

Farmis-

REPTILEN



Nr 1 VT - 2024



AMÖBASPECIALEN

Vårterminen 2024



Bilder från inspark ht 23



Välkommen till insparken VT24 önskar Amöberiet!!





Redaktionen

Ansvarig utgivare
Perlla Kandakji

Redaktörer
Siti Latifah
Elin Mouillé
Leon Presto

Omslag
Amöberiet

Cellkärna
Felodipin

Mitokondrier
Fexofenadin
Linezolid
Isofluran
Tramadol
Sildenafil
Volidax
Eletriptan

Gästskribenter
Amöberiet

Annonsspriser

Annonsspriser 2023

1/1	4000 kr
1/2	2900 kr
1/4	1900 kr
Banner 2.5 cm hög	1500 kr

Tillägg för:

Dekorfärg	500 kr
Fyrfärgstryck	700 kr
Amöbaspecialen	1000 kr
Omslagssida	1000 kr
Format a4 (297 x 210 mm)	

Vill du...

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

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

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.

Var redo på att suga in all information.

Ha en trevlig läsning!

Med vänliga hälsningar
Amöberiet

Innehåll

Praktisk info.....	5
Hej Amöba.....	6
Mysteriet på Pharmen.....	7-11
Välkommen till Uppsala.....	12
Schema.....	13-15
Kårstyrelsen.....	16-18
Apoex.....	19
Kårhuset Pharmen.....	20
Krönika.....	21
En nation.....	22
Apoteket hjärtat.....	23
Bostadspanik.....	24
Pluggplatser.....	25
Inskrivning på nation.....	26
Cykelninfo.....	27
Kårmöte.....	28-29
Pharmens utbud.....	30
Studierådet.....	31
Hur fungerar tenta?.....	32
Stöd och hjälp.....	33
Utskott och kommitéer.....	34-37
Ordlista.....	38-39

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 kommer sticka ut under veckorna med våra domartröjor så ni alltid vet vart vi finns!

*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 insparksaktiviteter och även om utbildningen.

* Amöberiet har precis startat ett instagramkonto (@amoberiet) som vi verkligen tycker att ni ska följa för diverse information, skoj och kanske till och med extra poäng i poängjakten!

*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 VT24". 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 VT24". Denna grupp är en klassgrupp för alla er som börjar apotekarprogrammet så ni enkelt kan hålla kontakt med varandra, dela information med mera.

- "Amöbaveckorna VT24". Detta är en grupp tillägnad insparksveckorna 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!

*Farmaceutiska Studentkåren som du tillhör har ett eget instgramkonto 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.

*Amöbaveckorna och insparken är inte endast till för nyantagna studenter på apotekare & receptarieprogrammet, är du nyantagen till ett master eller magisterrprogram under farmaceutiska fakulteten får även du supergärna vara med! Maila till oss på amoberiet@farmis.se om du har frågor om hur man kommer med!

Så där, 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!

Hej Amöba!

Välkomna till Uppsala, BMC, Pharmen och Amöbaveckorna!

Under era tre första veckor som apotekar- eller receptariestudenter här på Uppsala Universitet kallas ni för amöbor- encelliga organismer utan medvetande -under Farmaceutiska Studentkårens amöbaveckor! Ni kommer att få jobba och tävla tillsammans, hitta gemenskap och vänner för livet, för att efter dessa tre veckor, till sist kunna kalla er riktiga farmacistudenter.

Amöbaveckorna är till för alla nyantagna apotekar- och receptariestudenter. Ni kommer att få lära er allt som studentlivet i Uppsala har att erbjuda; hur man tar sig runt på BMC, vårt fantastiska kårhus Pharmen och hur man på bästa sätt tar sin första Phuling! Oavsett vem du är eller vart du kommer ifrån, så är amöbaveckorna för dig! Tillsammans med våra otroliga phaddrar och oss i amöberiet; en cellkärna och 7 mitokondrier, kommer dessa tre veckor bli phantastiska!

Självklart så är amöbaveckorna helt frivilliga och vi har nolltolerans mot alkoholhets och all annan hets. Målet med veckorna är att precis alla ska ha det så kul som möjligt och trivas!

Vi ser jättemycket fram emot att träffa er alla den 15:e januari och hoppas att just DU vill hänga med oss under dessa veckor!

Bästa hälsningar,
Eder cellkärna, Felodipin



Mysteriet på Pharmen



Cellkärna och huvudagent, Agent Felopidin

Vad betyder amöbaveckorna för dig?

Amöbaveckorna är de roligaste veckorna på hela terminen, och extra spännande just denna termin! Tillsammans med er fantastiska amöbor, de bästa phaddrarna och oss i amöberiet kommer de här veckorna bli till de bästa!

Vilket lag är bäst och vilket vill man vara i?

Alla tre lagen har absolut sina starka sidor, men det viktigaste är att mysteriet blir löst, och att man har kul såklart! Då behövs alla!

Vad är viktigast för att lösa mysteriet på Pharmen?

Samarbete, engagemang och bra stämning! Det blir alltid bäst när man jobbar tillsammans!

Vad är ditt bästa tips för att överleva de första terminerna på utbildningen?

Var engagerad och hitta en gemenskap! Studierna är alltid roligare med vänner och när man har saker att se fram emot! Gå på sittningar, testa alla Uppsalas studieplatser, hitta något utanför studierna att engagera dig i som just du tycker är kul. Då löser sig allt!

Lag Polis



Mitokondrie, Agent Isofluran

Vad betyder amöbaveckorna för dig?



