

Le tutorat niçois





Sommaire

I- Introduction

II - Entraînements

III - Parrainage

IV - Aides proposées

V - Réseaux





Qu'est ce qu'est le Tutorat ?

- Une aide **GRATUITE** et un soutien pour **TOUS** les étudiants en LAS
- **L'UNIQUE** service reconnu et soutenu par la Faculté de Médecine
- En **relation** avec les professeurs, l'administration et la direction
- **Nécessaire** et **Suffisant** à la réussite

L'équipe



- 7 Chef(fe)s Tuteurs chargés de gérer le Tutorat
- Une équipe de **58** tuteurs spécialisés dans une matière
 - Pour **toutes** les matières de **santé**
- Rédaction par les tuteurs de **fiches** de cours et de **QCMs** pour s'entraîner





La Tut' rentrée est :

- Une pré rentrée en **présentiel** les dernières semaines d'**août** et en **semi-présentiel** en **janvier** avec des cours en vidéos sur **YouTube**
- Permet d'avoir une **première approche** des cours
- Cours, ateliers méthodos et support de cours réalisés par les tuteurs
- **Nécessaire** et **indispensable** mais surtout **gratuite**





Entraînements

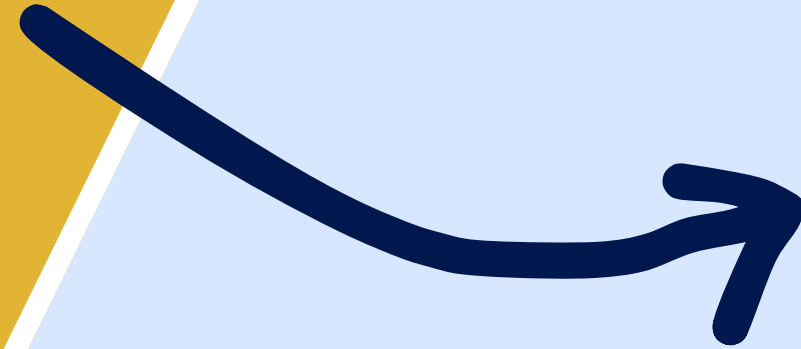


**SÉANCES
D'ENTRAÎNEMENTS**

**DM ET QCM TOUT AU LONG
DE L'ANNÉE**

ÉPREUVES BLANCHES

SÉANCES D'ENTRAÎNEMENTS



- Tous les **samedis matin**
- En **distanciel** sur la plateforme **UNESS**
- **Corrections** sur le forum dans la journée
- Sur 2 séances : toutes les matières du semestre
- **Résultats anonymes** dans la semaine

Par exemple...

Question 1

Terminé

Noté sur 1,00

[Marquer la question](#)

Concernant l'anatomie générale de l'encéphale, donnez la(les) réponse(s) exacte(s) :

- a. Le gyrus post central est en arrière de la fissure central, c'est là qu'arrive la voie sensitive principale
- b. Le gyrus pré central est en avant de la fissure centrale, c'est de là que part la voie motrice principale
- c. Les gyrus permettent d'augmenter la surface du cortex, permettant d'atteindre 1,5 m²
- d. Le cerveau humain est par conséquent dit « lissencéphale »
- e. Les propositions A, B, C et D sont fausses

Question 2

Terminé

Noté sur 1,00

[Marquer la question](#)

Concernant l'organisation du diencephale, donnez la(les) réponse(s) exacte(s) :

- a. Le thalamus est un noyau relais sur les voies sensibles et extrapyramidales
- b. L'antéhypophyse fait partie du SNC et sécrète l'hormone antidiurétique et l'ocytocine
- c. La post-hypophyse ne fait pas partie du SNC et sécrète des stimulines
- d. L'épiphyse est considéré comme le centre anatomique du cerveau
- e. Les propositions A, B, C et D sont fausses

Quelques QCMs d'anatomie...



ÉPREUVES BLANCHES



- **3 examens blancs** par semestre (6 au total sur l'année)
- QCMs **représentatifs** et **relus** par les professeurs +++
- En **présentiel** sur le campus de Saint-Jean d'Angely
- En **condition d'examen** (temps, organisation des épreuves, nombre de QCM)
- **Corrections et résultats** sur le forum

Les séances tut' et les examens blancs offrent donc la possibilité de suivre un planning de révision



DEVOIRS MAISONS/QCM



- **QCMs** et **entraînements** ludiques faits par les tuteurs dans le but de cibler des **points de cours précis**
- **Disponibles** sur le **forum** au même titre que les fiches de cours/récap
- **Corrections** sur le forum
- En format **PDF** pour les DMs
- Sur **Kahoot/Socrative** ou autres...

Par exemple...

DM TTR n°1 : Cytosquelette

Tutorat 2024-2025 : 10 QCMS – Durée : prenez votre temps 😊



QCM 1 : À propos du cytosquelette, indiquez-la(les) proposition(s) exacte(s) :

- A) Le cytosquelette correspond au squelette dynamique de la cellule eucaryote
- B) Celui-ci est responsable uniquement du mouvement de celles-ci
- C) Il existe 3 types de filaments qui le composent : les microtubules, les filaments intermédiaires et les macrofilaments
- D) On peut alors le retrouver par exemple dans la partie liquide contenue dans le noyau (=le cytosol)
- E) Les propositions A, B, C et D sont fausses

QCM 2 : À propos des microfilaments d'actine, indiquez-la(les) proposition(s) exacte(s) :

- A) L'actine joue un rôle structural
- B) La myosine joue un rôle structural
- C) L'équilibre polymérisation/dépolymérisation est un processus dynamique
- D) L'actine représente 5% de la masse protéique des cellules musculaires
- E) Les propositions A, B, C et D sont fausses

QCM 3 : À propos des microfilaments d'actine, indiquez-la(les) proposition(s) exacte(s)

