutande organ, påverka din utbildning genom att bli studentrepresentant och delta på studieråd, komma närmare arbetslivet genom vår Mentor-sakademi, Pharmada och Jobbportal, reducerade priser i puben och på våra traditionella fester och tillgång till vårt hus med bland annat grupprum och datorsal.

Medlem blir du genom att swisha 100 kr till 123 226 228 5 (Farmaceutiska Studentkåren). Fyll i namn och personnummer i meddelandefältet. Har du inte swish kan du betala med kort hos styrelsen. Hör av dig till oss i amöberiet om du behöver hjälp!

Krönika

Kära Amöba!

Efter flera månader har du äntligen fått svar, du är antagen!
Oavsett om du har 3 eller 5 år framför dig med plugg så hoppas vi innerligt att du kommer att trivas här i Uppsala, men såklart även här på Farmaceutiska!

I höstas började jag studera här i Uppsala och jag var så otroligt nervös inför allt, även fast jag bott i Uppsala stor del av mitt liv. Att hitta i staden gjorde mig nervös men det var inte det som gjorde mig mest nervös, det var att hitta vänner, att hinna med att plugga, hitta till och på BMC, att inte känna mig dum. Jag kan tänka mig att det antagligen är någorlunda likadant för dig. Jag kan då säga att det bara är att andas ut! Första dagen på programmet träffade jag tre dumbommar som jag nu hängt med sen dess, plagget hinner du med se till att ha roligt också, du kan alltid plugga dagen efter du träffat kompisar!

Att hitta runt i Uppsala är inga problem, om du inte varit här förut så kommer du lära dig snabbt! Köp en cykel, väldigt viktigt att det är en billig, och ta en tur runt staden (akta dig bara för rondeller med taxibilar, det kan göra ont). Helt ärligt kommer cykeln att vara din bästa vän här i Uppsala, så se till att skaffa en. Oavsett hur lätt det är att hitta i Uppsala kommer BMC alltid vara en helt annan sak, även fast det sägs att "BMC är som ett tredimensionellt koordinatsystem. Kom ihåg det så hittar du överallt.". Med erfarenhet i saken kan jag intyga att du definitivt inte kommer hitta överallt på BMC. Du kommer hamna i delar av källaren du inte trodde existerade bara för att ta dig från A5 till C5, vilket bara borde vara en korridor. Det är däremot ingen fara, vi alla har varit i dina skor, lika stressade över att B3:015C inte finns. Det löser sig, du kommer lära dig hitta till de platser du ofta är i. Sen är det ingen skam i att fortfarande gå vilse på BMC ibland även fast du läst här ett tag (hoppas jag i alla fall). Sen det sista, känna sig dum. Det har kommit dagar då jag känt mig helt borta och inte förstått mig på det som alla andra tyckt varit lätt, sen har det kommit dagar då jag är den enda som förstår en sak. Antagligen det viktigaste jag lärt mig hittills är att det är okej att inte förstå allt föreläsarna går igenom direkt, ta den tid du behöver. Det är ingen tävling om vem som förstår snabbast.

Nog med blabber, ut på stan med dig och besök en nation, eller flera, jag tänker inte stoppa dig. Om det är något du bör komma ihåg från allt det här är det att allt löser sig. Oavsett hur stort eller litet problem så löser det sig tillslut.

Saga Wistman Gunneriusson, A2



“BMC är som ett tredimensionellt koordinatssystem”

En nation

I Uppsala finns det 13 olika nationer och nationerna är studentlivets sociala nav med bostäder, stipendier, klubbar, kultur, pubar, föreningsliv, idrott och mycket mycket mer, det är av studenter för studenter. (För oss som är medlemmar i Farmaceutiska Studentkåren får vi det dubbelt så roligt, då vi både kan hänga på nationer men även njuta av alla roligheter som kåren har att erbjuda).

På samma sätt som Pharmen och Farmaceutiska Studentkåren för många farmaceuter blir som ett andra hem så blir nationerna ett andra hem för många studenter och är ett hjälpmedel för att förgylla studenternas fritid.

Vi rekommenderar därmed starkt att du går med i en nation så snart som möjligt för att få ut det maximala av din tid i Uppsala.

Men vad mer gör en nation? Vilken ska jag välja? Och hur införskaffar man nationskort? Om du fortsätter läsa kommer du få svar på dina frågor!

En nation

Har lokaler där studenter bland annat kan äta, fika, umgås och plugga.

... arrangerar fester och sittningar under året, vissa finare och mer traditionella än andra. Det krävs endast att du har ett nationskort, en ID-handling och ibland pengar för att komma in.

... har bibliotek där man kan låna böcker.

... kan ge dig ett stipendium om man ansöker om ett och har tur.

... har bostäder som man kan ansöka om.

... har massor av aktiviteter man kan engagera sig i, bl.a. körsång, orkestrar, spex och teater.

... leds av förste, andra och ofta tredje kurator (1Q, 2Q, 3Q). Dessa är studenter som har tagit uppehåll från studierna ett år för att arbeta heltid på nationen.

... har ämbetspersoner som har ansvar för olika saker som sker på nationen, t.ex. fester, verksamhet och kultur. Dessa sköter sina sysslor vid sidan om studierna.

... har så kallade "Landskap" som är nationens högsta beslutande organ. Varje medlem av nationen har en röst. På landskapen väljs ämbetspersoner och man beslutar om olika frågor.

... anor går ca 350 år bak i tiden.

... har massor med mer information på sina respektive hemsidor och på nationsguiden.se för den som vill veta mer.

Hur du skaffar nationskort

1) Välj vilken/vilka nationer du vill vara med i. 2) Gå till nationen och skriv in dig (se inskrivningstider på respektive nations hemsida) ELLER bli medlem på uppsalastudent.se 3) Hämta ut ditt provisoriska nationskort från nationen medan du väntar på att ditt studentkort uppdateras i STUK-appen. Nationskortet kostar ca 200-250 kr per termin.

Vi i Amöberiet rekommenderar DIG starkt att skaffa nationskort så snart som möjligt. Utan nationskort kommer man inte in på nationerna vilket blir problematiskt under Amöbaveckorna.

Amöberiet tipsar

BMC kan ibland kännas som en labyrint. En del lär sig hitta under första kursen, en del någon gång under första terminen och en del irrar fortfarande runt efter två år. Vi på amöberiet kan inte nog rekommendera MAZEMAP! Finns både i app- och webläsarformat. Allt du behöver göra är att välja universitet och sen det salsnummer du söker, och sen VOILA! Nu har du en karta över BMC som visar var din sal ligger. Du kan dessutom få vägbeskrivning genom att trycka på "Directions".

Amöberiet tipsar

Gå in på nationsguiden.se eller ladda ner appen "Nationsguiden" för att vara fullt uppdaterad på vad som händer på nationerna, vilka som har öppet mellan vilka tider och vad de erbjuder (frukost, lunch, fika, restaurang, klubb, pub etc.),



Monika Magnusson tog examen som apotekare vid Uppsala Universitet 1997.

3 studietips från Monika

1. Sammanfatta föreläsningarna

Ta för vana att sammanfatta varje föreläsning direkt efteråt. Då befäster du kunskapen och det underlättar inför tentaplugget.

2. Gör det socialt

Hitta några som har samma ambitionsnivå som du själv, då blir du mer motiverad till att hänga kvar och plugga. Allt blir roligare när man gör det ihop!

3. Förstå förväntningarna

Olika kurser kräver olika detaljnivå. Ta reda på vilken nivå som gäller för kursen eller tentan. Då slipper du obehagliga överraskningar på tentan, been there, done that!