Amöbaveckorna är bland de bästa på hela terminen, det är ett tillfälle att lära känna nya människor och att skapa minnen! I år är amöbaveckorna extra viktigt, detta år har amöborna möjligheten att göra en faktisk skillnad på pharmen! Att ta reda på vem brottslingen är och att göra farmen säkrare för alla.

Varför vill man vara med i ditt lag?

Jag tror att svaret är rätt uppenbart men eftersom vi poliser är artiga så svarar jag ändå. Man vill vara med i lag Polis eftersom vi har det skönaste gänget med en enorm bredd som kan ta sig an vilken utmaning som helst!!

Varför är Polis viktiga i en utredning?

Eftersom det är vi som är ute på fältet, det är vi som riskerar våra liv varje dag och ännu viktigare, att tappa våra fikabröd när vi står med hastighetslasern i ena handen och en nybakad kanelbulle från Circle K i andra.

Vad är ditt bästa tips för att överleva de första terminerna på utbildningen?

Mitt bästa tips är att försöka vara med på så mycket man orkar under insparken, plagget är superviktigt men att skapa minnen och ha kul väger också tungt! Dessutom är insparken planerad för att man ska kunna vara med på allt och fortfarande klara tentan.

Mitokondrie, Agent Validax



Vad betyder amöbaveckorna för dig?

Amöbaveckorna är mitt bästa minne från första tiden i Uppsala och de veckor då jag lärde känna de flesta av mina kompisar!

Varför vill man vara med i ditt lag?

För att vi har roligast och kommer vinna såklart!!!

Varför är Polis viktiga i en utredning?

För att vi är bra på att allt från att lösa mord och inbrott till att spionera på misstänkta och leta bevismaterial!

Vad är ditt bästa tips för att överleva de första terminerna på utbildningen?

Vila, vatten och Felix mexikanska tacopaj!

Lag Detektiv



Mitokondrier, Agent Tramadol



Vad betyder amöbaveckorna för dig?

För mig innebär amöbaveckorna en utmärkt möjlighet att lära känna ett skönt gäng människor tidigt på programmet och det är en fantastisk inkörsport till det studentliv som finns vid sidan av utbildningen!

Varför vill man vara med i ditt lag?

Då jag ser flertalet detektiver framför mig tror jag ni kan klura ut detta! Men då ni fortfarande är amöbor; När ni är med lag detektiv kommer ni alltid fråga er "Hur hamnade vi här?".

Varför är Detektiver viktiga i en utredning?

Va' i hela är de' för fråga!? Det är som att fråga varför det heter kex o inte chexch!? Men om du ändå frågar; de allra bästa utredarna i världen är detektiver: Ace Ventura, Enola Holmes och inte minst Detective Peralta. Så vill du bli som oss, ta på dig farfarskepsen o lakritspipan så syns vi på insparken!!!

Vad är ditt bästa tips för att överleva de första terminerna på utbildningen?

Mina bästa tips är att ta vara på insparken ordentligt! Innan ni vet ordet av de så är den över o då behöver ni fylla eftermiddagarna på eget bevåg. Sen skulle jag säga att gå på alla moment som ni kan, även om det låter ofattbart trist så kommer ni lära er mycket effektivare när ni kan fråga nån som kan, istället för att hoppas att ChatGPT inte ljugar för er. Och om ni cyklat upp för Carolina-backen på morgonen så kan dagen inte bli så mycket värre, om du inte ramlar förstås.

Mitokondrie, Agent Linezolid



Vad betyder amöbaveckorna för dig?

Absolut viktigaste veckorna på året! Enda chansen att vinna den viktigaste tävlingen och bästa chansen att lära känna de nya amöborna & phaddrarna.

Varför vill man vara med i ditt lag? För att lag detektiv är lite coolare och lite bättre än de andra. Vem vill liksom inte få smyga runt med förstoringsglas & den fränaste looken?

Varför är detektiver viktiga i en utredning?

Därför att att vi jobbar metodiskt och noggrant. Ett riktigt sinne för detaljer.

Vad är ditt bästa tips för att överleva de första terminerna på utbildningen?

Var med på så mycket aktiviteter utanför undervisningen som man orkar! Insparken är gjord för att man ska kunna vara med på allt och hinna med den första kursen. Det roliga är minst lika viktigt som plugget under din studietid!

Lag spion



Mitokondrie, Agent Fexofenadin



Vad betyder amöbaveckorna för dig?

Amöbaveckorna innebär 3 fantastiska veckor där man får träffa nya, härliga amöbor och bli ännu närmare dem man redan känner. Det är viktigt för oss att alla kommer ha kul och trivas, samt känna sig riktigt välkomna till Uppsala och denna fantastiska utbildning. Därför har vi planerat ett fullspäckt schema med roliga aktiviteter och tävlingar, som vi hoppas att ni kommer uppskatta. Amöbaveckorna är dom bästa veckorna! och vi hoppas att ni kommer ha lika roligt som oss<3

Varför vill man vara med i ditt lag?

Man vill vara med i vårt lag eftersom vi kommer ta utredningen till nästa nivå. Poliser och detektiver har absolut en viktig roll, men dom är ju inte riktigt lika coola som vi, även om dom tappert försöker... sen har vi ju Pitbull med oss också!

Varför är spioner viktiga i en utredning?

Vi spioner är viktiga (om inte viktigast) i en utredning eftersom vi bidrar med både våra kloka sinnen och smidiga moves. Vår specialistkompetens kommer absolut vara avgörande i den här utredningen.