- A) La cytochalasine D favorise la dépolymérisation en bloquant la polymérisation
- B) Le filament d'actine est flexible et a un diamètre de 24 nm
- C) L'actine F est un polymère dit fibrillaire
- D) La profiline est utilisée comme marqueur associé à un fluorochrome en microscopie à fluorescence pour visualiser le cytosquelette
- E) Les propositions A, B, C et D sont fausses

QCM 4 : À propos de la myosine, indiquez-la(les) proposition(s) exacte(s)

- A) La myosine possède une tête globulaire conférant la spécificité d'action
- B) La myosine possède une queue allongée permettant de libérer la force motrice grâce à l'hydrolyse de l'ATP
- C) On retrouve de la myosine 1 au niveau de l'appareil contractile du muscle squelettique
- D) Mais non pas du tout la myosine 1 tout comme la myosine 5 est fixée au niveau des membranes nucléaires
- E) les propositions A, B, C et D sont fausses

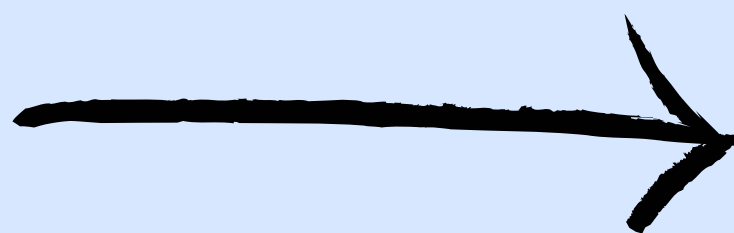
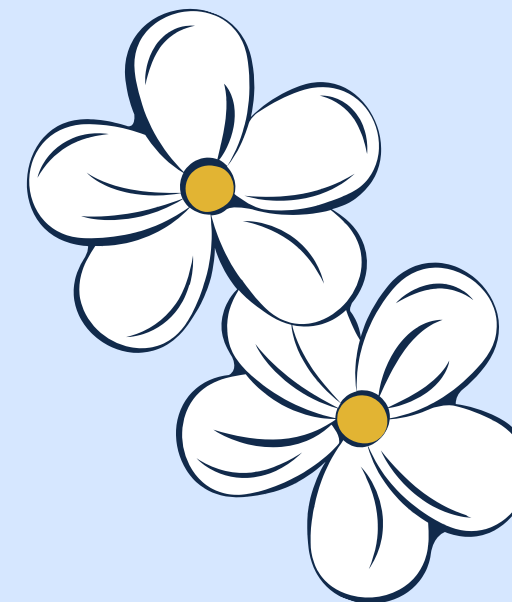


Un DM de Biologie Cellulaire...



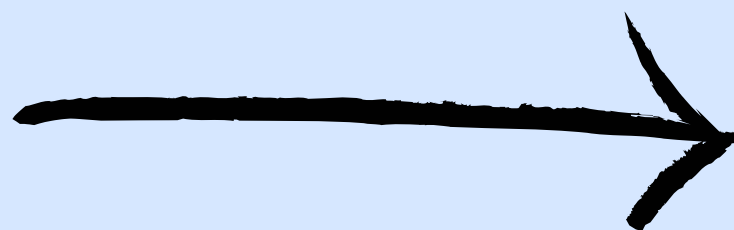
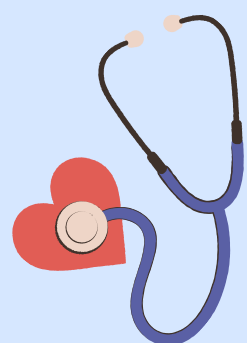


Parrainage



2 étudiants en santé

FAMILLE



**Maximum 6
étudiants en LAS**





Le rôle des parrains/marainnes

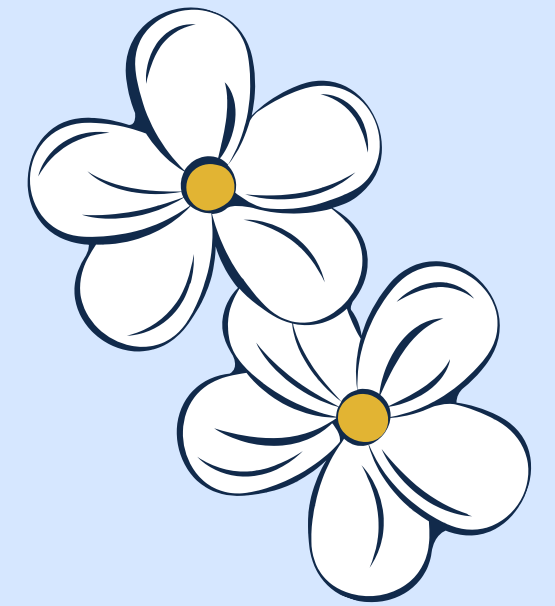


- **Soutenir**
- **Apporter de la sérénité**
- **Motiver**
- **Rassurer**
- **Aider pour l'organisation**
- **Aider méthodologiquement**
- **Partager son expérience**
- **Être à l'écoute**
- **Prendre des nouvelles**
- **Conseil pour gérer le stress**





Comment y avoir accès ?



