



111 La Passoire

18 février 2020

Journal hebdomadaire du
Tutorat Niçois

Culture confiture

Sacré Valentin !

Quatre jours après la date fatidique du 14 février, comment résister à l'envie de lui consacrer un article pour patienter avant son grand retour tant attendu l'année prochaine.

Sacré Valentin... Chaque année, la même rengaine. Il débarque dans nos vies tranquilles pour clôturer la trilogie gastronomique de l'épiphanie et de la chandeleur, et ce, quand tu viens à peine de digérer la facture de Noël. Merci du cadeau !

des meilleurs... Bref il est partout le Valou ! Comme toutes les stars, Valentin a des fans et des haters, à tort ou à raison. Les afficionados sont toujours au top, l'organisation est millimétrée... mais rien n'est trop beau pour ce tombeur. Alors c'est pièce montée, artifices et gâteries en tout genre.

maison, mais quand le jour J arrive... oui, tu paniques, clairement. Le temps presse, les minutes comptent, il faut choisir entre cadeau improvisé et excuses passionnées.



Valentin est un gentil copain à la tendance mégalo : il prend excessivement de place lorsque sa fête arrive. Faut pas lui en vouloir, il est *influencer*. Tout le monde parle de lui. Les affiches à sa gloire sont dressées partout en ville et sur la toile. Les commerçants comptent sur lui pour gonfler les ventes. Et, si tu tapes « *mème St Valentin* » sur Ecosia, tu ne trouveras pas moins de 87 000 résultats. En français. Portugais. Anglais. Espagnol. Allemand. Et j'en passe

Mais pour les autres, c'est une histoire différente. D'abord, il débarque sans t'envoyer de préavis. Sa fête est la seule où on n'est pas trop sûr de vouloir la rappeler aux autres. Honte ou budget cassé, toute raison est bonne pour faire régner la loi d'omerta. Et alors qu'on pensait avoir évité le pire, ton date Tinder te demande ce que tu fais pour le 14.

La seconde option serait d'oublier (consciemment ou non) qu'il passe à la

Bon et pour celles et ceux qui résistent au charme de Valentin, vous ne pourrez ignorer les ravages de sa soirée : le dit suçon pseudo-caché de papa ou maman au matin du 15.



Alison Cattani

Méd'emploi

Comment s'organise la 2^e année de médecine ?

La PACES c'est bien. Mais après ? Je suis en troisième année de médecine et pour votre plus grand plaisir, je vais vous dévoiler les petits secrets de la P2...

Les cours

La deuxième année s'organise en 2 semestres (wow, quelle surprise !), le premier tranquille avec seulement 3 matières :

Biopathologie : ça ressemble à de l'histoire et de la biocell. Au bloc opératoire, on prélève un bout d'organe/un ganglion, qu'on envoie au labo d'anapath. On y traite la pièce pour la visualiser au MO/ME/autre et on déduit tout un tas de truc : cancer/pas cancer ? De quel tissu provient la cellule ? Etc.

Cardiologie

Appareil respiratoire

Le deuxième un peu plus chargé :

Rein et voies urinaires

Appareil digestif

Sémiologie générale : comment partir de nos observations cliniques pour aboutir à un diagnostic.

Tissu sanguin et système immunitaire

BMCP : un peu de biochimie, un peu d'anatomie pathologique et un peu de biologie cellulaire.

UE Master : vous avez le choix entre plusieurs UE Masters, qui ont toutes pour but de vous initier à la recherche médicale.

Anglais : on a environ 9 séances de 2h par an, par groupes de niveaux, pas assez pour réellement progresser en anglais mais qui permettent d'acquérir du vocabulaire médical. On a aussi un exposé par groupe de 3 à faire, qui consiste à résumer un article scientifique.

Les partiels

Les partiels sont en janvier et en mai. Comme en PACES, ce sont des QCM à remplir (beaucoup plus simples, mais parfois hors programme...) et il faut avoir 10/20 dans chaque UE pour passer. Si vous rat-

tez, vous avez les rattrapages début juillet (#lajoie). Si vous ratez encore (1 UE) vous pouvez passer en 3^e année mais avec une dette. Enfin bref ne redoublez pas la P2 pliiiz.

Les stages

Vous commencerez l'année avec 3 semaines de stage infirmier pour apprendre les premiers gestes (lavage des mains, pose de perfusion, prise de sang...).

Attention ! Il vous faut le vaccin de l'hépatite B (qui s'effectue sur 6 mois donc n'attendez pas, vous ne serez pas autorisés à venir en stage sinon !).

Ensuite, vous pourrez effectuer 2 stages d'une semaine en CHU ou hors CHU (au choix), un par semestre. Ce sont des stages d'observation majoritairement, mais je vous conseille de réviser vos cours correspondant avant d'y aller, on pourra vous poser des questions...



Les conf

Vous aurez également des conférences d'anatomie en amphi où le prof explique le cours puis il y a des passages en direct à la salle de dissection et des questions sont posées à des étudiants choisis au hasard. Les moniteurs d'anatomie proposent également d'assister à des dissections directement au labo à d'autres moments.