Apotek Hjärtats vd Monika:

”Som farmaceut har jag alltid känt att min kunskap gör skillnad”

I september 2022 tillträdde Monika Magnusson som vd på Sveriges ledande apotekskedja Apotek Hjärtat. Hon är den första apotekaren på en vd-post i ett större svenskt apoteksföretag någonsin. Här berättar hon om sitt yrkesval och sina drivkrafter.

Jag var nio år när min lillasyster fick sitt första epilepsianfall. Tack vare behandling kunde hon ta sig genom åren med epilepsi nästan som vilken unge som helst – och jag fick lära mig hur viktigt det är med rätt läkemedel, bra råd och omtänksam förståelse. Kanske var det därför som jag många år senare valde att bli farmaceut, jag vet inte. Det jag vet är att jag aldrig har ångrat mitt yrkesval och jag har alltid känt att min kunskap har gjort skillnad.

Jag vill därför gratulera dig till att du också valt att bli farmaceut! Vi befinner oss i en spännande tid. Att vi just nu testat farmaceutiska tjänster på apoteken är en milstolpe för branschen. Sneglar man utomlands så finns det många fler områden där vi farmaceuter kan få större

ansvar för vården. De val och det du bidrar med kommer bli avgörande för hur man betraktar farmaceuter i framtiden. Vill du göra större skillnad så gå ut och visa det!

På Hjärtat kan din karriär som farmaceut ta många spännande vägar. Du kan leda andra eller specialisera dig inom exempelvis kundmöten, kvalitet eller farmaci. Möjligheterna är många! Jag har alltid varit intresserad av att utveckla vår verksamhet och se andra människor växa. Det har lett mig till det absolut roligaste jag kan tänka mig – att leda Apotek Hjärtat in i framtiden. Jag gör det med 4 000 kollegor. Tillsammans har vi ett fantastiskt uppdrag: att hjälpa våra kunder till bättre hälsa och större välbefinnande. Varje dag gör våra medarbета-

re insatser som påverkar människors liv. De gör det i kundmöten på apotek, när de hjälper kunder digitalt i vår kundservice eller expedierar läkemedel för kunder som handlar online.

Även om det är många år sen, så har jag varit i dina skor, som farmacistudent på Uppsala universitet. Ta till vara på tiden och så hoppas jag att våra vägar korsas i framtiden. Antingen när du gör din praktik eller när du är redo för apoteksjobb!

TIPS

Följ Apotek Hjärtat Career på Instagram för mer inspiration!



Nationsschema

Måndag	Frukost Stocken 7:30-10 Värmlands 8-10 Norrlands 8-10	Lunch Stocken 11:30-13:15 Norrlands 11:30-13:30 VG 12-14	Pub/Restaurang Norrlands 17-01 Värmlands 17:30-00 ÖG 18-00 Uplands 18-01 GH 18-01 V-dala 18-01 Kalmar 18-00 Snerikes 18-01	
Tisdag	Frukost Stocken 7:30-10 Värmlands 8-10 Norrlands 8-10	Lunch Stocken 11:30-13:15 Norrlands 11:30-13:30 VG 12-14	Pub/Restaurang Norrlands 17-01 Värmlands 17:30-00 ÖG 18-00 Uplands 18-01 GH 18-01 V-dala 18-01 Kalmar 18-00 Smålands 18-00 Göteborgs 18-00 Stocken 18-23 Gotland 18-00 Snerikes 18-01	Klubb Snerikes 21-01
Onsdag	Frukost Stocken 7:30-10 Värmlands 8-10 Norrlands 8-10	Lunch Stocken 11:30-13:15 Norrlands 11:30-13:30 VG 12-14	Pub/Restaurang Norrlands 17-01 Värmlands 17:30-00 ÖG 18-00 Uplands 18-01 GH 18-01 V-dala 18-01 Kalmar 18-00 Småland 18-00 Göteborgs 18-00 Stocken 18-23 Gotland 18-00 Snerikes 18-01	Klubb Norrlands 21-01 Pharmen Puben "Den snorfulle hunden" 17-sent
Torsdag	Frukost Stocken 7:30-10 Värmlands 8-10 Norrlands 8-10	Lunch Stocken 11:30-13:15 Norrlands 11:30-13:30 VG 12-14	Pub/Restaurang Norrlands 17-01 Värmlands 17:30-00 ÖG 18-00 Uplands 18-01 GH 18-01 V-dala 18-01 Kalmar 18-00 Smålands 18-00 Göteborgs 18-00 Stocken 18-23 VG 18-00 Gotland 18-00 Snerikes 18-01	Klubb Stocken 18-01
Fredag	Frukost Stocken 7:30-10 Värmlands 8-10 Norrlands 8-10	Lunch Stocken 11:30-13:15 Norrlands 11:30-13:30 VG 12-14	Pub/Restaurang Norrlands 17-01 Värmlands 17:30-00 ÖG 18-00 Uplands 18-01 GH 18-01 V-dala 18-01 Kalmar 18-00 Smålands 18-00 Göteborgs 18-00 Stocken 18-23 VG 18-00 Gotland 18-00	Klubb Värmlands 20-01
Lördag	Pub/Restaurang Norrlands 15-01 Värmlands 17:30-00 Uplands 18-01 GH 18-01	Lunch V-dala 18-01 Kalmar 18-01 Snerikes 18-01	Söndag	Brunch VG 10-15 Stocken 11-15 V-dala 11-14 Göteborgs Pub/Restaurang Norrlands 15-01 GH 18-01 V-dala 18-01

Bostadspanik

Att börja studera innebär ofta att flytta till en ny stad. För en del är det den första flytten hemifrån och därigenom landar man i stressen att försöka hitta en bostad. För många kanske det redan löst sig, men om du har Bostadspanik så lugn, det löser sig.

Här kommer några råd för dig som fortfarande inte hittat bostad i Uppsala:

1. Ställ dig i kö i Uppsala Bostadsförmedling.

De största bestånden finns i Uppsalahem - det kommunala bostadsbolaget, Rikshem, Heimstaden och Studentstaden. Söka boende hos dessa gör man genom att registrera sig i Uppsala Bostadsförmedling som är en gemensam kö för flera olika hyresvärdar i Uppsala. Ambitionen är att samla alla Uppsalas bostadsköer i en kö.

2. Kolla ännu fler olika bostadsbolag och stiftelser

Det finns ett flertal olika bostadsbolag och stiftelser som erbjuder studentboende i Uppsala. Även den privata uthyrningsmarknaden är stor därtill exempel andra studenter eller privatpersoner hyr ut rum.

- Studentboet - studentbostäder i Uppsala
- Studentlya - studentbostäder över hela landet
- UppsalaBostad - Hyra, köpa, sälja eller hyra ut en bostad i Uppsala.
- Uppsala Akademiförvaltning - Studentbostadsområdet Lilla Sunnersta och Ulleråker.
- Heimstaden - Studentboende i Flogsta.
- Stiftelsen Ansgarsgården
- Stiftelsen Nykterhetsvännernas studenthem
- Stiftelsen Waldenströmska studenthemmet
- Graflunds - Förvaltar lägenheter i Valsätra (nära Ultuna).
- Upplandsknekten - Studentboende på Polacksbacken
- Graflunds - Förvaltar lägenheter i Valsätra (nära Ultuna).

3. Nationernas köer

De flesta nationer har centralt belägna studentbostäder i form av korridorrum, dubletter och lägenheter. För att ansöka om bostad krävs det att du är nationsmedlem.

