

104

La Passoire

5 novembre 2019

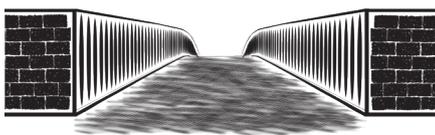
Journal hebdomadaire du
Tutorat Niçois

Interview

Empotée spéciale

Empotée spéciale, votre nouvelle chronique d'investigation.

Aujourd'hui nous allons mener l'enquête du côté des étudiants en médecine ayant fait une passerelle. « *Hmm ils ont construit un pont ?* ». Non, jeune malotru ! Les passerelles sont des réorientations permettant de (re)venir dans les études médicales (médecine, kiné, dentaire, sage-femme, pharmacie). Il faut distinguer les passerelles de droit au remord (j'étais classée en SF mais j'ai pris médecine et je regrette) et les passerelles « classiques ».



Quel diplôme est nécessaire ?

Soit une Licence en 3^e année de santé
Soit 3 ans en paramédical + 2 ans d'exercice à temps plein
Soit un Master ou Doctorat

En fonction du diplôme, tu atterris en 2^e ou 3^e année.

Comment ça se passe ?

C'est une sélection sur dossier. Il faut coucher son âme sur une belle lettre de motivation, apporter quelques justificatifs. Une première commission sélectionne les candidats qui, s'ils sont retenus, passeront un oral face à un jury (Marseille-Montpellier-Nice pour Nice) de 12 professeurs.

Témoignage

Trêve de bavardages, nous avons déniché pour vous un spécimen de passerellien prêt à partager son expérience :

Présente toi ainsi que ton parcours :
Je m'appelle Cindy, j'ai 27 ans et actuellement en D3. Je suis sage-femme diplômée de l'école de Nice.

Médecine était-il ton premier choix ? Si oui, pour quelle raison penses-tu ne pas y être parvenue ?

Oui, ça l'était. Hmm difficile à dire, le stress le jour J peut-être, pourtant j'étais bien classée en général mais rien n'est jamais gagné d'avance.

Pourquoi avoir quitté sage-femme, ça ne te plaisait pas ?

Ça me plaisait beaucoup mais ce n'était pas ce que je voulais faire initialement et je savais que ça pouvait déboucher sur une passerelle !

Quelles ont été tes motivations et tes difficultés face à cette passerelle ?

LE SALAAIIRE ! Non, le désir de faire le métier de mes rêves. Ce qui a été difficile, c'est la reprise des études et des cours et revenir à un statut étudiant après avoir exercé en tant que SF pendant 1 an

Comment ton parcours s'intègre-t-il dans tes études ?

C'est un avantage d'avoir été en SF, ça apporte une maturité de part les stages et une

avance sur certains cours mais aussi beaucoup de retard sur d'autres (*Cindy est rentrée directement en D1 et a « loupé » certains cours de P2 utiles pour l'externat.*)

Qu'est-ce que ça fait d'être une mamie de la promo ? T'es-tu bien intégrée ?

Je ne suis pas une mamie, je suis juste plus mature (et bientôt ménopausée) ! Je pense m'être bien intégrée ! C'est cool d'être avec des plus jeunes, ça rappelle des bons souvenirs de mes soirées étudiantes !



Un message pour les P1 ?

Bon courage, la route est longue ! Mais ne choisissez pas une filière en vous disant « *je ferai la passerelle* », c'est un autre « concours » où il y a peu d'admis !

Un gros merci à Cindy pour son témoignage, pour m'avoir supportée quand je demandais moi-même cette passerelle et dédicace à sa baguette en or blanc qui jaunit.

Mélanie Pawlaczyk

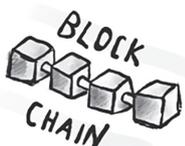
Gonflé à bloc-kchain

La première blockchain est apparue en 2008 avec la monnaie Bitcoin développée par un inconnu se présentant sous le pseudonyme Satoshi Nakamoto.