Grosso modo, la P2 c'est le moment de profiter de la vie, tout en restant sérieux sur ses études. Il y a un vrai saut entre la P1 et la P2, on passe du théorique au concret, du bachotage à l'apprentissage passionnant d'une profession, du rêve à la réalité.

Je vous souhaite à tous de réussir et de venir vivre cette aventure magnifique avec nous !

Camille Labis

Quelques tips pour prendre soin de notre jolie planète :

- 1) Dégivrer tous les 3 mois réfrigérateur et congélateur : une couche de 4 mm de glace double la conso' d'électricité.
- 2) Plutôt que de recouvrir les plats de film plastique, utiliser des tupperwares ou bocaux.
- 3) Privilégier le café moulu plutôt que les petites capsules qui génèrent beaucoup de déchets.
- 4) Chez les marques qui le proposent, acheter plutôt le thé en vrac qu'en sachets.
- 5) Un chasse d'eau = 6 litres. Prendre 365 douches par an en faisant pipi sous la douche = 2190 litres économisés.
- 6) Utiliser des moteurs de recherche « verts » comme Ecosia ou Lilo, reversant leurs bénéfices à des programmes de reforestation ou d'autres projets choisis par les utilisateurs.
- 7) Coller un « stop pub » sur la boîte aux lettres de son logement (bon on sait, c'est pas toujours respecté...). En France, c'est 13.4 millions d'arbres abattus pour fabriquer les prospectus...
- 8) Quand on a un chat, on peut utiliser de la litière végétale agglomérante très absorbante, qui se jette directement dans les toilettes lorsqu'elle est souillée. 100% biodégradable sans aucun additif artificiel et chimique.

Lisa Nicolle



Boulette chaude

Pages carbonara

Quand souffle le vent du nord de Daniel Glattauer – En voulant résilier un abonnement, Emma se trompe d'adresse et envoie un mail à un inconnu, un certain Leo. Ce dernier, poliment, lui signale son erreur. Emma s'excuse, et, peu à peu, un dialogue s'engage entre eux, par mail uniquement. Protégés par un certain anonymat, ils se prennent au jeu et ont tendance à oublier leur vie compliquée.

Lisa Nicolle

Je me souviens d'une brave petite carabine avec un rêve. Afin d'atteindre son rêve, et destin, elle se donna comme défi de vaincre La P1. Ainsi son périple commença.



Le S1, vaillant adversaire, ne la traita point comme prévu. Toute méthode ou arme s'avèrent impuissantes face aux nombreux duels et des heures de sommeil perdues l'achevèrent jour après jour. Le S1 devint alors son pire ennemi. Mais son rêve ne la lâcha point. La fin du S1 arriva et le premier coup frappa : elle perdit face à son ennemi. Mais était-ce une raison pour abandonner ? Jamais. Au cours du S2 elle prit le temps pour apprendre de ses erreurs et trouva ce qu'elle pensait être la bonne stratégie, lui permettant de se hisser au niveau de ses téméraires concurrents. Pourtant encore loin d'atteindre son rêve, son périple continua.

L'épopée pacesienne

Comment j'ai vécu ma P1 ? Laquelle des trois ?

Elle s'aventura pour la deuxième fois au combat, cette fois avec l'arsenal nécessaire et un peu plus de confiance. Hélas, l'imbattable S1 tenta jour après jour de l'arracher à son rêve. Elle riposta, se battit et l'attaqua de toutes forces, son rêve ne l'abandonnant point. Puis le S2 arriva, il joignit ses forces avec celles du S1 et ensemble vainquirent cette brave carabine. Ainsi, le deuxième coup frappa et elle tomba.

Si près du but, à douze concurrents près, elle échoua une nouvelle fois. Son monde s'écroula, elle s'égara dans ses pensées. Son ambition s'ébranlait. Son destin et son rêve étaient-ils des adversaires ? Échouer si près de son objectif, était-ce une raison pour abandonner ? Ou au contraire pour se relever ?

Son rêve resta au fond de ses pensées et il ne l'abandonna pas, alors pourquoi donc l'abandonnerait-elle ? Contre toute attente,



elle décida donc de se relever. De retenter une troisième et dernière fois à la conquête de La P1. Mais par quel moyen ? Combattre son ennemi par la force n'était pas la bonne stratégie... Après des mois de réflexion, la solution devint évidente. Elle s'allia donc à son ennemi et ensemble ils trouvèrent un milieu d'entente. Après des maintes nuits de détermination et d'acharnement, tous les deux trouvèrent le chemin de la réussite. Enfin elle salua son ennemi devenu son ami et l'accompagna sous l'aube pour rejoindre le royaume des P2.

