

100

La Passoire

8 octobre 2019

Journal hebdomadaire du
Tutorat Niçois

Interview

Il était une fois...

... La Passoire ! Ce semestre, elle fête son 5^e anniversaire et son 100^e numéro ! C'est en 2014 que Léonor Clerici a donné naissance à ce beau petit bébé.

Retour aux sources ! Afin de fêter dignement le 100^e numéro de votre journal préféré, nous avons trouvé sympatoche d'interviewer la Maman de La Passoire, celle sans qui vos lectures post-tutorat et post-CCB perdraient toute leur saveur...

La Passoire, ça vient d'où ?

L'idée m'est venue lorsque je suis devenue chef tut' : je réfléchissais à quoi apporter de plus que les QCMs/Forum, et il m'a semblé que tout ça manquait parfois de fun, d'un truc pas prise de tête mais qui en même temps créerait du lien dans une promotion "en compétition". Les lycées américains ont des magazines de ce genre, j'ai pensé que c'était une bonne idée ! Le nom c'est un tuteur de bioch' qui l'a trouvé, c'était proche phonétiquement de PACES et y'avait la notion de filtre, c'était parfait !



Dur de convaincre la Fac ?

Oui, plutôt. L'intérêt de la Passoire n'est pas forcément évident au premier plan : « *Bonjour on veut faire un journal rigolo pour les P1 et on a besoin de 1500 € pour les impressions* ». Disons que ça manquait de sérieux, mais on a pu les convaincre qu'un papier avec de la bonne humeur dessus ça pouvait toujours améliorer la qualité de vie des étudiants...

Trouver de la relève : facile ou pas ?

Oui et non, certains étaient très chauds mais n'étaient pas bien nombreux ! Beaucoup m'ont vu me prendre la tête à rédiger (et faire rédiger) les numéros pendant mon année de chef tut', c'était beaucoup de travail, je faisais toutes les BD puis les horoscopes... J'ai dû continuer à gérer la Passoire en 4^e année avec une amie, mais à un rythme hebdomadaire donc c'était tout autant de travail, il m'est arrivé d'écrire des numéros quasiment toute seule...

Après ça s'est installé dans les mœurs, les P1 ont pris l'habitude de recevoir La Passoire et sont devenus de formidables rédacteurs après leur concours. La relève était assurée !

Ton avis sur l'évolution de La Passoire, de sa création à aujourd'hui ?

J'avoue ne plus lire La Passoire actuellement... j'aime bien le nouveau format, ça fait gazette et c'est plus sympa. Je n'avais ni le temps ni les connaissances en design, les premiers numéros c'était vraiment du bricolage, le contenu était ce sur quoi on se focalisait, mais c'est très bien d'avoir pu proposer un contenant plus joli et plus enthousiasmant !



Et toi, où en es-tu dans tes études maintenant ?

Je suis jeune interne en psychiatrie, payée moins que le SMIC horaire mais très contente de mon choix de spécialité ! Je continue la musique, la cuisine, et je salue toujours Gilson quand je le croise dans le couloir, finalement depuis l'époque rien n'a changé (d'ailleurs, allez lire cette interview quand même, elle est exceptionnel- léric) !

Il faut toujours des conseils à la fin des interviews, alors : travaillez, aérez-vous de temps en temps pour pas devenir un de mes patients et lisez La Passoire ;)

Léonor & les Passoire gurls

Maïeutique

Tout ce qu'il faut savoir sur l'un des plus beaux métiers du monde (rien que ça !)

Le métier de sage-femme est une profession médicale de santé, avec à la clé un diplôme d'État Bac +5, soit l'équivalent d'un Master. Alors, faisons le point sur nos compétences !

Le suivi gynécologique de base

Et oui, tu n'étais peut-être pas au courant, mais la sage-femme peut s'occuper de tout le suivi gynécologique de base de toutes les femmes en bonne santé, enceintes ou non. Contrôle de routine, prescription de contraceptif, pose de stérilet/implant, plus besoin de prendre un rendez-vous chez ton gynéco 6 mois à l'avance : va voir une sage-femme toute douce.