**Volontariat
de la part des
étudiants en
santé**

**Possibilité de
choisir sa
famille (dans la
mesure du
possible)**

**Sur
inscription
au début de
l'année**

**100%
gratuit**

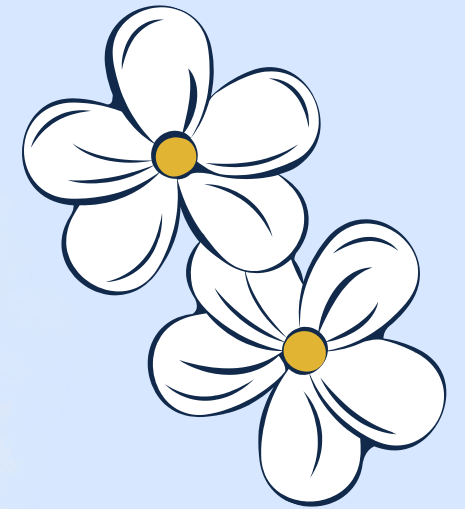
**Sur le
Facebook
du tutorat
niçois**





**Parrainage en
fin d'année**

**Nouveaux
parrains/marraines**



Parrainage oraux

**Aide et conseil
pour les oraux**

**Nouvelle
inscription**

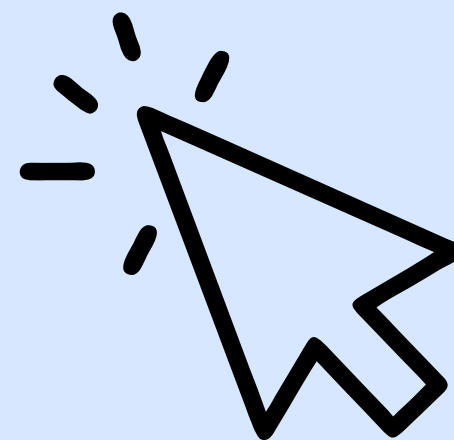




LE FORUM

<https://www.carabinsnicois.fr>

**Le forum officiel
du tutorat niçois**



<https://www.cara>



Le forum officiel du Tutorat Niçois

Corporation des Carabins Niçois - BDE Médecine



Recherche...

[Recherche avancée](#)

[Index du forum](#) [Mail ENT](#) [Planning des cours](#)

Nom d'utilisateur: Mot de passe:

[M'enregistrer](#) [Connexion](#)

Mail : tutoratnicois@gmail.com

Facebook : [Tutorat Niçois](#)

Instagram : [@tutoratnicois](#)

Youtube : [Tutorat Niçois](#)

Tutoriel et guide

[Le Guide pour bien débuter la LAS : Ici](#)

[Tutoriel Forum : Ici](#)

Planning des Séances Tutorat et EB : [ICI](#)

Errata : [Séances Tutorat et EB](#), [Annatuts](#), [Ronéos](#)

Centres de Téléchargement : [ICI !](#)

Réponses des Profs : [ICI !](#)

Annales : [Achat](#), [Corrections Officieuses](#)

Annatuts : [2024-2025](#), [Sommaire](#)

Tut'Oriente : [ICI](#)

Guide de Réorientation : [ICI](#)

Terminale Santé : [ICI](#)

Pour télécharger les
fiches/QCMs...

Info et inscription
terminal santé

**Informations pour les
inscriptions/résultats**

SÉANCE TUT' N°4 - INFOS : [Ici](#)

SÉANCE TUT' N°3 - CORRECTION : [Ici](#)

SÉANCE TUT' N°2 - RESULTATS : [Seuls - Compilés](#)



- **Témoignages des tuteurs**
- **Orientation**
- **Forum LAS**

Questions sur la LAS

	Futurs étudiants, orientation, réorientation Futurs étudiants, lycéens : venez poser vos questions, les tuteurs et les étudiants vous répondront	335	1707	par Julétricule 19 Fév 2025, 18:09
	Témoignages Avis et conseils d'anciens étudiants Sous-forums: Témoignages Tuteurs , Témoignages LAS 1 , Témoignages LAS 2/3	104	806	par ocram 24 Déc 2024, 02:30
	Discussions générales Discutez de la LAS en général	1848	14947	par ChizOtop 12 Fév 2025, 13:53

QUESTIONS DE COURS		SUJETS	MESSAGES
	UE Santé 1 Sous-forums: ECUE 1 - Biologie Moléculaire & Génétique , ECUE 1 - Biologie Cellulaire , ECUE 1 - Biologie de la Reproduction , ECUE 2 - Biochimie , ECUE 2 - Chimie	285	628
	UE Santé 2 Sous-forums: ECUE 3 - Biophysique , ECUE 4 - Physiologie , ECUE 4 - Pharmacologie	183	389
	UE Santé 3 Sous-forums: ECUE 5 - Biostatistiques & Statistiques Appliquées , ECUE 5/6 - Santé Publique & Santé Numérique , ECUE 6 - Santé Environnementale , ECUE 6 - Ethique & Médecine Légale	62	93
	UE Santé 4 Sous-forums: ECUE 7 - Anatomie Générale , ECUE 7 - Microbiologie , ECUE 8 - Histologie , ECUE 8 - Embryologie	69	113
	UE Santé 5 Sous-forums: ECUE 9 - Anatomie du Petit Bassin , ECUE 9 - Maïeutique , ECUE 9 - Pharmacie , ECUE 10 - Anatomie de la Tête et du Cou , ECUE 10 - Odontologie , ECUE 10 - Kinésithérapie	73	100

Question de cours

- **Toutes les matières**
- **Tous les cours**

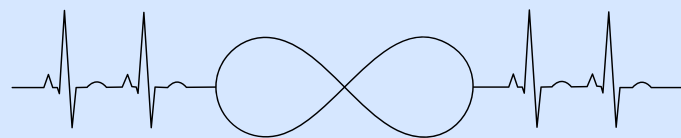


Toutes les archives du tutorat

Toutes les questions posées les années précédentes



Banque de QCM
corrige illimité



FORUMS		SUJETS	MESSAGES	DERNIER ME
	Archives LAS - 2023/2024 Sous-forums: UE Santé 1 , Généralités , MEM1 - Oral de motivation , MEM2 - Analyse de texte / Situations	3055	7967	par Marwa 21 Jan 202
ARCHIVES		SUJETS	MESSAGES	DERNIER ME
	Archives LAS - 2022/2023 Sous-forums: LAS 1 , UE Santé 1 , UE Santé 2 , UE Santé 3 , UE Santé 4 , UE Santé 5 , UE Transversale 1 , UE Transversale 2 , UE Transversale 3 , Généralités , MEM1 - Oral de motivation , MEM2 - Analyse de texte / Situations	4993	15242	par marian 05 Avr 202
	Archives PASS/LAS 2021 / 2022 Sous-forums: Informations PASS/LAS , Corrections des Tutorats , Résultats , Annatuts , Ronéos , Parrainage , Newsletter , Passoire , Matières par Matières	7659	27617	par Luciee 15 Mar 202
	Archives PACES/PASS/LAS 2020 / 2021 Sous-forums: Informations , Corrections des Tutorats , Résultats , Annatuts , Ronéos , Parrainage , Newsletter , PACES , PASS , LAS	13900	54424	par Bastise 15 Oct 202
	Autres archives	99264	482165	par mgaux 05 Déc 202