Vad är ditt bästa tips för att överleva de första terminerna på utbildningen?

Fika mycket (tyvärr blir man rånad på BMC's café, så gå inte dit om ni inte måste), Nocco, studuco.com :), plugga med vänner, vara med på så mycket man kan, gå på sittningar och pubar, engagera sig och till sist att inte stressa upp sig alltför mycket över plagget! Allt ordnar sig alltid till slut<3 och vi finns här om ni behöver nåt!

Mitokondrie, Agent Sildenafil



Vad betyder amöbaveckorna för dig?

För mig är amöbaveckorna en oförglömlig upplevelse och ett otroligt tillfälle att lära känna inte bara nya människor utan även staden och farmis

Varför vill man vara med i ditt lag?

Man vill vara med i mitt lag, lag spion, för att det kommer vara vi som har roligast! Att vinna är inte alltid det viktigaste (vi vet att vi är bäst egentligen).

Varför är Polis viktiga i en utredning?

Spioner är väldigt viktiga i en utredning. Vi är liksom de enda som faktiskt KAN spionera på de misstänkta vilket kan leda till ledtrådar.

Vad är ditt bästa tips för att överleva de första terminerna på utbildningen?

Ett vinnande koncept för att klara av de första terminerna är att ha kul. Givetvis ska man plugga mycket men det är viktigt att balansera pluggandet med att ha roligt, annars blir allt bara trist.

Mitokondrie, Agent Eletriptan



Vad betyder amöbaveckorna för dig?

Det är tre roliga veckor där man lär känna många!

Varför vill man vara med i ditt lag?

För att vi ska ha absolut roligast, och självklart vinna!!

Varför är spioner viktiga i en utredning? för att spioner kan smyga runt och smälta in i omgivningen och samla information som andra lätt missar.

Vad är ditt bästa tips för att överleva de första terminerna på utbildningen?

Gör roliga saker utanför plugget, som att hänga med kompisar eller gå på sittning

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 arbetsmarknadsmässa för farmaceuter.

Det tredje benet av FaS verksamhet den studiesociala 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 insparksveckorna 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 VT24! Redan första veckan av insparken kommer ni få vara med om en fulsittning 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 15/1

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 16/1

Tisdagens aktiviteter påbörjas med förfest lagvis hos era phaddrar. Sedan blir det något av en klassiker om jag får säga det själv. Här kommer en bra arm och samarbete ta er långt för på tisdagen är det dags för BEER PONG Turnering!

Klädkod: Tema-klädsel

Onsdag 17/1

Terminens första pub hålls på onsdagen. Ett perfekt tillfälle för att se vårt fina kårhus Pharmen och att testa på KVPs mumsiga mat till grymma priser!

Fredag 19/1

Dags för er första sittning MATERIAL! Sittningen kommer att ha utredningstema och hållas på Pharmen, vid 18 dk. Här har ni även chansen att köpa vår 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: Tema-klädsel

Söndag 21/1

Vissa av er vet säkert att redan efter två veckor på programmet har man tenta eller spegelvisning. Detta kan göra att man känner sig lite stressad, hur ska man hinna gå i skolan, ha fett kul på insparken och samtidigt hinna plugga efter skolan? Ingen oro, för på söndagen har vi pluggstuga! Då kan man komma till Pharmen och dricka kaffe, äta en kaka, hänga med kompisar och plugga! Erfarna studenter kommer vara där och hjälpa er om ni har frågor.

VECKA 2

Måndag 22/1

På måndagen kommer ni att få delta i farmaceutiska spelen där tävling och skoj utlovas. Några av Farmaceutiska Studentkårerens grymma utskott ska hålla i lite utmaning så var redo för tävling!

Tisdag 23/1

Förvänta er 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!

Onsdag 24/1

Äntligen är det dags, en av de mest traditionsenliga, och uppskattade, aktiviteterna på farmens insparkshistoria! Det är nämligen dags för Nationsrunda! Vi samlas allihopa på gamla Universitetshusets baksida kl. 17.30 och har lite samling och ger lite information. Sedan går ni uppdelade i lagen till olika nationer i olika rutter för att dels se Uppsala men också se alla superhärliga nationer! Det bästa Uppsalas studentliv har att erbjuda, allt i en kväll! Se till att ha nationskort, då det är obligatoriskt för inträde på samtliga nationer.

(observera att man inte får ta med egen alkohol in på nationerna).

Klädkod: Temaklädsel

Fredag 26/1

Nu på fredagen är det dags för er andra sittning!! Ladda batterierna ordentligt och gör er redo för att använda era utredningstricks! (Observera att ingen egen alkohol får tas med till Pharmen)

Söndag 28/1

Inför måndagens tenta/spegelvisning kör vi en till pluggstuga, så kom och ta kaffe & kaka och snacka med äldre kursare och fråga dina sista frågor som kan vara avgörande för godkänt!

VECKA 3

Måndag 29/1

Ah! Första stora skolstressen är borta! De ska firas, era phaddrar fixar en grym fest där ni kan slappna av efter tentan/spegelvisningen! Ta gärna med valfri dryck. Klädkod: Tema-klädsel

Tisdag 30/1

Veckan fortsätter med nästa aktivitet under tisdagen, här får ni följa med amöberiet på diverse vinteraktiviteter som pulkaåkning och snöbollskrig. Glöm inte att klä er varmt!