Le suivi prénatal

La sage-femme s'occupe seule du suivi de la grossesse. Elle pourra ainsi faire la déclaration de grossesse, les consultations, les échographies, la préparation à l'accouchement, le monitoring, le dépistage des pathologies... Elle s'occupe de tout ce qui est physiologique ! Dès qu'une situation pathologique se présente, elle est en mesure de la dépister et de passer le relais au gynécologue-obstétricien avec qui elle travaille en collaboration.

L'accouchement

Elle s'occupe seule du travail et de l'accouchement par voie basse tant qu'il reste physiologique une fois encore : positionnement, épisiotomie, révision utérine. Elle s'occupe aussi du nouveau-né durant les premières minutes de sa vie : premiers soins, examens de naissance et réanimation en attendant le pédiatre, si nécessaire.

Suivi postnatal

Après l'accouchement, la sage-femme s'occupe de la mère en suites de couches ainsi que du bébé au cours de ses premiers jours de vie. Elle peut, par exemple, conseiller la mère sur l'allaitement et veiller à ce que le lien mère-enfant s'établisse bien.

De nouvelles compétences

Depuis quelques années, la sage-femme a acquis de nouvelles compétences. Dorénavant elle peut vacciner le bébé durant les premières semaines de vie ainsi que l'entourage proche du nouveau-né. De même elle peut prescrire et accompagner les femmes au cours de l'IVG médicamenteuse.

Et maintenant, où peut-on exercer ?

Tu as le secteur hospitalier qui regroupe le public et le privé. Dans le privé, la sage-femme s'occupe du suivi du travail puis passe la main au gynécologue pour l'accouchement. Les suites de couches sont tout de même gérées par les sages-femmes. Ensuite, il y a le secteur libéral, la PMI (protection maternelle infantile) mais aussi les cadres sages-femmes en ESF (école de sage-femme). Les salaires varient en fonction d'où la sage-femme exerce et du grade acquis.

La formation

Concernant les études, les 4 années après la P1 (Ma2, Ma3, Ma4 et Ma5) se déroulent à l'école de sages-femmes, située sur la Moyenne Corniche vers le Mont Boron. Au cours de la formation, tu jongleras entre apports théoriques en cours, travaux pratiques sur simulateurs et de nombreux stages pour mettre tout ça en pratique !

Dernier petit point, il existe en parallèle de la formation de base des DU (Diplômes Universitaires) en tout genre qui permettent un élargissement des compétences. Vous trouverez parmi eux des DU : d'hypnose, d'échographie, d'acupuncture, d'allaitement, de médecine fœtale, de suivi des grossesses à risques et j'en passe !

N'hésitez pas à aller jeter un coup d'œil sur le site du Conseil National de l'Ordre des Sages-Femmes ainsi que sur le site de l'ANESF et à me contacter en MP pour plus d'infos !

L'assos'bolo

BDE Médecine

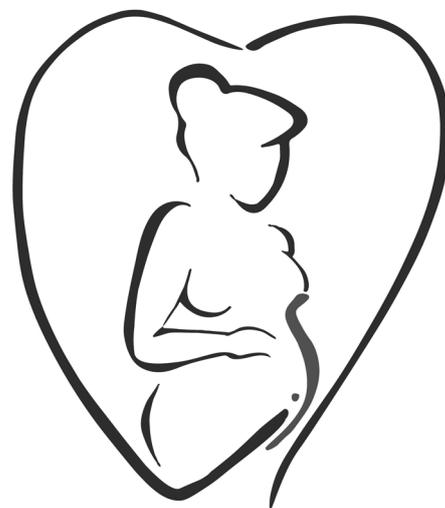
Mais le BDE médecine... késako ? Et bien c'est une association d'étudiants répartis en différents postes, ayant pour but d'animer la vie étudiante. Nous sommes 16, et nous comptons dans nos rangs : président, secrétaire, trésorière, responsables de la communication, des ronéos, des événements, de la création, de la pédagogie, du pôle sport/culture, de la logistique, et des relations avec les entreprises partenaires et enfin les responsables de la représentation au niveau national.