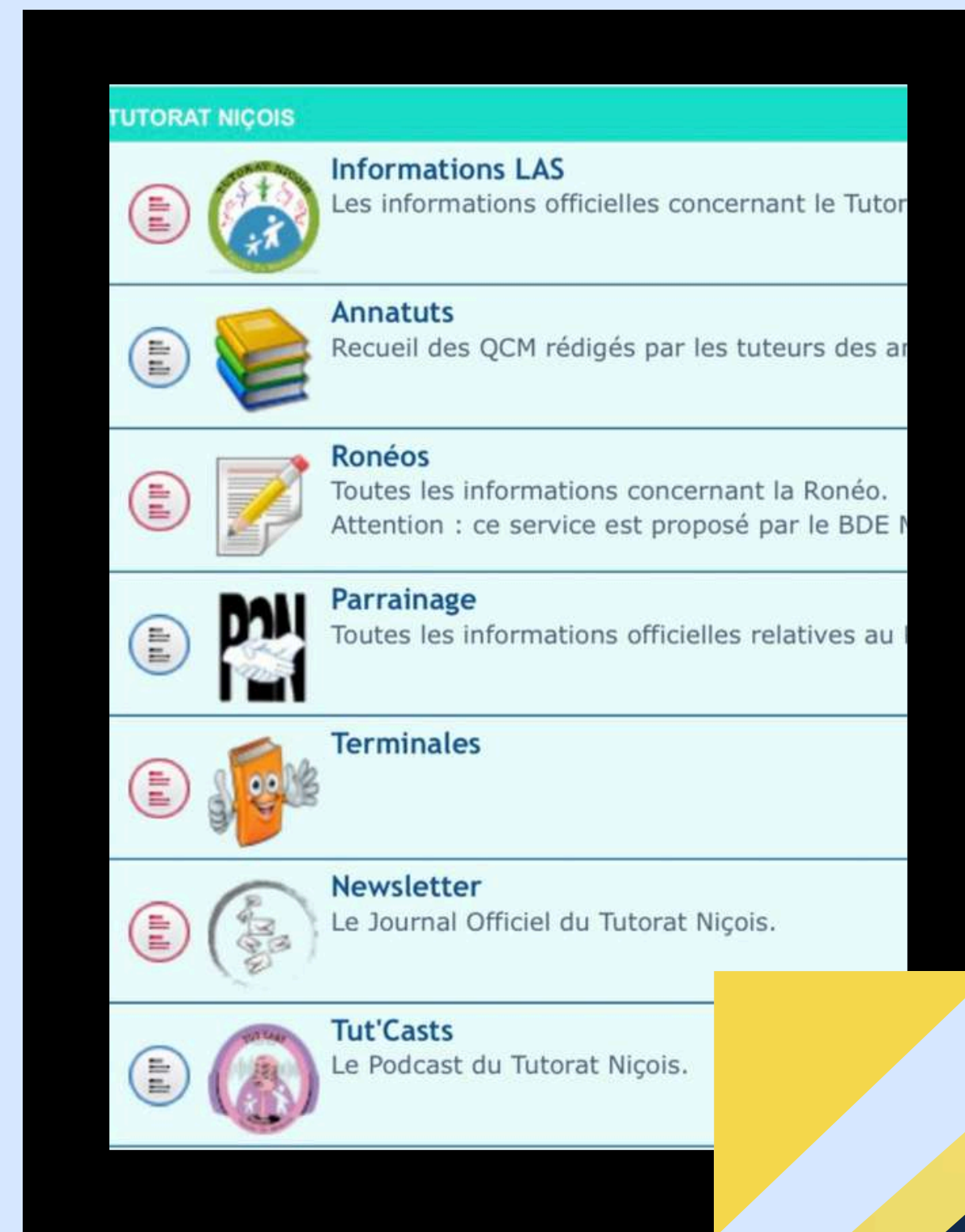


- Tut'cast
- Annatuts
- Informations LAS
- Parrainages

Les oraux



Tutorat niçois





QCM

Archives

**Informations
terminale santé**

**Centre de
téléchargement**

Actualité ST/EB

**VOUS TROUVEREZ
SUR LE FORUM**

**Réponses des
professeurs**

Fiches de cours

Témoignages

Questions de cours

**Questions sur
la LAS**

Orientation

Fiches récap' Oraux



SDA

**Réponses des
professeurs**

Les aides proposées

Discord

SDR





Réponses des professeurs



Vague de question –

Salut à vous mes petites molécules en solution ! Voici la liste des questions que vous avez posées et qui ont été soumises au professeur Favre

Pour certaines questions nous y avons répondu mais avons soumis nos réponses à Favre pour qu'il puisse les confirmer ou non (*nos réponses apparaissent en bleu*)

Les réponses de Favre apparaîtront **en violet**

Nos remarques concernant certaines réponses de Favre apparaîtront **en Jaune**

COMPARTIMENTS

Dans un qcm il a été dit que la clairance plasmatique n'est pas égale au débit de filtration glomérulaire or dans le cours on dit que c'est la même chose. Quelle est la bonne version ?