Une transaction financière entre 2 personnes nécessite l'intervention d'un tiers de confiance. Mme A veut faire un virement à M. B et envoie ainsi l'ordre de transfert à sa banque, qui vérifie que Mme A possède le montant sur son compte ET que c'est bien elle qui demande le virement. Si c'est ok, la banque fait le transfert vers le compte de M. B. Son rôle est aussi de garder une trace de tout ce que possèdent ses clients ET de l'ensemble des transactions effectuées, dans ce qu'on pourrait appeler un « grand livre de comptes ».

La block quoi ?

Avec la blockchain, il est possible de s'affranchir de cet intermédiaire de confiance. Tout d'abord, ce « livre de comptes » devient public : il n'est plus détenu que par un seul acteur mais est distribué à tous (chaque personne en possède une copie et peut le consulter). Toutes les personnes possédant ce livre constituent les nœuds du réseau de la blockchain.



Et donc ?

On recommence mais avec le principe de la blockchain cette fois-ci. Mme A lance l'ordre de virement à M. B. Les personnes du réseau (appelés « mineurs ») vérifient dans leur livre de compte que Mme A possède le montant et que c'est bien elle. Si oui, la transaction est validée. Une nouvelle ligne est écrite dans ce livre de compte mis-à-jour pour tous les utilisateurs du réseau. Donc, si t'essayes de tricher en prétendant que t'as plus d'argent qu'en réalité, tout le monde le verra et la transaction sera contestée.

Dans la vraie vie

Ce ne sont évidemment pas des livres, mais des machines (ordinateurs, serveurs) disposant d'une certaine puissance de calcul et d'un certain espace de stockage. La blockchain peut donc être vue comme une base de données distribuée sur différents nœuds (= utilisateurs) de stockage.

Pourquoi « blockchain » ?

Tout comme le livre de comptes qui est formé de différentes pages où figurent les transactions, la blockchain est une chaîne formée de blocs dont chacun possède un ensemble de transactions regroupées. Chaque bloc est caractérisé par un « hash » (= suite de caractères uniques servant à identifier le bloc) et contient le hash du bloc précédent (= identifiant unique du bloc qui le précède) permettant de garantir l'ordre du bloc dans la blockchain.

P.S. : cet article est juste une introduction très simpliste de vulgarisation. Si le sujet vous intéresse, vous trouverez la suite dans 2 prochains articles ! ;)

Tut'demandes ?

Être tuteur

Après leur recrutement au travers d'entretiens en Juin-Juillet, les 53 tuteurs ont une journée de formation organisée par les 5 chefs tuteurs. Durant l'été, ils préparent diapos, fiches et qcms pour la Tut' rentrée. Les tuteurs prennent ensuite contact avec les professeurs dès la rentrée universitaire. Cette proximité avec le corps enseignant est un atout pour le tutorat permettant de répondre au mieux aux questions des PACES. Les tuteurs rédigent des qcms pour les séances tutorat du mardi soir et les concours blancs qu'ils surveillent. Durant le semestre les tuteurs peuvent organiser des séances d'anticipation, des tut'lives et des séances de révisions, ces dernières étant souvent organisées en collaboration avec les professeurs.

Être tuteur demande du temps et de l'investissement mais c'est une expérience enrichissante tant sur l'aspect personnel (vaincre sa timidité...) que sur l'aspect collectif (travailler en synergie avec ses co-tuts).

Le tutorat vous soutient à fond !



Amelistidine



Boulette chaude

Bol de serial

The Escape Artist

Will Burton, brillant avocat, est reconnu pour défendre les cas sans espoirs. Sa popularité est au zénith quand il doit organiser la défense de Liam Foyle, accusé du viol et de l'assassinat d'une jeune femme. Malgré des preuves accablantes, Foyle est acquitté grâce à un vice de procédure. Will Burton refuse la poignée de main tendue de Foyle. Une grave erreur car Foyle connaît maintenant sa prochaine victime.

La P1 est une année difficile. La sélection se fait de plus en plus ressentir, la pression est là et on peut très vite se sentir complètement submergé.



