

3 de juliol 2024

www.amicsuab.cat



BUTLLETÍ D'AMICSUAB



Universitat Opina

Reforma laboral i pensions

El passat dia 11 de juny a les 18 h va tenir lloc a la Biblioteca Mestre Martí Tauler la darrera conferència Universitat Opina del present curs al voltant del Sistema de Pensions, a càrrec de Martín Marcos, advocat especialista en laboral.

Després de fer una retrospectiva per la història i antecedents del sistema de pensions establert durant el s. XX, Marcos va fer una breu explicació de com es fa el càlcul de les pensions, reflexionant sobre com factors com l'augment de l'esperança de vida o el descens de la natalitat van en detriment d'un

sistema de pensions fixes i indefinides que esdevé molt poc sostenible i deficitari.

FESTA DEL SOLSTICI



El passat 20 de juny, la nostra seu, la Torre Vila-Puig, va acollir la Festa del Solstici 2024. L'esdeveniment de comiat del curs acadèmic i l'inici de l'estiu va reunir al voltant de 100 persones, que van poder gaudir d'una vetllada magnífica plena de companyia i bons moments.

Volem agrair als nostres patrocinadors la seva participació i ajuda en aquest gran dia i a tots als assistents per compartir aquesta estona conjuntament!

agoraGRAFICA
design&creativity des de 2004

appec
editors de revistes i digitals

ARTBO



FUJIFILM



La bolsera



Orlum



UAB
Universitat
Autònoma
de Barcelona

**COL·LABORADORS
FESTA DEL SOLSTICI
2024**

La veu del soci

Article d'Antoni Narbona, titulat en fisioteràpia i infermeria per la UAB.



L'Estalvi de Salut, va més enllà de la Promoció de la Salut i de la Prevenció, i no depèn dels Serveis de Salut, sinó que és responsabilitat nostra.

L'Estalvi de Salut comporta fer ús de les nostres capacitats i potencialitats de forma coherent i racionalitzada per invertir en salut, minimitzant les repercussions negatives sobre el nostre estil de vida.

Consisteix a mantenir, el màxim temps possible, les nostres condicions de salut i saber administrar-la, sense malbaratar-la.

I quins avantatges té? Per la persona, una millor qualitat de vida i afegir no només vida als anys, sinó també vida a la vida. I pel sistema de Salut, un estalvi de recursos, a nivell humà, econòmic i material i una millora en els nivells d'atenció.

Per poder treballar l'Estalvi de Salut és necessari que la població estigui educada en salut, estimulada i sigui conscient que el cos té memòria i allò que li fem de bé o de malament, al cap del temps ens ho recorda.

Sabem que tot estalvi implica un cert sacrifici, però a la curta i a la llarga, ens permet viure millor.

Moltes vegades financem la nostra salut, amb medicaments, substàncies tòxiques o amb els "ja ho faré", els "després" etc., sense pensar que aquests crèdits s'han de retornar, amb els seus interessos, i que alguns són tan elevats que ho paguem amb repercussions en altres òrgans del nostre cos.

Per tant, pensem que més val estalviar i tirar dels nostres estalvis que recórrer a aquests tipus de crèdits.

L'estalvi de salut potser no sempre ens pot fer la vida més llarga, però segur que ens la farà més ampla.

Partint del concepte que la Salut és un procés de Variació, Adaptació i Normalitat continuada, treballem per estalviar salut Física, mantenint el moviment, que ens dona llibertat, autonomia i en definitiva vida i a nivell Psíquic, Social i Emocional, cuidem els nostres espais neutres.

** Les opinions expressades a la secció de La veu del soci no reflecteixen necessàriament la d'AmicsUAB.*

JUNY 2024

FESTA DEL SOLSTICI

El passat dijous 20 de juny va tenir lloc aquesta festa que hem reprès després de molts anys.





CÀPSULA DE CONEIXEMENT

Durant aquest mes s'ha publicat una nova càpsula: "Drets LGTBI+ a Europa". Amb Lidia Ballesta, professora de l'Àrea de Dret Internacional Públic (UAB) i responsable del projecte: *Dimensiones Transnacionales de la Igualdad y Derecho (DiTrlg)*

[En aquest enllaç la pots visualitzar](#)

Propers esdeveniments

30

Setembre a les 19:00 h

ACTE INAUGURAL CICLE ONE HEALTH

Conferència a càrrec de Maite Martin, presidenta de la plataforma One Health i exdegana Facultat de Veterinària de la UAB.
A l'Ateneu Barcelonès.

21

Novembre a les 18:00 h

FESTA PREMIS AMICSUAB

Un any més celebrem la Festa Anual dels Premis a la Casa de la Convalescència. Guardeu-vos la data!

NOVA MODALITAT: SOCI COL·LABORADOR

**Cal ser soci numerari i fer una
aportació a partir de 50 € anuals**



Gràcies a això contribuiràs a que puguem seguir duent a terme activitats com les càpsules de coneixement, cicles culturals, sortides empresarials, culturals i a l'entorn de la UAB.

Si vols més informació contacta amb nosaltres a l'adreça: benvinguts@amicsuab.cat. Amb l'assumpte: soci col·laborador.

Per veure totes les activitats que organitza la UAB

Per a més informació o per participar en *La veu del soci* i deixar el teu article o recomanació, escaneja el QR on trobaràs les nostres xarxes socials o contacta amb nosaltres a través del correu electrònic benvinguts@amicsuab.cat o al telèfon 93 581 14 90.



[Veure aquest mail en un navegador](#)



Protecció de Dades Personals: D'acord amb el Reglament General de Protecció de Dades (RGPD) i la Llei Orgànica de Protecció de Dades i Garantia dels Drets Digitals (LOPDGDD), l'informem que les seves dades personals estan essent tractades per **ASSOCIACIÓ D'AMICS DE LA UNIVERSITAT AUTÒNOMA**

DE BARCELONA (en endavant, **AMICSUAB**) amb la finalitat d'enviar-li informació i promocions relacionades amb els nostres serveis en base a la relació contractual que ens uneix i el seu consentiment. No es cediran dades a tercers excepte obligació legal. Pot revocar el seu consentiment, així com exercir els seus drets d'accés, rectificació, supressió, oposició, portabilitat i limitació del tractament, enviant un correu electrònic a benvinguts@amicsuab.cat. Per a més informació sobre el tractament de les seves dades personals pot consultar la nostra [Política de Privacitat](#).

Donar-se de baixa: Si no vol seguir rebent les nostres comunicacions, pot donar-se de baixa fent [clic aquí](#) o escrivint a l'anterior correu electrònic.

This email was sent to <<Email Address>>

[why did I get this?](#) [unsubscribe from this list](#) [update subscription preferences](#)

Associació d'Amics UAB · carrer Vila-Puig, s/n, Torre Vila-Puig, Campus UAB · Bellaterra (Cerdanyola del Vallès), Barcelona 08193 · Spain