La clairance plasmatique d'un soluté et le DFG sont synonymes s'il s'agit d'un soluté éliminé par filtration rénale seulement

- Les étudiants peuvent poser des questions aux professeurs
- Permet d'apporter une précision, d'enlever une ambiguïté...
- Disponibles sur le forum



SDR



- **Organisées par les tuteurs**
- **Réponses aux questions des étudiants en direct**
- **Possibilité de la réaliser avec le professeur (en direct)**



SDA



- **Organisées par les tuteurs**
- **Permet d'aborder des notions plus complexes pour les étudiants**
- **Réponses aux questions des étudiants en direct**
- **Possibilité de la réaliser en présentiel**

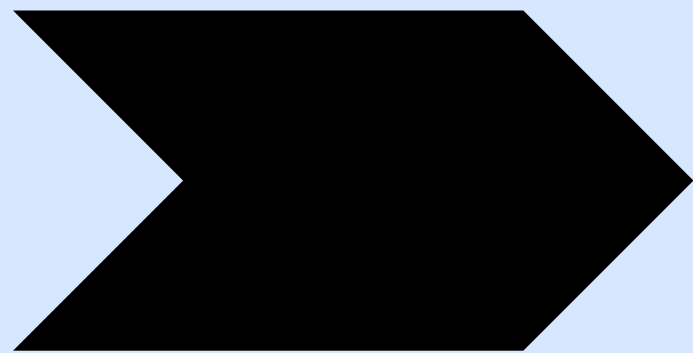


Discord



Tutorat Niçois 2024 -... ▾


- biostatistiques 82 New
- santé-numéri... 12 New
- santé-publique 7 New
- éthique 18 New
- santé-enviro... 14 New
- anatomie-gé... 94 New
- microbiologie 9 New
- histologie 14 New
- embryologie 38 New
- anatomie-pe... 28 New
- maïeutique 4 New
- pharmacie 28 New
- anatomie-têt... 32 New
- odontologie 20 New
- kinésithérapie 4 New



Paroi PB



Parois du PB



21 février 2025 NOUVEAU


 **Maroua** OP 21/02/2025 17:51
Salut


Vu qu'il y'a eu des changement on doit travailler que sur la
fiche paroi qui vient de sortir on oublie l'ancienne ?

Merci

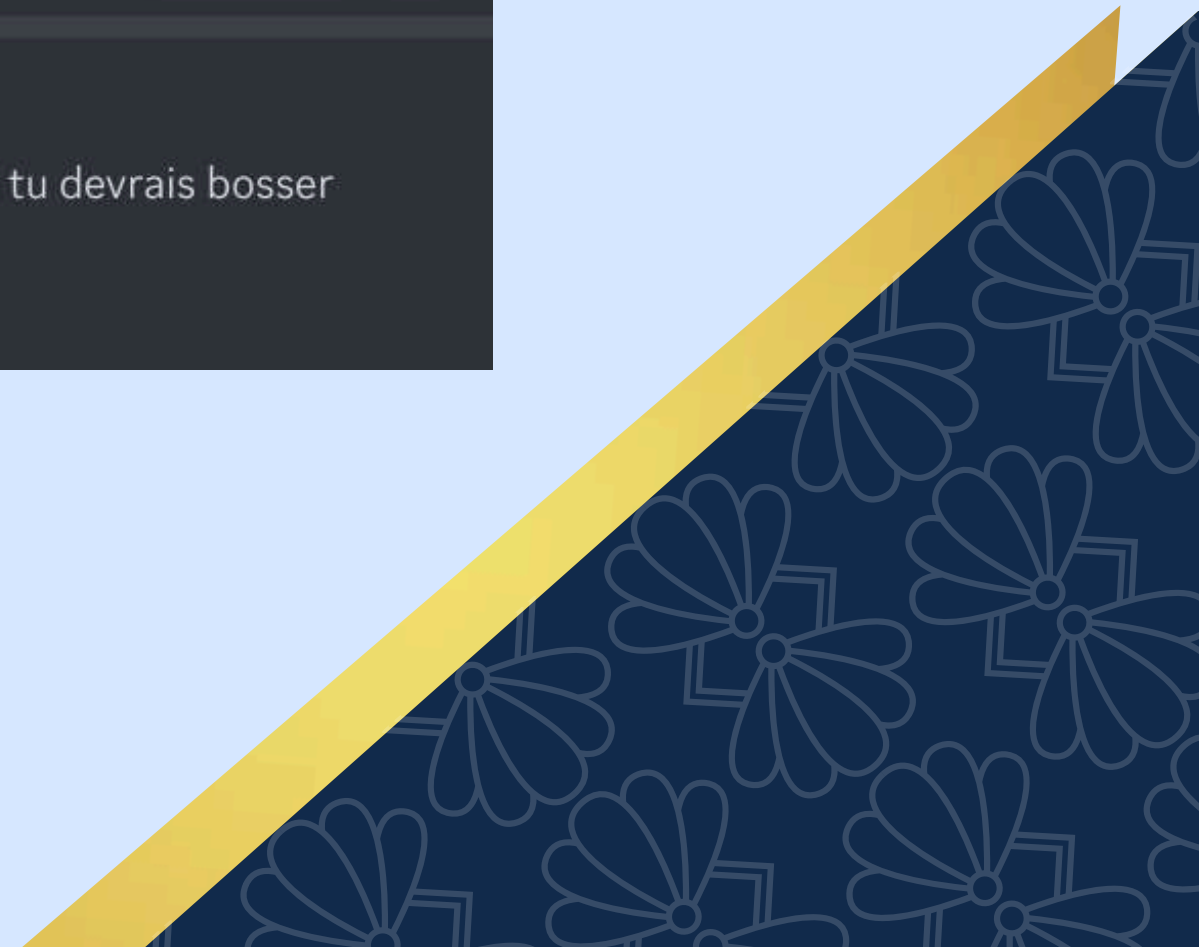
 1 

 Suivre 

 **saradius** 21/02/2025 18:37
Saluuut oui l'ancienne fiche n'est pas à jour tu devrais bosser
sur l'actuelle !

 1 

- **Toutes les matières**
- **Possibilité de poser des questions aux tuteurs de chaque matière**