Onsdag 31/1

På onsdagen hålls det olika skojiga aktiviteter i en idrottshall. Dröm tillbaks till idrotten på grundskolan för det utlovas tävling och lek.

Klädkod: Temaklädsel

Torsdag 1/2

En till fantastisk sittning väntar denna torsdag, här bjuds det på grill, mys och utgång. Mer information kommer!!

Lördag 3/2

Kära amöbor, när ni har gått igenom dessa tre otroliga veckor, lärt känna era kursare, phaddrar och annat trevligt folk, är det dags att avsluta på det absolut bästa sättet någonsin. En storslagen finsittning med fördrink, trerätters och festsläpp ända fram till 03 med vår egen DJ! Här vill ni vara förhoppningsvis hela kvällen för att fira att ni tagit er igenom era första veckor i Uppsala, era första veckor på eran nya utbildning, och dessa fantastiska amöbaveckor! Här blir ni omvandlade från små amöbor till fulländade farmacistudenter, så missa inte! Välkomna till Amöbaphesten! Klädkod: Mörk kostym

15/1	16/1	17/1	18/1	19/1	20/1	21/1
Anmälan + flaggmålning	Beer pong turnering!	Pub	Vila	Materian	Vila	Pluggstuga
22/1	23/1	24/1	25/1	26/1	27/1	28/1
Pharmiska spelen (på pharmen)	GRUFF	Nationsrunda	Vila	Sittning på Pharmen!	Vila	Pluggstuga
29/1	30/1	31/1	1/2	2/2	3/2	4/2
Tenta/Spegelvisning?? firande	Pulkaåkning / snöbollskrig / mixade snöaktiviteter	Idrottshall + utgång 17-19:00	Grillkväll!	Vila	Amöbaphesten	Slut :(

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 | Sebastian Månsson | ordf@farmis.se



Hej Amöba! Mitt namn är Sebastian, jag är 24 år och har läst klart termin 9 på apotekarprogrammet. Jag kommer från en liten by i Skåne vid namn Hyllinge, mest känd för ljudisolerande takplattor och Spanska sjukan. Under HT23 har jag suttit som kårens handläggare, men nu till VT24 har jag gått på rollen som kårens ordförande. Innan dess har jag hunnit sitta på de flesta ämbeten som man kan sitta på här på kåren (jag kanske är hyperbolisk, men man hinner med en hel del på 5,5 år!) När jag inte spenderar mina dagar på Pharmen så kan ni hitta mig antingen hemma hos någon polare eller nere på någon av Uppsalas många nationer.

Som ordförande har jag rollen att leda och samordna den dagliga verksamheten på kåren. Detta gör jag genom att leda FaS styrelse och bedriva arbete tillsammans med de andra ledamöterna. Som en av två heltidsarvoderade på kåren kan jag verkligen lägga ner tid på kåren och dess verksamhet! Utöver detta har ordförande även mycket kontakt med externa aktörer såsom andra kårer, nationer, yrkesvärlden och FaS alumner (fullfjädrade farmaceuter). Som central studiebevakare representerar också FaS ordförande kåren gentemot Uppsala universitet och andra relevanta parter och arbetar för att farmacistudenternas talan blir hörd och deras intressen respekterade. Detta och så mycket mer ingår i rollen som ordförande. Om det är så att du känner dig lite skraj och osäker på om du hamnat rätt så bör du inte oroa dig, då jag känner exakt samma sak! Skämt åsido så kan du känna dig lugn, du har nämligen kommit in på en av de roligaste utbildningarna Uppsala har att erbjuda. Jag ser fram emot att få träffa er alla här på Pharmen!"

Vice Ordförande med ansvar för ekonomi | Ludvig Wettervik



Halloj! Jag heter Ludvig och jag kommer gå termin 4 på Apotekarprogrammet nu under vårterminen. Jag kommer ifrån Uppsala och är 22 år gammal. Du hittar mig oftast på pharmen, men när jag inte hänger där så tycker jag om att träna, lyssna på musik och njuta av god mat. Två av dessa saker brukar jag göra varje onsdag på pharmens egna pub! Hoppas vi ses där snart!

Vice ordförande med ansvar för ekonomi (VicEk) ansvarar 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 ordförandens ställföreträdare. VicEk kan du även kontakta vid frågor kring medlemskap och STUK-kort

Vice ordförande med ansvar för utbildningsfrågor | Johannes Schwarz | vicek@farmis.se



Halloj!

Jag heter Johannes och ska påbörja min fjärde termin nu till våren. Jag har bott alla mina 21 år här i stan, en riktig born and raised Uppsalabo med andra ord. När jag inte pluggar eller jobbar med kårarbete här på Pharmen så gillar jag att laga någon god mat, ta en öl på någon av alla våra fantastiska nationer med vänner eller kolla på en bra serie hemma. Min absoluta favorithobby är dock segling men tyvärr har jag inte haft chansen att få segla på sistone så hmu om du vill snacka lite segling.

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 | Josefine Strömbom | handl@farmis.se



Hej! Jag heter Josefine och har nyligen gått klart femte terminen på apotekarprogrammet. Jag är 22 år och kommer från Gävle. Sen jag kom till Uppsala har de flesta av mina favoritaktiviteter haft med Pharmen att göra! Jag har varit phadder flera gånger och har även varit med i valberedningen under det senaste året, men det absolut roligaste har varit alla sittningar man har fått gå på! Den roligaste är nog Midterm som hålls varje termin!