4. Kolla annonser och lägg ut egna.

Kolla annonser och var öppen för förslag även fast det inte verkar som drömbostaden. Väl på plats i Uppsala är det mycket lättare att leta andra alternativ och senare under terminen brukar det lugna ned sig och större möjlighet att den sortens bostad man egentligen är ute efter finns tillgänglig. Ett tips är även att annonsera själv, man kan göra det i lokaltidningen Upsala Nya Tidning eller lägga ut på annonssidor som exempelvis Blocket.

5. Akutboende

Har du fortfarande inte boende vid terminens start kan Studentboet bland annat anordna akutboende. Detta betyder att de kan ordna vandrarhemsboende till ett subventionerat pris för dem som inte har hittat tak över huvudet ännu.

Pluggplatser

Ingen plats för tankarna i ditt lilla rum? Jobbig lägenhetskompis? Fullt på BMC? Lugn, det finns massvis av mysiga ställen att köra näsan i böckerna på.

Pharmen: Till vårt underbara kårhus är alla varmt välkomna! Det finns flera olika mysiga rum att plugga i och under pluggpauserna kan man spela biljard, pingis eller njuta av solen i trädgården. Fastnar du i plagget finns det troligen äldre kursare som kan hjälpa dig. Utöver detta har Pharmen även ett eget bibliotek där de flera kursböcker finns samlade och kan användas på plats. Ett bra alternativ om man inte vill köpa dyr litteratur. Tveka inte att komma hit!

Campus: Med sitt passerkort/Campuskort kan man även komma in på universitetet på helger och kvällar. Notera att du är välkommen samt kommer in på alla campus i Uppsala som exempelvis Ekonomikum och Blåsenhus. Det finns många öppna studieplatser där man kan sitta ifrån tidig morgon till sen kväll. Kanske du till och med får möjlighet att lära känna studenter ifrån andra program?

Universitetsbibliotek: Utöver campusområdena kan man som student även sitta på universitetets olika bibliotek om man vill ha tystnad och snabbt ha tillgång till litteratur. Alla bibliotek och öppettider kan man hitta på <https://libcal.uu.se/hours/>

Stadsbiblioteket: För att få omväxling och kanske för en gångs skull komma bort ifrån mängden av studenter, kan man även sätta sig på Uppsala Stadsbibliotek som ligger på Svartbäcksgatan 17 i centrala Uppsala.

Nationer: Uppsalas nationer ger också ett utbud på bra studieplatser och det är många nationer som både erbjuder frukost, lunch och middag för en billig peng. Bra för plånboken och viktigt med energi när man pluggar.

Café: Utöver studenthaken finns det såklart även Café för icke-studerande människor runt om i Uppsala. Många av dessa caféer serverar gott fika och har en hög mysighetsfaktor som gynnar studiemotivationen. Man får däremot vara beredd att spendera lite mer pengar än vad man kanske är van med.

Hemma hos en kursare: Det är alltid roligt att plugga tillsammans!

Utomhus: Under vår- och sommarmånaderna flockas studenter vid Fyrisån för att njuta av solen mellan seminarium och föreläsningar. Det går lika bra att kombinera plagget med solandet. Det är även mysigt att sitta utomhus på Pharmens baksida, sitta i Stadsparken eller i Ekonomikumparken och njuta av solen. Valen är många.

—

Inskrivning på nation VT23



Varför ska jag gå med i nation?

Uppsala har 13 studentnationer, var och en med egna verksamheter i de egna nationsbyggnaderna. Förutom möjlighet till bostadspoäng, stipendier, kultur- och idrottsverksamheter, erfarenheter och gemenskap ger medlemskap i en av de 13 nationerna dig tillträde till samtliga nationers pubar, klubbar och andra evenemang som kräver nationsmedlemskap.

Vem får gå med?

Alla studenter vid Uppsala universitet eller SLU kan gå med i nation. Du kan vara med i både kår och nation samtidigt (rekommenderas!), och du kan gå med i hur många nationer du vill.

Hur går jag med?

Du kan gå med i nation på två sätt:

1. Genom att besöka den/de nationer du vill gå med i. De officiella inskrivningarna vid terminsstarter skiljer sig från nation till nation. För exakta datum besök nationernas egna hemsidor.
2. Online via www.upsalastudent.com. Följ de anvisningar för att skapa konto och bli medlem som finns på hemsidan. Vid frågor eller problem, kontakta portal@kuratorskonventet.se. Observera att det vid terminsstart kan dröja viss tid efter andra antagningsbesked innan du som ny student kan gå med i nation eller kår online via www.upsalastudent.com. Som SLU-student måste du gå med direkt via nationen.

Mer information om och kontaktsuppgifter till nationerna, samt om hur du går med online hittar du på www.upsalastudent.com. Välkommen!

Cykelinfo

Hur tar man sig bäst runt på stan som student? Svaret är enkelt. I Uppsala cyklar man, punkt slut. Det är det miljövänligaste, snabbaste och mest ekonomiska färdmedlet man som student kan använda. Stadsbussarna är inte att rekommendera då det ger våldsamma smärtor för plånboken och bussarna envisas mest med att ta långa tidsödslande omvägar som riskerar att du kommer försent. Med cykeln behövs inga tidtabeller, du är fri att göra som DU vill när det passar DIG. Vem vill inte ha det så?



Cyklar överallt i Uppsala!

Ett viktigt tips är att välja rätt sorts cykel. Tar du med din nya superfräscha 24-växlande superhoj så är risken tyvärr stor att den kommer bli stulen. Rekommenderat är att ta med en relativt risig cykel och ett ordentligt LÅS. Kom även ihåg, en riktig Uppsalabo trampar fram i alla sorters väder och utrustar till hör och häpnad även ibland cykeln med vinterdäck för att kunna komma fram även i den värsta snöstormen.

Kom även ihåg, här i Uppsala är det inte ens tontigt att ha hjälm!

Men med att vara cykellägare i Uppsala kommer ÄVEN hel del andra saker att tänka på, bland annat en del skyldigheter man som cyklist har för att slippa dryga böter av polisen.

- Cykelns belysning inte är tänd -- 500 kr
- Cykeln saknar strålkastare, baklyse, ringklocka eller reflex – 500 kr
- Cykla på fel vägbana (t.ex. på gångbana/trottoar) – 500kr
- Inte väja för gående vid obehövt övergångsställe – 1500kr

Det är också bra att tänka på att:

- ALLTID ALLTID oavsett vad, LÅS din cykel!
- Prata och visa kärlek till din cykel. Den behöver känna sig behövd.
- Håll koll på var du ställer din cykel. Det är lätt att din cykel försvinner i Uppsalas cykeldjungel och de flesta studenter har nog någon gång behövt agera detektiv och spenderat dyrbar tid på att lösa det stora mysteriet om var den försvunna cykeln tagit vägen.
- Gör din cykel personlig. Ge ännu mer kärlek till cykeln och ge den lite styling. Detta är båda bra för att du lättare kommer kunna urskilja DIN cykel ur den homogena cykelmassan men även för det är coolt med en originell cykel.
- Du får cykla i rondeller, men AKTA BILARNA!
- Om du parkerar vid ån är det särskilt rekommenderat att låsa fast cykeln i cykelstället. Även om det är svårt att tro så FINNS det tyvärr elaka icke-farmaceuter där ute som kan få för sig att slänga din käre vän i plurret.
- Kullersten, lera och slask är din cykels fiender - kör försiktigt!
- Kan inte påpeka det för många gånger, LÅS CYKELN!