Vous nous avez sûrement déjà rencontrés lors des permanences pour les cartes ronéos et lors des distributions du mardi après-midi. C'est aussi nous qui organiserons votre soirée post-partiel en décembre ! Nous vous représentons aussi au niveau national notamment concernant la réforme de la PACES.

Nous sommes donc une corporation très polyvalente, on vous tire vers le haut et le bas à la fois.

Force à vous pour cette année difficile mais réalisable ! Donnez tout et vous ne le regretterez pas !

Les Carabins EX Machina



Promo SF 2016-2021

Kézako ?

C'est une méthode organisée de révisions qui consiste à voir un cours à des intervalles déterminés de plus en plus espacés dans le temps afin de réaliser un apprentissage progressif.

Pourquoi ?

La mémoire est constituée de 3 étapes :

1. **Encodage** : phase d'apprentissage qui concerne la mémoire à court terme : c'est le moment où tu lis ton cours pour la première fois.
2. **Stockage** : phase de consolidation, ce sont les révisions du cours, c'est ce que va permettre cette méthode de façon approfondie au fur et à mesure que tu revois ton cours.
3. **Rappel** : phase de restitution de l'information devant le sujet le jour du concours.

Les informations que vous allez lire pour la première fois sont rangées dans la mémoire à court terme et vont donc s'effacer naturellement avec le temps. Les revoir juste avant que vous ne les oubliez permettra de les déplacer petit à petit dans la mémoire à long terme (c'est comme un vaccin). La mémoire fonctionne ainsi scientifiquement parlant. Cette méthode est donc une technique stratégique !

Méthode des Jours

... ou méthode des "J" pour les intimes !

En pratique

Tu vois un cours pour la première fois un Mardi par exemple, nommé J1 (ou J0 au choix), tu le revois à J3 (Jeudi) puis J10 (Jeudi de la semaine d'après) et ainsi de suite ! Et tu notes tout ça sur ton planning dès le J1. Au bout de 4-5 lectures tu peux ranger le cours dans des révisions générales de la matière la semaine précédant le tutorat concerné.

Il faut accepter de ne pas tout connaître dès le J1 (parce que tu vas passer trop de temps dessus et la mémoire étant sélective tu ne retiendras pas tout de toute façon).

À J1, on lit le cours de manière intéressée, on apprend les généralités et on lit le reste, à J3 on récite ce qu'on connaît, on cible ce qu'on a oublié et on approfondit un peu plus en apprenant les détails, à J10 on répète et on va chercher plus loin dans les détails, exceptions, on commence à s'entraîner.

À force vous allez connaître le cours sur le bout des doigts et sur le long terme !

Les avantages

Avoir une bonne organisation (good pour les éparpillés et stressés), ne pas oublier de réviser certains cours ET s'accorder avec sa mémoire en déterminant les J qui conviennent le mieux à ta mémoire.

Les inconvénients

Les cours peuvent rapidement s'accumuler. *Alors que faire ?* Il faut raisonner par priorités. Si tu as 8 cours à faire par exemple mais que tu ne peux qu'en faire 6, tu gardes les premiers rappels qui sont prioritaires et tu peux décaler les J25 ou plus !

Si vous avez des questions, n'hésitez pas à m'envoyer un message sur fb ou le forum !