Under våren kommer jag att sitta som handläggare på kåren. Handläggare är en heltidstjänst vilket innebär att jag har ett studieuppehåll och oftast kommer att vara på Pharmen och jobba med studiebevakning. En stor del av mitt jobb är att sammanställa kursrapporter, men som handläggare är man också med och anordnar studieråd där alla studenter kan komma och uttrycka sina åsikter om utbildningen.

Klubbmästare | Isabel | klm@farmis.se



Mitt namn är Isabel och jag ska börja termin 7 på apotekarprogrammet nu till våren. Under förra terminen satt jag som PR-ansvarig vilket var mitt första ämbete här på kåren. Jag har dock alltid under hela min studietid varit på Pharmen och tagit del av gemenskapen och de roliga evenemangen som anordnas. Hoppas ni får det roligt under amöbaveckorna så ses vi säkert på någon av sittningarna framöver!

Som klubbmästare ansvarar man för klubbverket och verksamheten där vilket bland annat kan vara fester, uthyrningar eller valborgsbrunchen. Under uthyrningar så behövs det alltid folk som jobbar och skulle någon av er vilja jobba på en sittning under våren? Kul! Då är det bara att höra av sig till mig.

Arbetsmarknadsansvarig | Edvin Stephansson | arb@farmis.se



Jag heter Edvin och läser termin 8 vid apotekarprogrammet. Som arbetsmarknadsansvarig är jag ordförande i kårens arbetsmarknadsutskott. Vårt utskott jobbar med arbetslivsanknytning för farmacistudenter genom att arrangera aktiviteter med företag. Kom till våra aktiviteter för att få en inblick i arbetslivet som farmaceut och komma i kontakt med framtida arbetsgivare!

Under hela min studietid i Uppsala har jag på något vis engagerat mig i Farmaceutiska Studentkåren. Jag har verkligen haft en fantastisk tid här. Vi har ju Uppsalas absolut finaste kårhus, Pharmen. Till Pharmen brukar jag gå för att plugga, äta lunch och delta på allt kul som vi på kåren anordnar. Utöver att vara på Pharmen, tycker jag även om att spela krocket, yatzy och en rad olika brädspeel. Som tur är så går allt det att göra på Pharmen också!

PR-ansvarig | Julia Norlin | PR@farmis.se



Hej! Mitt namn är Julia, jag är 25 år och till våren börjar jag läsa termin 6 på apotekarprogrammet. Jag är uppväxt i Uppsala men hittar tyvärr extremt dåligt i stan ändå. Sedan första terminen har jag engagerat mig i flera olika ämbeten så som caphévård, pubmästare, barmästare och höstfestkommittén och jag sitter även som kursrepresentant för min termin och studentrepresentant i apotekarprogramutskottet. Så är man intresserad av att höra lite mer om olika ämbeten så är det bara att komma fram och prata med mig. På fritiden tycker jag om att träna, umgås med vänner, bara att sitta hemma och titta på serier och att hänga på pharmen såklart! En av mina favoritsaker med pharmen är puben, god mat och billig mat och alltid trevligt sällskap!

Jag sitter med i styrelsen som PR-ansvarig och har därmed hand om kårens informationskanaler. Ämbetet handlar om att sprida information och synliggöra vad kåren är, vad vi gör och vad vi kan erbjuda. Jag ansvarar för att kontinuerligt uppdatera hemsidan och sociala medier så att information når ut till medlemmar i tid. Ett tips är att följa farmis på både facebook och instagram för att alltid hålla sig uppdaterad.

Sekreterare | Linnea Engström | sekr@farmis.se



Jag är en 23-årig tjej från Värmland och det är jag som är kårens sekreterare under vårterminen! Jag kommer nu börja min sjätte 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-speltill 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.

Mikaela Johansson | Studiesocial ledamot



Tjo! Mitt namn är Mikaela och jag är en 26-årig smålänning som nu till våren kommer studera termin 6 på Apotekarprogrammet. Innan jag pluggade Apotekare i Uppsala så läste jag ett par år Biomedicin i Lund men det var inte riktigt för mig. Efter ett avhopp och en pandemi till slut, i denna fantastiska stad, på ett fantastiskt program med en fantastisk studentkår! En av mina favoritsaker att göra i Uppsala, och på Pharmen, är att gå på café med någon kompis eller att hitta på något spontant. Utöver det så tycker jag bland annat om att spela (allt från Baldurs gate till Stardew Valley och mycket mer) titta på serier och laga mat. Ser ni mig någonstans, troligtvis på Pharmen, så är jag jätteglad om ni vill hälsa, fråga något eller bara sitta och snacka om vad som helst! Hoppas vi ses! :)

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

TRÄFFA EN AV VÅRA MEDARBETARE

“ApoEx ger en verkligen möjligheten att utvecklas inom det man brinner för”

Vem är du och vad jobbar du med på ApoEx?

Mitt namn är Yasmiin Jama och jag jobbar som tillverkningsfarmaceut på ApoEx, vi håller till på Nya Karolinska i Stockholm. Min huvudsakliga arbetsuppgift är att tillverka extempore-läkemedel. Varje dag tillverkar vi ett stort antal cytostatika- och sterila beredningar på beställning. Det medför till att vi har ett nära samarbete med vården.

Hur länge har du arbetat på ApoEx?

Jag har jobbat på ApoEx sedan i maj 2020. Jag började med att jobba i läkemedelssupporten, och gick sedan över till den tjänsten jag har idag inom tillverkningen i juni 2022.

Kan du ta med oss på hur en dag på jobbet ser ut för dig?