Följ lagar och regler, så är risken för böter mindre!

Välkommen till Uppsala och ditt nya cykelliv!

Kårmöte

Denna guide är till dig som aldrig varit på ett kårmöte innan eller som kanske behöver en liten uppfräschning i vad det innebär att vara på ett.

Vad är ett kårmöte?

FaS har fyra kårmöten per år:

Mars-, Maj-, September- och Novembermötet. Dessa är kårens högsta beslutande organ och bestämmer allt från budget och vad styrelsen ska göra till hur man egentligen ska dricka en Phuling.



Hur går mötet till?

Mötet börjar alltid med en punkt som heter formalia. Där väljs mötesordförande (det är alltså inte styrelsens ordförande som leder mötet), justeringspersoner (de som läser igenom protokollet efter mötet och ser till att det stämmer överens med det som sades på mötet) samt rösträknare i salen och rösträknare för allmänna val (ungefär som det låter).



Vad gör man på ett kårmöte?

Mycket av det som diskuteras på kårmötet är propositioner och motioner. En proposition är en punkt som styrelsen lägger fram till mötet. Det kan vara budget, verksamhetsplan eller stadge-, och reglementesändringar. En motion är en punkt som inkommit från någon medlem. Det kan vara i princip vad som helst. Några tidigare motioner har handlat om reglementesändringar, ämbetsbeskrivningar och antagandet av Phulingreglementet.



Hur bestäms saker? Ibland så röstar man om frågor på kårmöten. Vid omröstning säger man aldrig Nej. Istället frågar mötesordföranden hur många som tycker som förslaget och hur många som är "däremot". Om man inte håller med om vad som ska beslutas svarar man alltså Ja på den andra frågan.

Behöver jag förbereda mig?

Ja, till viss mån. Det är inget tvång, men det är alltid bra att man har läst igenom handlingarna innan man kommer till mötet. Se det lite som ett obligatoriskt seminarium. Man kan sitta längst bak i salen och spela på mobilen, men man får ut mer av mötet och tiden går mycket fortare om man kommer lite förberedd.

När man kommer till mötet kan det också vara bra att ha handlingarna med sig, eller ha med en dator/smart-telefon. Då kan man skumma lite i handlingarna under själva mötet. Handlingarna kan för övrigt hittas på www.farmis.se/arkiv/karmoteshandlingar.



Vad händer när jag kommer till ett kårmöte?

När du kommer till Pharmen börjar du med att skriva in dig i röstlängden (och på matlistan om du vill äta tacos efteråt) och passa på att rösta i allmänna val om du inte redan gjort det. Sen är du redo att gå in i stora salen och hitta dig en plats, man får sitta precis var man vill!

Vilka är alla?

När man kommit in i salen kan undra vilka andra som sitter där. Många är vanliga medlemmar, precis som du antagligen är, men det finns några andra man kan lägga märke till. Mötespresidiet sitter längst fram, det är de som ser till att mötet flyter på. Valberedningen brukar sitta längst bak, de har ansvar att ta fram kandidater till alla val. Styrelsen brukar man ganska lätt kunna lista ut vilka det är (de pratar mycket och har ofta farmis-pins på sig) detsamma gäller verksamhetsgranskaren.



Efter kår mötet träffas alla som vill i puben och äter tacos för en symbolisk summa. Är man på sitt första kår möte får man maten gratis :D

När tar det slut? Det må kännas som att ett kår möte håller på för alltid, men håll ut! Det är viktiga frågor som behandlas och din röst spelar roll.

Vad gör jag här? Nu börjar du kanske fundera på varför du är här! Även fast det kanske inte känns så är det viktigt att du är här. Kåren styrs av medlemmarna genom just kår möten. Din röst och din åsikt är viktig och kan mycket väl påverka vad kåren ska jobba med framöver. Och glöm inte att alla får prata, inte bara de lite läskiga som sitter längst fram, så räck upp handen om du har något du vill säga! Det finns inga dumma frågor, bara dumma svar!

Text: Moa Brandin och Oskar Holmér

Pharmens Utbud

Vill du veta vad man kan göra på Pharmen? Vill du bli aktiv? Se hit!

Om du vill bli aktiv på Pharmen men inte riktigt vet hur du ska gå tillväga för att bli det ger vi i amöberiet några tips på vad du kan göra.

Ämbeten

Förutom att vara medlem kan du bli en del av kåren genom att ta ett ämbete. De bästa ämbetena som hjälper en att komma in i kårlivet är som följande:

- Caphévård
- Mitokondrie (amöberiet)
- Reptilen-redaktör
- Kårfotograf
- (Lokal) IPSF-/PINSE-/EPSA-delegat

Som delegat är du med i Internationella utskottet och bl.a. representerar kåren då de ämbets-specifika kongresserna infaller. IPSF- och EPSA-delegaterna sköter kontakten mellan SNAPS (Swedish National Association of Pharmaceutical students) och IPSF/EPSA samtidigt som de söker ekonomiskt stöd för FaS (kåren) delegation som åker på kongresser. PINSE tillhandahåller kontakten mellan kåren och PINSE.

Det finns såklart många fler ämbeten, men dessa tror vi ger bästa foten in i dörren till att senare kanske ta de som kräver mer engagemang och förståelse för kåren. Det går att kolla vilka ämbeten som finns och ämbetsbeskrivningar på farmis.se under arkiv för den som är intresserad.

Städdag - hjälp till!

En gång per termin håller kåren i en städdag. Där städar vi hela kårhuset i gemensam anda för att i slutet av dagen bli inbjudna till städsexan samma kväll med möjlighet till att basta - hur najs är inte det?! Så kom och hjälp till och fira ett rent kårhus med oss!

Gå på phester

Pharmen håller varje termin ett antal sittningar och phester som man har möjlighet att delta på. Kom på dem! Det är hur kul som helst, du får träffa andra farmisar - en del du känner igen, andra som är nya för dig - och du får en massa nya meddelanden i din Pharmacanto. Så släpp plagget och phesta loss!

Pub

När vi har pubmästare att hålla i puben kan man gå dit på onsdagarna puben har öppet. Orkar du inte laga mat? Gå på puben, käka en burgare och sitt med härligt sällskap. Ibland samarbetar kulturutskottet med puben för att hålla i karaokepub eller även brädspelspub - de bästa varianterna av pub alltså! Men det är inte så att man bara kan gå på pub, du kan även få jobba pub under pubmästarna som instruerar dig! Du får gratis mat och en pub-biljett som täcker en burgare nästa gång du går och käkar där.

Extraknäck - Uthyrning

Om du vill ha lite extra pengar att spendera eller bara en massa gratis mat kan du jobba uthyrning med KvP (Klubbverket). Vill du jobba uthyrning eller vill veta mer om det är det bara att ta kontakt med klubbmästaren antingen via mail (klm@farmis.uu.se), snacka direkt med hen eller slänga iväg ett meddelande på ex. messenger. Det man får göra kan sammanfattas med att ställa i ordning allt, servera mat och vin, samt städa efteråt. Det kan vara väldigt nervöst, osäkert och ovant första gången, men du får lära dig på plats och alla är snälla. Inga förkunskaper krävs!

Studiesocialt: Caphé

Du kan sätta dig på Pharmen och plugga, men de dagar Caphé Coffein är öppet kan du även ta dig en fika - vare sig av den matigare eller sötare sorten - för en billig slant. Gå dit med dina kompisar vettja!