Discord



2 événements | Créer un événement

mar. févr. 25 · 19:00 37

Correction des annales d'odontologie 🦷 ✎

Coucou, on corrige/ fait ensemble les annales de odonto les plus fréquents ceux qui tombe le plus souvent, en gros, sur tout les cours dispos sur le CT, essentiel pour réussir l'examen 📖

Odontologie Partager Intéressé(e)

mar. févr. 25 · 20:00 1

Séance maïeutique recap cours 5 et 6

Venez découvrir ou conforter vos acquis sur ces 2 cours !!!!

BUV-TUT' Partager Intéressé(e)

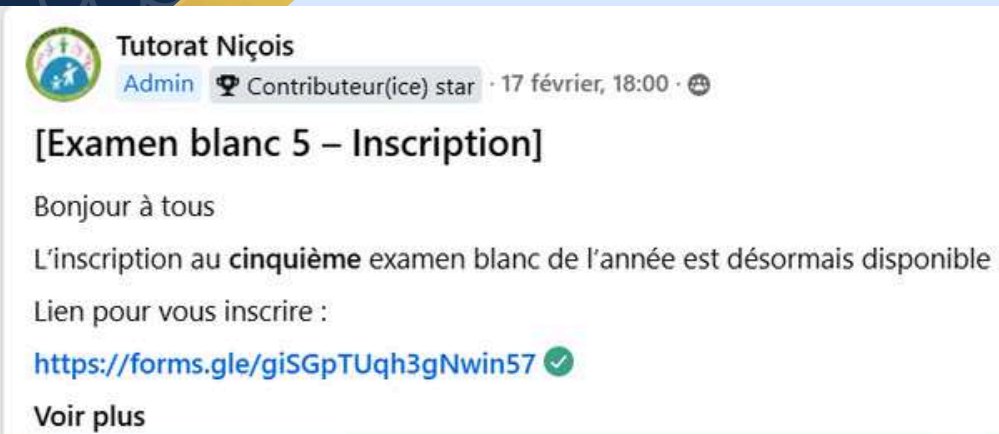
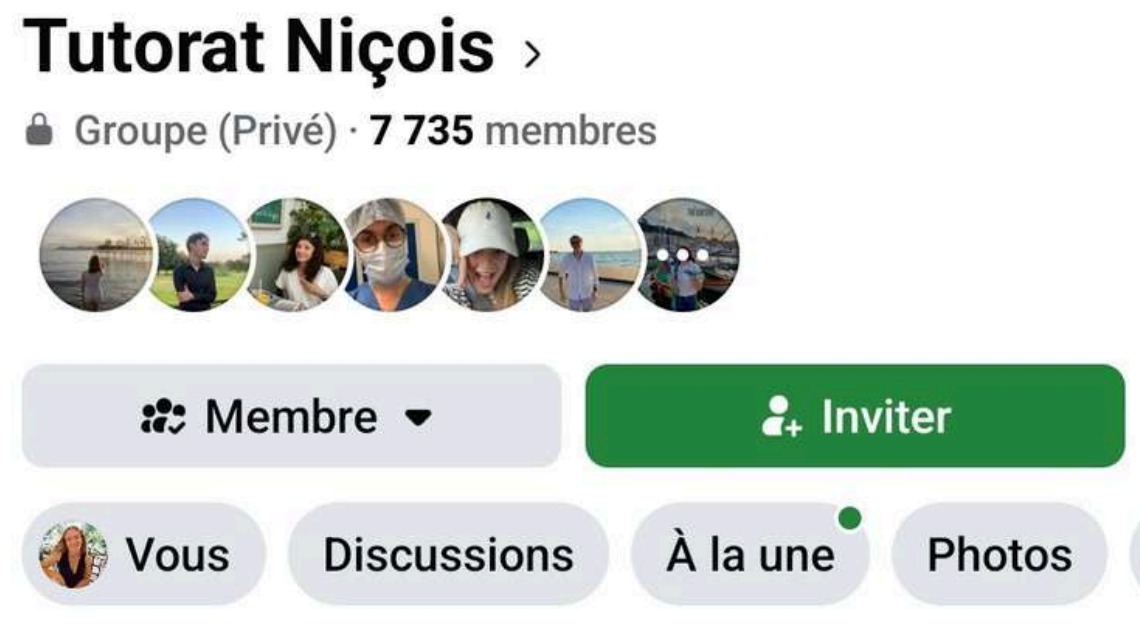
- **Live toutes les semaines**
- **Toutes les matières**
- **Correction de QCM, explications, mini-jeux, discussion...**

Facebook



Tutorat Niçois

➔ Toutes les communications importantes du tutorat



Instagram



Tutorat Niçois

- ➔ Des posts de révision
- ➔ Une présentation des tuteurs

tutoratnicois

2/14

Quiz time

Le premier nerf crânien est:

- A Optique
- B Moteur
- C Occulomoteur
- D Sensoriel
- E Olfactif
- F Diencephalique
- G Ophtalmique
- H Télencéphalique