Dagen börjar med att jag byter om till arbetskläder som man tar på sig innan varje arbetspass. Sedan bär det av mot tillverkningsrummet som är ett så kallat renrum. För att ta sig till det rummet tar man sig igenom olika slussar för att ta på sig skyddskläder, munskydd etc. Jag tillverkar sedan under dagen flertal cytostatika-beredningar till olika patienter. Då jag är relativt ny inom tillverkning har jag hittills lärt mig tillverka cytoberedningar men planen är att jag även får lära mig de andra arbetsmomenten i extemporeprocessen.

Hur skulle du beskriva ApoEx som arbetsplats?

Att vi medarbetare får möjlighet till variation och utveckling. Det är t.ex. flera olika steg som farmaceuter ansvarar för inom tillverkningsprocessen vilket innebär att det är mycket nytt som man kan se fram emot att lära sig. Innan jag gjorde övergången till tillverkning fick jag möjligheten att läsa en 10 veckors kurs inom extempore för att få beredningskompetens. ApoEx



Namn: Yasmiin Jama
Jobbar som: Farmaceut
På avdelning: Cyto tillverkning, NKS

ger verkligen en möjligheten att utvecklas om man verkligen brinner för det. Dessutom har vi en sådan härlig teamkänsla i gruppen så oavsett utmaning vet vi att vi ställer upp för varandra.

Vad gör du när du inte jobbar?

Jag gillar att umgås med familj och vänner. Jag har återupptagit mitt basketspelande igen och kör så ofta jag kan!

Vilken är din favoritplats i världen?

Jag har ingen specifik favoritplats i världen men jag skulle säga att jag trivs när jag kan hänga med nära och kära omringad av god mat.

Välkommen till ApoEx - vi förenklar och förbättrar för vården, varje dag.

www.jobb.apoex.se

apoex

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 Café
- 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

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 eller genom att besöka uppsalastudent.com/kar/farmaceutiska-studentkaren/ där du som uppsalastudent kan skaffa en inloggning. Denna sida kan du även använda för att bli medlem i någon av Uppsalas alla studentnationer!

Krönika

Kära Amöba!

Grattis till antagningen! Och välkommen till Uppsala! Du börjar snart ett nytt spännande kapitel här. Kanske har du just flyttat hemifrån, till en ny stad eller till och med ett nytt land. I vilket fall vill jag att du ska veta att just du är välkommen hit till oss på Farmis!

Efter att ha kämpat under hela gymnasietiden, inför högskoleprov, pluggat upp betyg, kanske bytt program och till sist inväntat antagningsbesked kan du äntligen andas ut! Eller i alla fall litegrann. Nu börjar kanske en ny nervositet att gro. Har jag verkligen valt rätt? Kommer jag hitta vänner? Hur ska jag hitta uppropet första dagen?

Förvånande nog har jag, precis som de andra mitokondrierna, också varit en liten, vilsen, encellig organism en gång i tiden. Egentligen för inte alls så länge sedan... Därför hoppas jag att jag kan trösta dig kanske lite grann med orden "det löser sig". Jag vet att det är väldigt mycket som händer precis nu i början, och att informationen kommer i 100 km/h från fem olika håll samtidigt. Det kommer vara nervöst inför första dagen, inför första tentan och inför första laborationen. Jag minns själv stressen inför att hitta rätt sal första dagen och hoppas att man pluggar på rätt saker inför tentorna. Men som tur är så är man ju inte ensam om att vara helt ny här på universitetet. Med hjälp från dina nya klasskamrater, phaddrarna, alla andra på kåren och lärarna kommer allt snart kännas mycket klarare. Om bara några veckor kommer du att ha hittat nya vänner, nya rutiner och ett nytt litet liv i Uppsala. Alla pusselbitar kommer kanske inte att falla på plats samtidigt eller direkt efter terminsstarten, men med lite tid kommer det.

Därför vill jag uppmuntra dig att ta vara på de här första veckorna så mycket som möjligt. Var på med så många insparksaktiviteter som möjligt! Testa på nationslivet och plugga med folk från klassen. Under de här veckorna har du en riktig toppenchans att få nya vänner, lära dig hitta i stan och få bästa pluggtipsen! Så anmäl dig till insparken och häng med oss under de första veckorna! Det blir kul!)

Avslutningsvis vill jag igen säga hej, välkommen och att jag hoppas att du snart kommer känna dig som hemma här!

Agent Linezolid, A2



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 STUKappen. Nationskortet kostar ca 300-330 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.

Amöberiettipsar

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 irrarfortfarande 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 salligger Du kan dessutom få vägbeskrivningen om att trycka på "Directions"

Amöberiettipsar

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.),



Besök vår karriärsida - och ta reda på vad vi erbjuder

Vilka förmåner har man egentligen som anställd på Hjärtat och vad finns det för karriärmöjligheter? Vi är stolta över att ha arbetsplatser i hela Sverige där man får chans att växa, både som farmaceut och kollega! Skanna QR-koden för att läsa mer.

"Om några år bidrar vi farmaceuter till folkhälsan på fler sätt"

En bättre folkhälsa är en central fråga för apoteksbranschen, menar Annika Svedberg, chef för farmaci, kvalitet och hållbarhet på Apotek Hjärtat. Och hon ser en enorm potential i farmaceuterna, som i högre grad skulle kunna avlasta den ansträngda sjukvården.