Pluggstuga

Ibland hålls det pluggstugor på Pharmen där folk från många olika terminer kommer. Gå dit, ställ frågor och få hjälp med plagget när det känns svårt! Det brukar stå i kår-målet från handläggaren när dessa är.

Studieråd och kårmöten

Ett bra sätt att få inblick i kåren och studiesociala sammanhang är genom att gå på kårmöten och studieråd.

- På kårmöten kan du ta del av kårens verksamhet och vara med och påverka kårens framtid samt delta i diskussioner kring övriga relaterade frågor. Dessutom är det en sexa med mat efteråt. KOM!

- På studieråd kan du påverka din utbildning och hålla dig uppdaterad på information som rör det. Även bostads- arbetsmiljö - och jämställdhetsfrågor tas upp utöver dina egna bland mycket annat. Sitt med, det är mycket mer intressant än vad man tror!

Studierådet

Studierådet drivs av studierådspresidiet som består av Vice ordförande med ansvar för utbildningsfrågor som är studierådets ordförande, Studiesocial ledamot som är studierådets vice ordförande och kårens Handläggare. Studierådet har också en sekreterare som protokoll för mötena. Mötena sker alltid efter skoltid, klocka 17:15-20:00 för att alla som vill ska kunna närvara. Det bjuds på fika för att vi alla ska orka med diskussion i några timmar.

På studieråd är alla farmacistudenter välkomna, oavsett medlemskap i FaS eller inte. Vi pratar om vår utbildning, vad som är aktuellt på fakulteten, om studenter har önskemål/klagomål, information till och från student- och klassrepresentanter och mycket mer! Detta gör vi för att vi studiebevakare ska kunna föra alla studenters talan när vi representerar farmacistudenter i olika frågor samt att vi vill vet vad ni tycker och tänker om allt som rör vår utbildning. Ju fler vi är som tycker och tänker, desto bättre!

Vill du vara med och påverka din utbildning? Det enklaste sättet är att komma på studieråd!

Tveka inte att höra av dig om du har frågor: soc@farmis.uu.se, studierådets ordförande (vicut@farmis.uu.se) eller handläggare (handlaggare@farmis.uu.se)

Håll utkik på studierådets Facebook "Farmis Studieråd" för vårens mötesdatum och mer information.

Glöm inte att allt man gör måste vara första gången någon gång, och alla har vi varit nya!

Hoppas vi ses i vår!

Hur fungerar en tenta?

Tenta, tentamen eller världens undergång. Vad man nu väljer att kalla det är detta universitets sättet att examinera studenternas förväntade kunskaper inom olika kurser. Under första terminen brukar tentorna vara placerade med en månads mellanrum, förutom den allra första tentan som brukar ligga kring 2-3 veckor efter terminsstart. Tiden mellan tentorna förgylls såklart med gott om föreläsningar, seminarium och laborationer som ger en god möjlighet att nå kursmålen och få godkänt på tentorna. Tentorna fungerar alltså som avslutningsmoment på kurserna som ni kommer att läsa under terminernas gång. Du måste själv anmäla dig på studentportalen till tentorna, annars får du inte genomföra dem. Registreringen sker på studentportalen genom LADOK. Glöm för allt i världen inte detta!

På tentorna finns det tre stycken olika resultat: Väl Godkänt, Godkänt och Underkänt. För att nå godkänt brukar det krävas kring 60% korrekta svar och för väl godkänt kring 80%. Under detta är alltså underkänt. Tentorna kan variera lite i vad som krävs för att nå olika mål, men det brukar framgå bra när det börjar närma sig.

Under normala omständigheter brukar tentorna skrivas på plats. Ofta i stora salar, antingen för hand eller på dator. Såklart inte på ens privata datorer, utan datorer i en datorsal som är anpassade för er att skriva tentor på. Under tentatillfällena överses ni av personer obundna till universitet. Vid ankomst till tentasalen, vilket man såklart gör i god tid, registreras man vid salsingången och tilldelas en plats. Detta görs med giltiga legitimation. Vid dessa tillfällen brukar mobilen och läggas i förvar. Oberoende på om det är en tenta man skriver för hand eller på datorn är man placerad så att det inte är möjligt att tjuvkika på grannen. Vid skriftlig tenta delas inte tentorna ut för ens det är dags, och om man skriver på en dator kommer ni förses med en inloggningsnyckel som börjar gälla när tiden är inne. Inga möjligheter för fuska här inte. Förövrigt uppmuntras såklart inte fusk överhuvudtaget. Alla framtida kurser du kommer läsa bygger på föregående, så det gäller att faktiskt kunna det man lämnar in annars blir det lätt jobbigt längre fram. Om man skulle bli påkomna med att fuska kan konsekvenserna bli mycket grova och man kan bli nekad universitetsstudier för en tid.

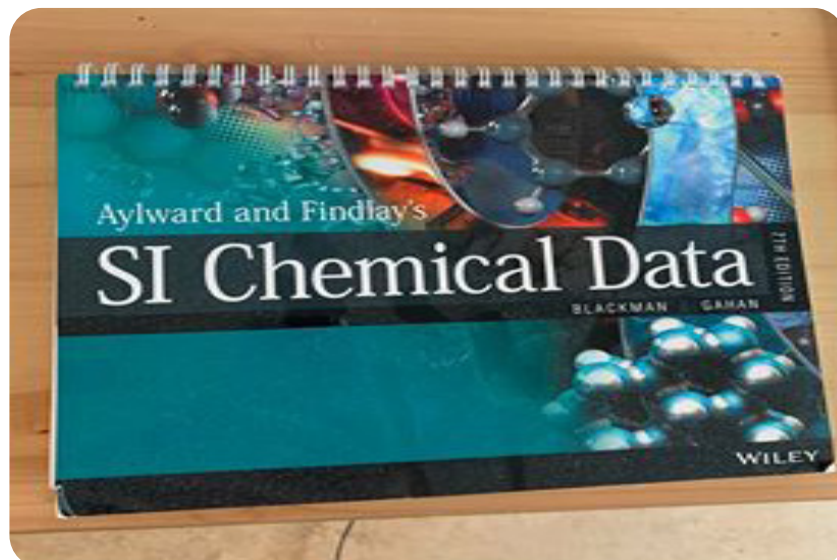
Tentorna varierar i tid. Allt från två till sex timmar förekommer, och det brukar förekomma en viss tid som man måste sitta igenom trots att man känner sig klar med tentan. Under pågående tentamen är det inte tillåtet att lämna salen och därför kan det vara ett tips att ta med dig något litet att äta och/eller dricka så att du orkar igenom hela tiden. Utöver nötallergi brukar det inte finnas några särskilda regler när det kommer till vad man får ta med och inte. Däremot är det ingen som uppskattar att man dukar upp en hel buffe bestående av prassliga och högljudda snacks. Om man absolut måste gå på toaletten brukar det inte vara några problem.

Alla tentor äger inte rum på plats, särskilt inte nu för tiden. Hementor skrivs hemifrån, och såklart gäller samma regler där som vid alla andra tentor. Vid denna typ av tentor är de som rättar ännu mer noggranna med att undersöka fusk och plagiat.

Vid tentornas slut lämnas de in och sen kan man inte göra fler ändringar efter det. Om man skriver i en sal måste man desstuom gå fram till en av övervakarna och pricka av sig så att även de vet att man är färdig. Sen brukar det dröja dryga månaderna innan man får resultatet. Då kan man även se vad man har fått rätt och fel på.