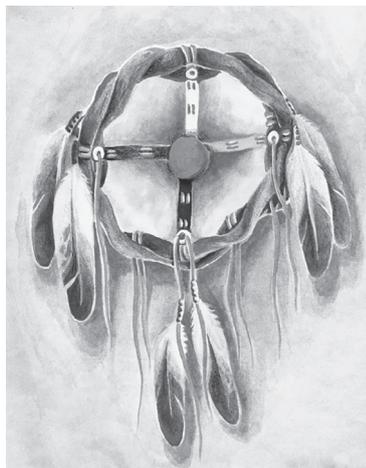
Ornella RUIMY - Messody

Culture confiture

La Roue de Médecine

Depuis des siècles, la Roue de Médecine reste un des piliers du quotidien et de la culture amérindienne. Elle rassemble dans son cercle de vie les symboles majeurs qui forment et rythment nos journées. Toujours jouant avec le chiffre quatre, elle nous rappelle les saisons, les éléments, les directions, mais aussi la couleur des peuples, les principales étapes de la vie ou encore les différents volets de notre santé (physique, émotionnelle, mentale et spirituelle). La Roue de Médecine autochtone nous enseigne ainsi à vivre en équilibre avec nous-même, les autres et notre environnement. Prenez-en de la graine ! Plus d'infos sur : <https://cutt.ly/7wKRjBq>

Alison Cattani



« Le Protecteur », Nathalie Coutou, Artiste Métis du Canada



Contre-pet et riz

Balle de match

Qu'est-ce qu'un tennisman adore faire ? Rendre des services.

Culture G ?

Quelle est la différence entre un américain et un yaourt ? Au bout d'un certain temps, le yaourt développe une certaine forme de culture.

DisCrétion

La vitamine C, mais elle ne dira rien.



Graisse-moi la pâte

Le saviez-vous ?

Le « syndrome de Pénélope » peut, entre autres, désigner une pathologie affectant les enfants, effaçant durant leur sommeil ce qu'ils ont appris dans la journée. Le nom est tiré de la mythologie grecque : Pénélope, reine d'Ithaque, épouse d'Ulysse, attendit son mari (parti à la guerre) pendant 20 ans, déclinant les offres de nombreux prétendants (114 en tout) qui ne cessèrent de lui dire que son mari était mort, la pressant de se remarier. C'est là que Pénélope, très astucieuse, inventa un stratagème lui permettant de les tenir à l'écart (a true Queen). Elle s'engage à se remarier uniquement lorsqu'elle aura terminé de confectionner la toile funéraire de son

beau-père. Avec l'aide de ses servantes, Pénélope tisse le jour... et défait chaque nuit la portion de tissu qu'elle a confectionné quelques heures plus tôt. D'ailleurs, l'expression « toile de Pénélope » qui désigne une action qui ne mène nulle part, vient aussi de là.

Lisa Nicollet



Pénélope tissant, Gravure d'après Henry Howard

Coup de pâte

PACES HEBDO n°1

PACES HEBDO

Hmmm ça sent bon les larmes des P1...
je vais leur remettre encore un peu de
thermodynamique moi



Ça me fait
penser que y'a
apéro ce soir...

CHIMIE G(ÉNIALE)



Cuisto chrono

Mousse au café

Humanice a organisé les 10 Nutri-days avec 2 recettes inédites par jour. En voilà l'une des plus simples et rapides : la mousse au café. Il vous faudra 1/2 L de lait, 125 mL de mousse au chocolat, 125 mL de glace au chocolat, 1 cuillère de café soluble et une de sucre. Mixer le tout jusqu'à l'obtention d'une mousse légère. Bon app'!

Constance Prudhomme



Après vaisselle

Touche ta nouille

Son de blé

Relations – Lonepsi ft. Tswe The Kid
Nina Cried Power – Hozier
Emmenez-moi – Charles Aznavour
Shiny car – Brothers
Buttercup – MV | Jack Stauber
Eleanor Rigby – The Beatles

Tu tubes

Playlist : ANIMALIS (OBSERVATION ANIMALE) – Le Grand JD
Vidéo : Blanche Gardin - La télévision / Réfugiés climatiques – Montreux Comedy

Même pas peur

doc: whats ur zodiac sign
woman: cancer
doc: oh what a coincidence



f La Passoire Niçoise

@ la_passoire_nicoise



La Passoire 100

L'équipe : Camille, Lisa & Emma
Conception maquette : Tony

Retrouvez La Passoire sur
www.carabinsnicois.fr/phpbb