GRUCHIS

Recherche

Bibli'automatisme

2003. Aarts et Dijksterhuis étudient des étudiants. Ces derniers vont être divisés aléatoirement en deux groupes suivant la consigne : la moitié des sujets devait juger le caractère esthétique d'une bibliothèque. L'autre moitié devait s'imaginer circuler dans cette bibliothèque. Tous les étudiants participants réalisaient ensuite une seconde tâche dans laquelle ils devaient lire à voix haute des mots présentés sur un écran. Un dispositif enregistrait les décibels des mots ainsi prononcés pour chaque sujet. Les résultats sont les suivants : les étudiants placés dans la seconde condition

(s'imaginer circuler dans une bibliothèque) énonçaient les mots à voix plus basse que les participants de la première condition. Ces résultats s'expliquent par le fait que les étudiants savent qu'il faut être discret dans une bibliothèque et le simple fait de s'y être imaginé a enclenché un schéma comportemental automatique.



Lisa Nicollet



Contre-pet et riz

Surprise !

Aujourd'hui, podologue, je demande à un patient d'enlever son pantalon pour un examen clinique afin de vérifier qu'il n'y ait pas de bascule de bassin. Il portait un string noir dentelle, testicules épilés apparents. Je n'ai pas osé tenter l'examen dynamique. VDM



Pastage box

Ma 1^{ère} garde au SAMU

Arrivée à 18h30, j'enfile ma tenue, récupère mon bip et m'installe dans la salle de repos. L'excitation est à son comble, je me vois déjà dans le camion slalomant entre les voitures à toute vitesse. Première mission, un homme d'une soixantaine d'année qui présente une douleur thoracique compatible avec un infarctus du myocarde, arrivés sur place l'ECG est pathologique, le patient est alors emmené directement en soins intensifs cardio. Une fois de retour à Pasteur 2, on décide de manger (on ne sait jamais on peut être appelé à tout moment) et puis quelques missions s'enchaînent plus ou moins intéressantes mais qui restent enri-

chissantes. C'est assez particulier de voir un patient dans son environnement personnel et d'entrer dans son intimité. L'heure du coucher arrive. Je ne vous cache pas mon inquiétude "et si je n'entends pas le bip comment je fais?". Tellement sur le qui-vive que je dors avec mes chaussures (mon objectif : gagner du temps). En réalité tu dors à moitié dans ces moments-là, le moindre bruit te réveille et tu te retrouves sans t'en rendre compte dans le camion vers une nouvelle mission! En sommes une bonne expérience, j'ai hâte d'en refaire d'autres!

Hajer

Barre de céréales

Prendre un sachet de marshmallow et le faire fondre dans une poêle. Ajouter la quantité souhaitée de peanut butter. Mélanger le tout. Recouvrir ensuite de céréales au chocolat du petit déjeuner (Coco Pops par exemple) et mélanger. Sur du papier cuisson, tout étaler et aplatir pour avoir l'épaisseur d'une barre de céréales. Laisser refroidir. Yummy.

Camille Labis



Touche ta nouille

Son de blé

Summer Days – Martin Garrix Feat. Macklemore & Patrick Stump
The Words – Freedom Fry
You Should Know – Breakbot Feat. Ruckazoid
Stop This Flame – Celeste

Même pas peur

Doc: are you currently seeing anyone?
Girl: no
Doc: holy shit I'm right here lol you must be blind af



À vos stylos!

Mots mêlés par Lisa Nicollet

C'EST STUPÉFIANT, HEIN ?

DITES NON NON A LA DROGUE

D Y A X U B N K I Q H K C O C A I N E D
X H R Y C F S G I H C Y S Q R T C S G A
X N U U R X U Y M I R O U W X V K A V V
R I O W H S F C X Z S N B A R I F R L L
F U A X E H E N N P P Z U Ç I L H H V F
E Y G K B U N D P G E H T E T F L T B V
N J G D M E T H A D O N E B A I M Y P H
T K C R O A A W L B N A X U L T Z F J B
A Z I R Y J N O A U E E G J I Z Q X I P
N X V F E X Y P J P O D Y X N D Z T H I
Y C O O D H L I X R X C S K E S E B E M
L N D Z Q F O U Ç E Y J F Y J H I T Y S
Y U B B B K C M M N M O R P H I N E N W
S F S H B T I E O O X Y C O D O N E R Z
G G C Ç J X Y M L R H U I R Z W Ç O A H
K T F G D M Z O L P I D E M T P L B W A
S K E N A N Ç U H H G J O F B T O R I L
A B H F P H Y M C I L L Z T L H H H X E
B S U O R A F C M N Y W U J A U P W O V
Ç J Z H M J H T U E D U R O G E S I C Z

FENTANYL

RITALINE

METHADONE

DUROGESIC

MORPHINE

OXYCODONE

ZOLPIDEM

COCAINE

BUPRENORPHINE

SKENAN

SUBUTEX

SUFENTANYL

OPIUM



 **La Passoire Niçoise**

 **la_passoire_nicoise**



La Passoire 111

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

Retrouvez La Passoire sur
www.carabinsnicois.fr/phpbb