Det är inte av en slump som dessa tillfällen kallas domedagen i studentmun. Tentorna kan vara krävande både kunskaps- och uthållighetsmässigt. Men var inte nervösa. Tro på er själva (precis som alltid annars!) och kom förbereda. Att få en underkänd tenta kan kännas otroligt omtiverande och jobbigt, men det är inte hela världen. Det kommer fler tillfällen att visa vad du går för. Ge aldrig upp!

Axel Yngveson



Stöd och hjälp- var, hur?

Som student har man många skyldigheter men även många rättigheter man kanske inte är medveten om. Uppsala Universitet och även Farmaceutiska Studentkåren erbjuder en hel del olika sorters hjälpmedel och stöd för dig som student. Som student kan du exempelvis få hjälp om du känner dig orättvist behandlad av exempelvis en lärare, om du vill ha råd gällande studierna, få hjälp med uppsatsskrivandet eller bara känner behov av att få prata med någon. Här nedanför kommer en lista på vart man kan vända sig vid olika behov, ta i beräkning dock att det inte är någon komplett lista och att det finns många andra ställen att vända sig till med.

Hjälp vid studierelaterade frågor:

Vice ordförande med ansvar för utbildningsfrågor: e-mail: vicut@farmis.uu.se

Studiesocial ledamot: e-mail: soc@farmis.uu.se

Studievägledare: Studievägledarna hjälper dig med funderingar kring utbildningar, planering av dina studier, om du kommit i otakt med dina studier och i samband med ev studieuppehåll och studieavbrott. För studievägledning för Apotekare och Receptarier kan man boka tid här:

<https://www.timecenter.se/medfarmuu/> (-> välj "studievägledning farmaci" för att se när lediga tider finns och bokning)

Språkverkstaden: Språkverkstaden är gratis och tillgänglig för alla studenter på grund- och avancerad nivå, samt för doktorander. Språkverkstaden erbjuder individuell handledning i skriftlig och muntlig framställning i svenska och engelska.

Studenthälsan: Studenthälsan är studenternas egen hälsovård med psykologer, kuratorer och en läkare, alla specialiserade på studenters livssituation. De erbjuder dig stöd, rådgivning och individuella samtal. Studenthälsan håller även praktiska kurser i hur du lättare kan tala inför en grupp, hur du stärker din självkänsla, och hur du hanterar stress. Alla besök är kostnadsfria.

Adress: Övre Slottsgatan 7, 2 tr Telefon: 018-471 69 00

Övrig hjälp:

Universitetskyrkan: Universitetskyrkan är kyrkan vid Uppsala universitet. De vill skapa mötesplatser och sammanhang där man får möjlighet att dela erfarenheter av livet med varandra. De finns till för alla oavsett om man tror eller inte, etnicitet, könsidentitet eller sexuell läggning.

Universitetskyrkan erbjuder bland annat samtal om man behöver prata med någon och sorgegrupper.

Adress: Övre Slottsgatan 7, 1 tr Telefon: 018-430 37 06

Uppsala kvinnojour: Uppsala kvinnojour tar emot kvinnor som blivit utsatta för någon typ av våld från en man eller partner såsom psykiskt våld, fysiskt våld, sexuellt våld eller ekonomiskt våld.

Studentgyn: Studentgyn är en privat preventivmedels- och gynekologmottagning. Mottagningen är öppen för alla kvinnor i fertil ålder, inte bara studenter. De erbjuder alltid korta väntetider och tar emot både dag- och kvällstid. De kan ge rådgivning vid infertilitet, tidiga graviditeter och upprepade missfall. Ger preventivmedelsrådgivning, tar prov för diagnostik och behandling av könssjukdomar samt utföra cellprov. Män är välkomna för klamydiatest.

Adress: Rundelsgränd 3C Telefon: 018-12 82 10

Vid Krissituation: Ibland uppstår kriser som påverkar studiesituationen. På dagtid under terminerna kan du vända dig till Studenthälsans mottagning eller Universitetskyrkan för stöd. Se kontaktinformation ovan.

Uppsala universitetets larmnummer: 018-471 25 00

Om du inte vet vart du ska vända dig kan du alltid ringa sjukvårdsrådgivningen på nummer 1177 och få råd. De kan koppla dig vidare.

Vid akuta sociala och psykiska problem: Ring Socialjouren telefon 018-727 00 00.

Vid AKUTA situationer RING 112 för att nå akutmottagningar, ambulans, brandkår, polis, jourhavande präst, socialjour, giftinformation.

Lika villkors-utskottet: Till Farmaceutiska Studentkårens utskott för lika villkor kan du vända dig om du blivit diskriminerad eller trakasserad på kåren eller i samband med kårens aktiviteter.

Mail: likavillkor@farmis.se

Utskott och kommittéer



Amöberiet HT-22

Amöberiet:

Vad vore Farmaceutiska Studentkåren utan amöbaveckorna? Det är under dessa tre veckor som ni amöbor får chansen att lära känna varandra och introduceras till kåren, och det är vi i amöberiet som ser till att detta blir verklighet. Våra uppgifter är bland annat att planera aktiviteterna, laga maten och framförallt att få er att känna er så välkomna som vi bara kan! Amöberiet består av en ledare, Cellkärnan, och Mitokondrier till dennes tjänst. Självklart har vi även hjälp av alla phaddrar under själva amöbaveckorna. Vi hoppas att ni ser de här veckorna som en underbar chans att umgås och introduceras till allt vad livet som farmacistudent har att erbjuda. Nu ser vi till att göra denna termins amöbaveckor till något att minnas för livet och se tillbaka på med glädje!



Caphé Copheine HT-19

Caphé Copheine:

Pharmens mysiga caphé håller till i stora salen och är vanligtvis öppet två dagar i veckan då studenter samlas för att fika, plugga och umgås med varandra. Dessutom anordnas med jämna och ojämna mellanrum temacaphéer så som väffelcaphéer och morotskaks-bakeoff. Låter det som något för dig? Just nu söker vi caphévårdar som vill vara med och driva caphéet under vårterminen, vilket är ett jättebra första ämbete och ett utmärkt tillfälle att lära känna kåren och alla studenter som kommer älska era phantastiska bakverk! Om du är intresserad eller har några frågor är det bara att höra av dig till amöberiet, phaddrarna eller valberedningen!



Klubbverket VT-18

Klubbverket:

Hej där amöba! Det är vi som är KvP (klubbverkspresidiet) och det är vi som är ansvariga för Pharmens pub-, fest- och uthyrningsverksamhet. Hos oss är alla välkomna, oavsett om du vill ta dig en burgare i onsdagspuben, gå på våra fester eller jobba på våra uthyrningar. Så om du känner dig sugen på att hänga med studenter från andra terminer, förena glädje med nytta och jobba med oss i puben eller på fester är det bara att höra av sig! Vi finns på facebook i gruppen: Klubbverket på Pharmen, samt mail: klm@farmis.uu.se. Känn dig som hemma så ses vi i köket.



Redax 2020

Reptilen:

Din kårtidning! Farmis-Reptilen är Farmaceutiska Studentkårens tidning som grundades år 1957. Tidningen ges ut ett par gånger per termin och tar upp allt som kan tänkas intressera oss farmacistudenter. Utöver kärnyheter innehåller vår temabaserade tidning återkommande avsnitt som intervjuer med olika ämbetsmän, numrets person, smarriga recept, vetenskap, upplysningar om olika karriärmöjligheter, artiklar och bildkollage från de storslagna festerna och evenemang på kåren. Tidningen skrivs i Redax, redaktionens rum på Pharmen, dit alla farmacistudenter är välkomna in med sina idéer och funderingar. Det är dock inte bara en flitig redaktion som gör en tidning möjlig – den skapas nämligen tillsammans med enastående gästskribenter och fotografer och vem vet, kanske inom en snar framtid även av dig? Du kan även följa oss på Facebook och instagram!