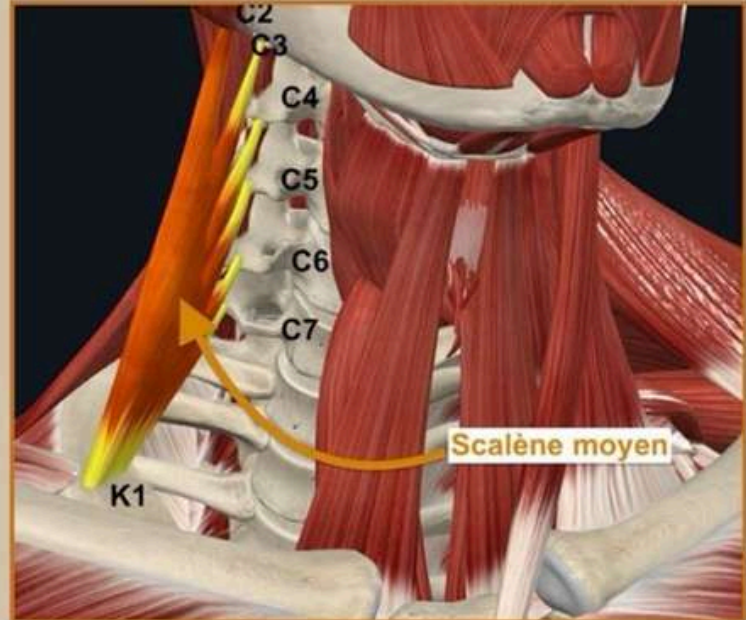
Le tutorat est gratuit. Toute vente ou reproduction est interdite.

tutoratnicois

4/8

Scalène Moyen

S'insère sur les tubercules ANTÉRIEURS des processus transverses de C2 à C7
Se développe plus latéralement et s'insère plus bas
S'insère sur la face supérieure du tiers MOYEN de K1



Scalène moyen

Le Tutorat est gratuit. Toute vente ou reproduction est interdite.

Youtube



Tutorat Niçois

- ➔ Vidéos lors de la pré-rentrée
- ➔ Vidéos des SDR et SDA



Tutorat Niçois
@VideosTutoratNiçois · 5,97 k abonnés · 331 vidéos
Le Tutorat est un service entièrement gratuit de préparation à la sélection d'entrée dans les ...plus
carabinsnicois.fr/phpbb et 3 autres liens

Abonné

Coupe vertico-frontale "de Charcot"

Noyaux gris télencéphaliques :

Clastrum ou avant mur

Noyau lenticulaire

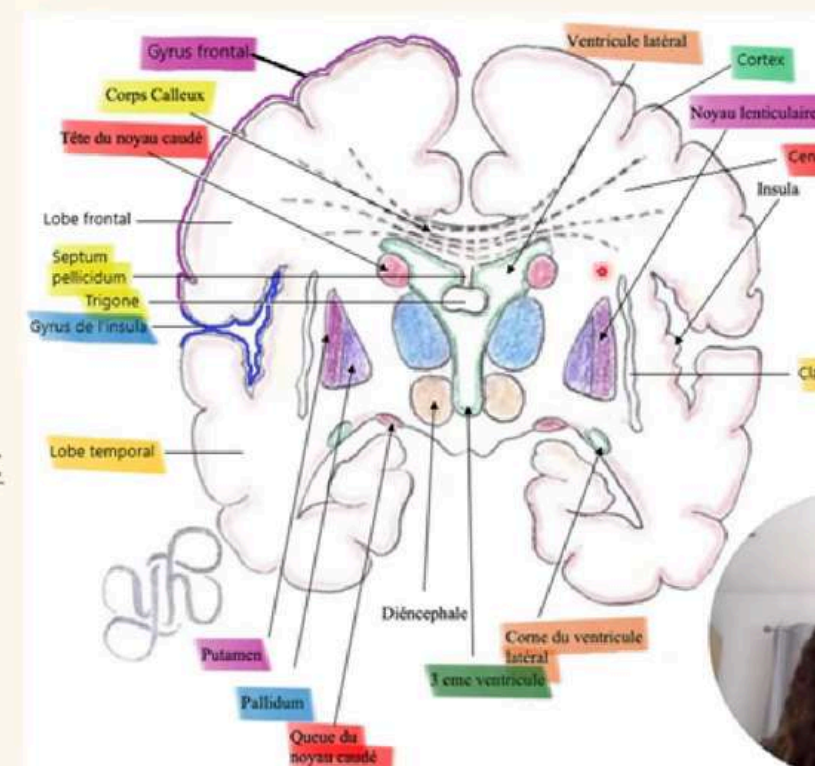
Noyau caudé

Capsules de substance blanche :

Capsule extrême

Capsule externe

Capsule interne



Le mail

Vous pouvez aussi nous contacter
par mail :



tutoratniçois@gmail.com

Le mail



Groupe privé Facebook
Pour les communications officielles



Compte Instagram



Chaîne YouTube

La Terminale Santé

Recherche... Rechercher

Recherche avancée

Index du forum Mail ENT Planning des cours

Panneau de l'utilisateur (0 nouveau message privé) Voir mes messages Surveillés / Favoris

Mail : tutoratnicois@gmail.com Facebook : Tutorat Niçois Instagram : @tutoratnicois Youtube : Tutorat Niçois

Mini-Chat Membres Déconnexion [RecTom]

Le Guide pour bien débuter la LAS : Ici

Tutoriel Forum : Ici

Planning des Séances Tutorat et EB : ICI

Errata : Séances Tutorat et EB, Annatus, Ronéos

Centres de Téléchargement : ICI !

Réponses des Profs : ICI !