– Apoteken är redan idag första och sista länken i vårdkedjan, med rådgivning både kring egenvård och receptbelagda läkemedel. Om några år tror jag att vi kommer att bidra till folkhälsan på fler sätt. Farmaceutiska tjänster (t.ex. inhalationsvägledning och läkemedelssamtal) och olika typer av hälsotjänster för att förebygga sjukdom är på frammarsch, säger Annika.

Varje dag upptäcks fel

I apotekens grunduppdrag ingår att bidra till en god och säker läkemedelsanvändning. Varje dag

upptäcker och korrigerar farmaceuter på Sveriges apotek felaktigheter på recept, som annars hade kunnat orsaka både lidande och onödiga samhällskostnader. I dialogen med kunderna reder vi också ut missförstånd och hanterar oro som annars riskerar att leda till dålig följsamhet och felanvändning – både när det gäller receptläkemedel och egenvård.

En nyttig kompetens

För att kunna hjälpa kunden på bästa sätt krävs en gedigen och bred kompetens. Det som en gång gjorde att jag valde apo-

teksbranschen var just bredden. Att kunna diskutera och ge råd kring läkemedel oavsett diagnos är otroligt stimulerande. Det är också en kompetens du får nytta av i ditt privatliv, förr eller senare.

Din kunskap gör skillnad

Som blivande farmaceut eller apotekstekniker kan du vara trygg med att din kunskap kommer att göra skillnad för många människor i ditt framtida arbetsliv. Att arbeta som farmaceut eller apotekstekniker på apotek är i högsta grad ett samhällsviktigt uppdrag, så välkommen till apoteksbranschen!

TIPS

Följ Apotek Hjärtat Career på Instagram för mer inspiration!
[@hjartatcareer](https://www.instagram.com/hjartatcareer)



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

3. Nationernas köer

De flesta nationer har centralt belägna studentbostäder i form av korridorsrum, dubletter och lägenheter. För att ansöka om bostad krävs det att du är nationsmedlem. Ett tips är att kolla nationsgardarna.se, där finns det sammanfattad information om nationernas bostadserbjudanden.

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 farmacistudenter 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 plugget 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.ub.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 plugget 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 VT24



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.uppsalastudent.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 uppсалastudent.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.uppsalastudent.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?



Ett viktigt tips är att välja rätt sorts cykel. Tar du med din nya superfräscha 24växlande superhoj så är risken tyvärr stor att den kommer bli stulen.

Rekommenderat är att ta med en relativt risig cykel och ett ordentligt LÅS. Cyklar överallt i Uppsala!

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 töntigt att ha hjälm!

Men med att vara cykelägare 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 obehäskat 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 kära 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 kårmötet träffas alla som vill i puben och äter tacos för en symbolisk summa. Är man på sitt första kårmöte får man maten gratis :D

När tar det slut? Det må kännas som att ett kårmöte 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 kårmöten. 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

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 internationella 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 pubbiljett 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.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.se, vicut@farmis.se), handl@farmis.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 fylls 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 via canvas till tentorna, annars får du inte genomföra dem. Registreringen sker 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 legitimtion. 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 försees med en inloggningsnyckel som börjar gälla när tiden är inne. Inga möjligheter för fusk 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 påkommen med att fuska kan konsekvenserna bli mycket grova och man kan bli nekad universitetsstudier för en tid.

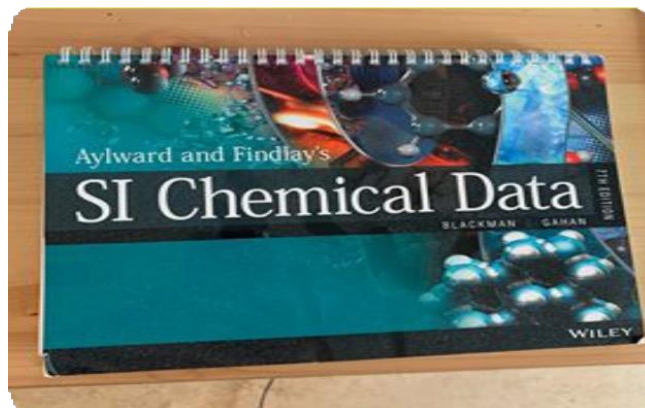
Tentorna varierar i tid. Allt från två till sex timmar förekommer, och det brukar förekomma en viss tid som man måste sitta igenom trots att man känner sig klar med tentan. Under pågående tentamen är det inte tillåtet att lämna salen och därför kan det vara ett tips att ta med dig något litet att äta och/eller dricka så att du orkar igenom hela tiden. Utöver nödallergi 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. Hemtentor 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 månad 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 oomöjligt 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.se

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

Handläggare: e-mail: handl@farmis.se

Fyll gärna i dina studierelaterade problem här:

<https://ym344.amsystem.com/eU3T6P6CWNvDd0TRZ9lds1yrKqdA>

[7XP8LQZ1VEuUy8FIJUNsF1ixhgyOBTqQr](https://ym344.amsystem.com/eU3T6P6CWNvDd0TRZ9lds1yrKqdA)

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. Se <https://www.sprakverkstaden.uu.se/> för mer information!

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. Mail: studenthalsan@uu.se

Länk till hemsidan: <https://www.uu.se/student/stod-och-service/studenthalsan/studenthalsan-i- uppsala>

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 mot- tagning eller Universitetskyrkan för stöd. Se kontaktinformation ovan.