Träning är bra för kroppen och väldigt roligt!

Idrottsutskottet:

Idrottsutskottet har inomhusaktiviteter på måndagarskvällar. Vilken aktivitet det är varierar och beror på efterfrågan. Senaste terminen har fotboll varit den populäraste aktiviteten. Det är medlemmarna som bestämmer vad för aktivitet det blir, så det finns utrymme att komma med egna förslag. Förutom detta försöker vi uppmärksamma och ge information om andra sportinriktade evenemang så som Blodomloppet.

Så om ni är intresserade av att varva föreläsningar och plugg med rörelse har ni hittat rätt! Hop-
pas vi syns! Vänliga hälsningar, ordförande i IdrU.



Kulturutskottet har bland annat ordnat karaoke!

Kulturutskottet:

Nu ska vi ha kul, vilken tur! Kultur omfattar inte bara bakteriekulturer på mikrobiologen, utan är även en viktig del av Uppsalas studentliv. Spex är ett säreget inslag i den studentikosa världen och roliga aktiviteter är nödvändiga för att liva upp i tuffa tentatider. Kom och sjung karaoke i Pharmens källare, följ med till museum, spela Twister i trädgården eller uppträd på en sittning – bara din fantasi sätter gränserna! Vad vill du att kulturutskottet anordnar just för dig? Kontakta ordförande Felix Hemström eller vice ordförande Sofia Johansson för mer info!



IU 2019

Internationella utskottet (IU)

Hej! Vi är internationella utskottet och är kårens kontakt med utbytesstudenter som kommer till farmaceutiska fakulteten samt farmaceutiska studentföreningar ute i världen. Det är även vårt jobb att kunna informera om hur man åker på utbyte under sin studietid som farmaceut, så är det något du är intresserad av är det bara att fråga oss.

Internationella utskottet består av representanter för de olika farmaceutiska studentföreningarna: svenska SNAPS, nordiska PINSE, europeiska EPSA och IPSF för hela världen. Dessa föreningar anordnar kongresser varje år som alla farmacistudenter är välkomna att delta på, mot en avgift, något som alltid är likvärdigt lärorikt som roligt!

Internationella utskottets arbete går ut på att anordna välkomstaktiviteter till utbytesstudenter, informera om evenemang som hålls av studentföreningarna samt informationsevent (som pubkvällar och föreläsningar) som handlar om utbyten, livet som farmaceut i andra delar av världen och mycket mer. Vi har även mysiga möten för utskottsmedlemmarna med fika lite då och då.

Arbetsmarknadsutskottet:

Kårens arbetsmarknadsutskott, ArbU, består av ordförande, vice ordförande samt två ledamöter. Vår uppgift är att sköta kontakten med de företag och organisationer som FaS samarbetar med, vi söker också efter nya företag att skapa samarbeten med. Har du tips på företag? Hör av dig!

ArbU har även till uppgift att söka sponsorer inför olika tillställningar som FaS anordnar. Som en del av utskottet får man en god inblick i den breda arbetsmarknad som väntar oss farmaceuter. För att även ni amöbor och övriga farmacistudenter ska få ta del av detta anordnar ArbU föreläsningar och andra event med olika företag. Passa på att gå på de lunchföreläsningar som ges under amöbaveckorna, och få inspiration inför er framtida karriär!

Studierådet:

Studiebevakning är kårens främsta och viktigaste uppgift. Vi bevakar samtliga program och kurser vid Farmaceutiska fakulteten, inklusive forskarstudier. Vi representerar alla studenter vid fakulteten och därför är just Din röst viktig för oss! För att insamla studenternas åsikter i studie- och studiesociala frågor har Farmaceutiska Studentkåren ett studieråd ungefär en gång i månaden, dit alla studenter är välkomna. Studierådet är ett diskussionsforum och en remissinstans för studenter att diskutera aktuella frågor och uttrycka åsikter om utbildningen, som kåren sedan driver mot fakulteten, universitetet eller andra relevanta beslutsfattare. Vill man engagera sig mer kan man bli representant för sin kurs eller studentrepresentant i beslutande eller beredande organ på universitetet. Studierådspresidiet, som leder studierådet är även ansvariga att hantera inkomna studentärenden. Önskar du få kallelse till studieråden, mer information eller har du frågor, maila vicut@farmis.uu.se.



Lika villkors-utskottet:

Hej amöba! Utskottet för lika villkor är ett nystartat utskott bestående av ordförande, vice ordförande samt kårens studiesociala ledamot. Vår uppgift är att bedriva det proaktiva arbetet för lika villkor på kåren. Det är även hit du vänder dig ifall du har blivit diskriminerad eller trakasserad på kåren eller i samband med kårens aktiviteter. För att kontakta utskottet, vare sig det rör sig om att du blivit utsatt för diskriminering eller om du har idéer på hur utskottet ska arbeta med lika villkorsfrågor så mailar du ordförande i lika villkorsutskottet på likavillkor@farmis.se



Pharmadakommittén HT19/VT20

Pharmadakommittén:

Pharmada är Farmaceutiska Studentkårens årliga arbetsmarknadsdag som även är Sveriges största arbetsmarknadsdag för farmaceuter. Syftet med dagen är att ge farmacistudenter vid Uppsala universitet chansen att skapa kontakter med arbetslivet.

Pharmada anordnas av Pharmadakommittén. Ett härligt gäng bestående av 8 personer, som planerar och förbereder inför Pharmada sedan terminsstart varje höst. Under mässan är det viktigt att företagen känner sig välkomna och kommer till sin rätta. Därför söker vi företagsvärdar, som kommer ha till uppdrag att sköta kontakten med företag och finnas där för företagen både före och under mässdagen. Mer information om hur man ansöker till företagsvärd kommer i början på 2020 på www.pharmada.se.

Årets Pharmada inträffar 12 mars, och anordnas på Konferens Hubben i Uppsala Science Park - en mötesplats i området som ligger precis mellan BMC och Pharmen. Portarna till mässan står öppna mellan 12 och 16. Kårens medlemmar har företräde den första timmen på Pharmada mot uppvisande av kårlegitimation i entrén. Icke-medlemmar är välkomna från 13:00.

Efter mässan förflyttas Pharmada till Pharmen för en mingelmiddag där både studenter och företagsrepresentanter är välkomna. Under mingelmiddagen har du chansen att nätverka och ställa frågor till representanterna i en mer avslappnad miljö. Se till att säkra din biljett under biljettförsäljningen i början av 2020!

Om du känner dig manad eller har några funderingar kan du höra av dig till projektledare@pharmada.se eller kontakt@pharmada.se

Ordlista

Att bli student i Uppsala innebär en rad nya saker, däribland lära sig en hel del nya ord som för icke-studenter kan vara omöjliga att förstå. Vad menar någon när de säger att man ska träffas 15dk vid Bikupan? Eller när någon säger att vi borde gå till Pharmen och plugga inför vår dugga? Detta är en liten ordlista för att lättare få en översikt över alla ord som finns inom studentlivet. Alla ord markerade med * finns med i ordlistan.

Ackis: Akademiska Sjukhuset i Uppsala.

Akademisk Kvart (AK): Innebär att studenterna har 15 min extra på sig att anlända till undervisningen.