Annales : Achat, Corrections Officieuses

Annatus : 2025-2026, Sommaire

Tut'Oriente : ICI

Guide de Réorientation : ICI

Terminale Santé : ICI

INFOS ST 2 : Ici

RÉSULTATS EXAMEN BLANC 1 : Ici




RÉSULTATS ST 1: Ici






Newsletter : ICI

[Panneau de modération]

Voir les messages non lus • Voir les nouveaux messages

Marquer tous les forums comme lus


QUESTIONS SUR LA LAS	SUJETS	MESSAGES	DERNIER MESSAGE
 Futurs étudiants, orientation, réorientation Futurs étudiants, lycéens : venez poser vos questions, les tuteurs et les étudiants vous répondront	340	1717	par Namasté 09 Sep 2025, 15:36
 Témoignages Avis et conseils d'anciens étudiants Sous-forums: LAS 1 - 24/25, LAS 2/3 - 24/25, Témoignages Tuteurs, Témoignages LAS 1, Témoignages LAS 2/3	120	889	par Codéinès 07 Sep 2025, 23:51
 Discussions générales Discutez de la LAS en général	1850	14948	par Jampierre 04 Sep 2025, 10:40

TUTORAT NIÇOIS	SUJETS	MESSAGES	DERNIER MESSAGE
 Informations LAS Les informations officielles concernant le Tutorat.	8	7	par Barbarossa 10 Sep 2025, 12:16
 Terminales Toutes les infos et tous les supports de cours pour la Terminale Santé 2025/26	3	3	par RecTom 17 Sep 2025, 09:57
 Le Podcast du Tutorat Niçois.	0	0	Pas de message
 Parrainage Toutes les informations officielles relatives au Parrainage.	1	1	par Maëvacuole 14 Jul 2025, 13:27
 Annatus Recueil des QCM rédigés par les tuteurs des années précédentes.	1	1	par Auréline 10 Aoû 2025, 15:51




La Terminale Santé

[Panneau de modération]

Terminales

FORUMS	SUJETS	MESSAGES	DERNIER MESSAGE
 Questions de cours Chers élèves de Terminale, n'hésitez pas à poser vos questions ici, en les rangeant dans la bonne matière à chaque fois. Bonne chance !	0	0	Pas de message


NOUVEAU * Dans ce forum... Rechercher Marquer tous les sujets comme lus • 3 sujets • Page 1 sur 1

SUJETS	RÉPONSES	VUS	DERNIER MESSAGE
 Informations générales Terminale Santé 2025-2026 par Marie Curry • 15 Jan 2025, 12:26	0	4993	par Marie Curry • 15 Jan 2025, 12:26
 Terminale Santé 2025-2026 par RecTom • 17 Sep 2025, 09:57	0	37	par RecTom • 17 Sep 2025, 09:57
 Journée du Lycéen 01/03 par Marie Curry • 14 Fév 2025, 12:49	0	583	par Marie Curry • 14 Fév 2025, 12:49



[Panneau de modération]

Questions de cours

FORUMS	SUJETS	MESSAGES	DERNIER MESSAGE
 Histologie Questions sur le cours du 20/09/25	0	0	Pas de message

NOUVEAU * Dans ce forum... Rechercher Marquer tous les sujets comme lus • 0 sujets • Page 1 sur 1



[Panneau de modération]

Histologie

FORUMS	SUJETS	MESSAGES	DERNIER MESSAGE
 Histologie Questions sur le cours du 20/09/25	0	0	Pas de message

NOUVEAU * Dans ce forum... Rechercher Marquer tous les sujets comme lus • 0 sujets • Page 1 sur 1

Il n'y a aucun sujet ou message dans ce forum.

Afficher les sujets postés depuis: Tous Trier par Date Décroissant Aller

< Retourner vers Index du forum

Aller à: Histologie Aller

La Terminale Santé

[Panneau de modération]







Terminales

Marquer tous les sous-forums comme lus

FORUMS	SUJETS	MESSAGES	DERNIER MESSAGE
 Questions de cours Chers élèves de Terminale, n'hésitez pas à poser vos questions ici, en les rangeant dans la bonne matière à chaque fois. Bonne chance !	0	0	Pas de message

NOUVEAU *

Marquer tous les sujets comme lus • 3 sujets • Page 1 sur 1

SUJETS	RÉPONSES	VUS	DERNIER MESSAGE
 Informations générales Terminale Santé 2025-2026 0 par Marie Curry » 15 Jan 2025, 12:26	0	4993	par Marie Curry  15 Jan 2025, 12:26
 terminale Santé 2025-2026 0 par RecTom » 17 Sep 2025, 09:57	0	37	par RecTom  17 Sep 2025, 09:57
 Journée du Lycéen 01/03 par Marie Curry » 14 Fév 2025, 12:49	0	583	par Marie Curry  14 Fév 2025, 12:49

La Terminale Santé

[Panneau de modération]

Terminales

[Marquer tous les sous-forums comme lus](#)

FORUMS	SUJETS	MESSAGES	DERNIER MESSAGE
 Questions de cours Chers élèves de Terminale, n'hésitez pas à poser vos questions ici, en les rangeant dans la bonne matière à chaque fois. Bonne chance !	0	0	Pas de message

NOUVEAU * Dans ce forum...

[Marquer tous les sujets comme lus](#) • 3 sujets • Page 1 sur 1

SUJETS	RÉPONSES	VUS	DERNIER MESSAGE
 Informations générales Terminale Santé 2025-2026 par Marie Curry » 15 Jan 2025, 12:26	0	4993	par Marie Curry  15 Jan 2025, 12:26
 Terminale Santé 2025-2026 par RecTom » 17 Sep 2025, 09:57	0	37	par RecTom  17 Sep 2025, 09:57
 Journée du Lycéen 01/03 par Marie Curry » 14 Fév 2025, 12:49	0	583	par Marie Curry  14 Fév 2025, 12:49



Quelques chiffres pour terminer

Seulement

53,7%

des étudiants avec mention **TB** ou les **félicitations du jury** au bac

96,5%

des étudiants ont utilisé des **services** proposés par le **Tutorat** pendant leur LAS

Plus de

1/3

des étudiants ont utilisé **uniquement** le **Tutorat**

Attention !!! Ne prenez pas l'accès en LAS 1 à la légère ! Il faut soigner votre dossier (pour Parcoursup et pour vous)

Merçi pour
votre attention