Uppsala universitets 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 VT-24

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 Coffein:

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:

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.se. Känn dig som hemma så ses vi i köket. Klubbverket VT-18



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 kårnyheter 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 Redax 2020 och vem vet,

kanske inom en snar framtid även av dig? Du kan även följa oss på Facebook, instagran och kontakta oss via mail till reptilen@farmis.se



idru@farmis.se

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 vara föreläsare och plugg med rörelse har ni hittat rätt! Hopas ni syns! Vänliga hälsningar, ordförande i IdrU.



Kulturutskottet:

Kulturutskottet är ett eventutskott med stor fokus på FaS Övvekultur. Vi anordnar festsittningar och nationsrundor med andra program och sektioner i Uppsala. Tillsammans med pubmästarna i FaS klubbverk brukar vi även anordna Karaokepubar varje termin på vårt kårhus på Pharmen.

Så om du vill ta FaS övvekultur till nya höjder, anordna nästa stora sittning med flera andra program, eller har en karaokeöst att dö för, joina Kulturutskottet!

Kulturutskottet 2023

Internationella utskottet (IU)



IU har dessutom kårens bästa fika på sina möten.

Kårens internationella utskott (IU) ser till att ni farmacistuderanter får tillgång till internationella erfarenheter och influenser under er studietid. IU informerar om uppkommande internationella kongresser samt kan rådgöra kring hur du som farmacistudent gör för att åka på utbyte under din studietid.

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 farmacistuderanter är välkomna att delta på, mot en avgift, något som alltid är likvärdigt och roligt!

Under 2024 har IU planer på att anordna kårens första inspark för masterstudenter, inför och under HT24, vill du vara med i detta? Kontakta då IU på IU@farmis.se. IU kommer också 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.

Lika villkors-utskottet:



Utskottet för lika villkor är ett utskott som består av en ordförande, vice ordförande samt kårens studiesociala ledamot. Vår uppgift är att bedriva det proaktiva arbetet för lika villkor på kåren. Om du har förslag på hur vi kan jobba med lika villkor och inkludering kan du alltså vända dig hit! Det är även hit du vänder dig om du 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 har idéer på hur vi ska arbeta med lika villkorsfrågor, mejla utskottets ordförande på likavillkor@farmis.se



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 före-

Pharmadakommittén HT19/VT20 tagen både före och under mässdagen. Mer information om hur man ansöker till företagsvärd kommer i början av vintern 2023/2024 på www.pharmada.se.

Året 2024 kommer Pharmada anordnas på BMC i salen B10 och i A7:2. 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.

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

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 discussionsforum 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 kallelsen till studieråden, mer information eller har du frågor, maila vicut@farmis.uu.se

Valberedningen:

Som medlem i valberedningen är man med och håller i valmöten. På valmöten väljs majoriteten av alla ämbeten och funktionärer som finns på kåren. Man är också ansvarig för att ta fram huvudkandidater till kårens styrelse. Valberedningen är ett perfekt första ämbete eftersom det gör att man snabbt får en bra överblick på vad man kan göra på kåren! Är du intresserad av valberedningen får du jättegärna kontakta oss via vår mail (val@farmis.se), vår instagram (farmisvalen) eller facebook (Farmis valberedning)



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! Sida 40



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.

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 prinsessstårta!

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.

Gästkort: Tillfälligt nationskort* för de som pluggar men inte i Uppsala.

Högtidsdräkt: Det man har på sig när man går på bal. välj mellan frack, balklänning, religiösa högtidsdräkter, militära högtidsdräkter eller folkdräkt

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 (KK): Samarbetsorgan för nationerna*. Hjälper oss bland annat med gästkort*

och ansvarar för många akademiska högtider och samordnar aktiviteterna nationerna anordnar.

Kvalborg: Dagen innan valborg*.

Kårmöte: Kårens högst beslutande organ. Här väljs vissa nya ämbetspersoner 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!

Nationskort: 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 medbrottsling 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 stjal 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 Agent Isofluran som tog sin tid för att skriva denna amöbaspecial!

Tack till redaktionen för teknisk hjälp och stöd!

Tack till kårstyrelsen, andra utskott och kommitéer som kom med texter!

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

Tack till amöberiet för deras hjälp och input i tidningen.

Speciellt stort tack till Agent Linezolid för krönikan.

FaSK

Farmaceutiska Studentkårens Kalendarium

Kontaktuppgifter

Pharmens telefonnummer
Ordförande.....079-334 08 94

Styrelsejour
Måndagar.....13.00-17.00
Torsdag.....13.00-17.00

Inspektor
Prof. Anders Karlén.....018-471 42 93

Proinspektor
Dr. Anne-Lie Svensson.....018-471 49 30

Kårens Presidium
Ordförande
Sebastian Månsson
ordf@farmis.se
Vice ordförande med ansvar för ekonomi
Ludvig Wettervik
vicek@farmis.se
Vice ordförande med ansvar för utbildningsfrågor
Johannes Schwarz
vicut@farmis.se
Övriga styrelsemedlemmar
Sekreterare
Linnea Engström
sekr@farmis.se
Klubbmästare
Isabel Stridh
klm@farmis.se
Studiesocial ledamot
Mikaela Johnsson
soc@farmis.se
Arbetsmarknadsansvarig
Edvin Stephansson
arb@farmis.se
Handläggare
Josefine Strömbom
handl@farmis.se
PR-ansvarig
Julia Norlin
pr@farmis.se

Alltid på Pharmen

Farmispub
Onsdagar.....17.00-sent

Caphé Coffein
Måndagar.....16.00-18.00

Dragosrep
Torsdagar.....19.00-sent

, 24

■ RINFO ■
REPTILEN INFORMATION