Amöba: Ja det är du det! Grattis! (Även en icke helt okänd biologisk encellig organism.)

Amöbaphesten: Avslutningen på amöbaveckorna*. En stor och fantastisk gasque* tillägnad er amöbor*!!

Amöbaveckorna: Kårens välkomstveckor, tre veckor av endast roligheter som avslutas med Amöbaphesten*!

Amöberiet: Det är vi som tar hand om det mesta under amöbaveckorna*. Läs mer om oss i början av tidningen!

BMC: Biomedicinskt centrum. Hej och välkommen hem! Det är här vi farmaceuter hänger om dagarna.

Bikupan: BMCs* café och restaurang. Perfekt plats för att dricka kaffe. För den icke-matlagande finns ett utbud av mat.

CSN: Ger oss pengar när vi klarar våra tentor*.

Carolina Rediviva: Universitetsbiblioteket. Huserar över 13 miljoner böcker och nästan lika många pluggande studenter.

Dragetten: Kulturföreningen Dragskåpets* balett.

Dragskåpet: Farmaceutiska Studentkårens eminenta orkester som går under smeknamnet Dragos.

Dubbelkvart (DK): En kvart plus en kvart = 30 min. Amöbaphesten som är 18dk, kom mellan 18.00 och 18.30. Inte före, inte efter!

Dugga: Deltenta, klarad dugga ger extra poäng till tentan*.

F(ph)adder: Din vän och guide i livet som amöba* och forever and ever and ever.

Farmis-Reptilen: Kårtidningen! Kom till redaktionen för att skriva, läsa, hänga och äta prinsesstårta!

Farmis.se: Kårens hemsida. Titta in om du undrar något eller om du bara vill se en snygg hemsida.

FaS: Farmaceutiska Studentkåren.

FMGOHB: Föreningen Matlaget Gröne-Orm Handels-Bolag. Kallas allmänt för Gröne Orm eller GO.

Gasque: Sittning* med mat, dryck, sång och släpp, varar vanligtvis till 03.

Gästleg: Tillfälligt nationsleg* för de som pluggar men inte i Uppsala.

Högtidsdräkt: Det man har på sig när man går på bal. Frack för herrar, balklänning för damer.

Höstbal: Trevlig baluns! Den Farmaceutiska höstbalen hålls varje år på en av nationerna. Bra tillfälle att använda sin högtidsdräkt*.

Kavaj: Innebär kostym av samma material och färg, knälång klänning/ kjol eller finare byxor och blus.

KK-kort: Kuratorskonventets* VIP-kort. Låter ägare ta med en gäst in på nation* när som helst utan att köa eller betala. Ytterst eftertraktat.

Klubbverket: Arrangerar pub och fester.

Kuratorskonventet: Samarbetsorgan för nationerna*. Hjälper oss bland annat med gästleg*.

Kvalborg: Dagen innan valborg*.

Kårmöte: Kårens högst beslutande organ. Här väljs nya ämbetsmän och tar ställning i enklare och svårare frågor som rör kåren och dess studenter.

Nation: Uppsalas storhet. Här finns allt för alla: klubbar, mat, sittningar*, spex*, körer, konserter, fika eller bara väldigt härligt häng. I Uppsala finns 13 nationer.

Nationsguiden.se: Hemsida för dig som är vilse i nationsdjungeln, besök nu på direkten!

Nationsleg: Ger inträde till ovan nämnda nationer. Ett måste för alla som vill ta del av Uppsalas studentliv. Löses enklast på uppsalastudent.com* eller genom att besöka nationen* du vill gå med i.

Pharmacanto: Vår gröna sångbok. Phantastisk!

Pharmen: Farmaceuternas (vårt) kårhus.

Phuling: Legendarisk medbrotsling genom Pharmen-festernas långa historia. Måste upplevas! Går även att få som halv, vegansk och alkoholfri.

Pinse: Vecka där farmacistudenter från hela Norden träffas och lär känna varandra. Den bästa av fester.

Recentior/Recce: Rookie, nykomling, novis, amöba*!

Sexa: Mat som serveras efter möte eller arbetspass på kår eller nation*. Resulterar ofta i en mindre (men rolig) fest för de medverkande.

Sittning: Fest med mat, dryck och sång. Ytterst trevligt!

Skvalborg: Dagen två dagar innan valborg*.

Släpp: Eftersläpp. Kom efter maten och delta i festen, tristare än att vara på sittningen* men roligare än att inte vara där alls.

SNAPS: Organisation för Sveriges alla farmacistudenter. Alla kårens medlemmar är automatiskt med även i SNAPS.

Spex: Studentikos underhållningsform. De kortare framförs under sittningar* medan storspex sätts upp som hela föreställningar.

Spontanspex: Ett spex* som ej är inplanerat i sittningens* schema och kanske inte heller är planerat innan sittningen*. Dessa välkomnas gladeligen och kan utföras när det bankas i borden (du stjälar alltså det som skulle varit en sång, din tjuv!)

Tenta: Examination vid kursens slut.

Uppsalastudent.com: Hemsida för att gå med i kår* och nation*, mycket bra!

Valborg: Sista april. Fest heeela dagen, överallt. Och dagen innan. Och dagen efter. Kanonkul!

Ämbetsperson: Studenter som arbetar för och driver kåren. Man kan baka, servera, skriva artiklar, bona golv,

Tack!

Tack till Ludvig Cederwall och Anneli Alstréus som tog sin tid för att skriva denna amöbaspecial!

Tack till Reptilens redaktion för teknisk hjälp och stöd.

Tack till kårstyrelsen och andra utskott och kommittéer som kom med texter.

Tack till amöberiet och kårfotoagraferna för de vackra bilderna som förekommer i tidningen.

Tack till amöberiet för deras hjälp och input i tidningen.

Speciellt stort tack till Saga Wistman Gunnerisson för krönikan.

FaSK

Farmaceutiska Studentkårens Kalendarium

Kontaktuppgifter

Pharmens telefonnummer

Expeditionen.....079-33 42 392
Ordförande.....079-33 40 894

Expeditionens öppettider

Måndagar.....13:30-17:00
Onsdagar.....09:00-11:00
Torsdagar.....13:30-17:00

Styrelsejour

Måndagar.....13.30-17.00
Tisdagar.....09.00-11.00
Torsdagar.....15.00-18.00

Expeditionens telefontider

Tisdag, Torsdag.....8.00-10.00

Inspektör

Prof. Anders Karlén.....018-47 14 293

Proinspektör

Dr. Anne-Lie Svensson.....018-47 14930

Kårens Presidium

Ordförande

Oskar Lövström

ordf@farmis.se

Vice ordförande med ansvar för ekonmi

Kim Dahlberg

vicek@farmis.se

Vice ordförande med ansvar för utbildningsfrågor

Abubakar Shakeel

vicut@farmis.se

Övriga styrelsemedlemmar

Sekreterare

Linnea Engström

sekr@farmis.se

Klubbmästare

Arvand Keyvani

klm@farmis.se

Studiesocial ledamot

Olivia Steen

soc@farmis.se

Arbetsmarknadsansvarig

Nina Yang

arb@farmis.se

Handläggare

Yeganeh Parandehlab

handlaggare@farmis.se

PR-ansvarig

Aysha Siddika

PR@farmis.se

Alltid på Pharmen

Pub Placebo

Onsdagar.....17.00-Sent

Café Cophein

Måndagar, Torsdagar.....16.00-18.00

Dragosrep

Torsdagar.....19.00 - sent

RINFO
REPTILEN INFORMATION