En parler

L'hiver pointe le bout de son nez, il commence à faire froid et le soleil se couche de plus en plus tôt et cela n'arrange en rien (voire empire) ton humeur... Si tu sens que tu as dépassé tes limites et un peu trop déprimé, n'hésite pas à en parler autour de toi, c'est très important. Parles-en à tes amis, ta famille, aux tuteurs, à La Passoire ou même à tes parrains/marraines, tu n'es pas seul. Partage tes pensées et ne les laisse pas te ronger de l'intérieur.

Ce message s'adresse également aux proches de ces personnes, si tu constates que ton ami a un comportement bizarre, qu'il commence à avoir des idées noires, n'hésite surtout pas à le signaler. C'est en donnant l'alerte que des événements tragiques peuvent être évités.

Après la pluie...

...vient le beau temps!

En cas de besoin, tu peux contacter la psychologue de la faculté Sophie Bereny par téléphone au 06.25.75.07.69 ou bien par mail sophie.bereny@unice.fr. N'hésite pas!

Penser à soi

La P1 n'est pas une fatalité. Le but n'est pas de te détruire tant physiquement que psychologiquement. Cela ne vaut tout simplement pas le coup. La PACES n'est certainement pas une finalité, si tu ne te sens pas à ta place ici, ce n'est pas GRAVE. La réorientation n'est pas synonyme d'échec, de honte ou de fin en soit. J'imagine que c'est une décision difficile à prendre et qu'elle demande beaucoup de courage. Mais si pour être heureux, tu dois partir, pars. Pense à ton propre bonheur et à TOI. Si une porte se ferme, c'est qu'il y en a une, non loin, grande ouverte, n'attendant qu'une chose, c'est que tu la franchisses. Crois en toi, sois la meilleure version de toi même, tu es une personne merveilleuse et une chose est sûre tu as ta place quelque part. Reste positif,

tu finiras par la trouver, tu réussiras, j'en suis sûre.

Je voulais terminer cet article par une petite anecdote qui m'a particulièrement touchée l'année dernière. Lors d'une garde aux urgences, j'ai rencontré une jeune patiente en détresse psychologique. C'était une étudiante en PACES. J'ai pu discuter avec elle, tenter de comprendre comment et pourquoi elle en était arrivée là. Elle était seule et la pression était trop grande en P1. Je l'ai, par le plus grand des hasards, recroisée en début d'année, elle a quitté la P1 et a trouvé sa voie autre part et est désormais plus heureuse. Elle n'y est pas arrivée seule. C'est entourée qu'elle a réussi à sortir la tête de l'eau. "*Seule, j'aurais continué à sombrer*".

Vous êtes les meilleurs. Et n'oubliez jamais pour pouvoir contempler un arc-en-ciel, il faut d'abord endurer la pluie.

Hajer

Illustration : Lisa Nicollet

Santé mentale

Gardons la pêche!

Le mois de novembre a commencé, le temps se refroidit, les journées sont courtes, vous êtes en manque d'amour et la PACES commence à vous mettre dans un bad mood. Une santé mentale qui commence à s'altérer est normale en PACES : entre révisions et concours blancs, on prend peu de temps pour soi et on agit comme une machine sauf que c'est impossible de se sentir totalement bien comme ça. Votre moral descend, induisant une perte d'efficacité et un stress. Certains se tournent alors vers de mauvaises solutions telles que : surplus de caféine, diminution

du temps de sommeil, drogues (amphétamines etc.). Malheureusement, cela ne règle pas le problème mais l'estompe un temps avant qu'il ne revienne renforcé.

Alors que faire ?

Faire des pauses intelligentes : aérez vous 30 min en vous baladant dehors, faites du sport, etc. Bien organisées, ces pauses seront des gains de temps parce que vous travaillerez plus efficacement si vous permettez à votre cerveau et à votre corps de se recharger.

Dormir : Ne négligez pas votre sommeil!

Une journée après une courte nuit et après

une longue nuit n'ont rien à voir niveau humeur et bien-être !

Bien manger : manger *fat* de temps en temps c'est cool mais il ne faut pas en abuser! Ça a clairement une influence sur la santé et le bien-être.

Parlez-en : ne gardez pas cette épreuve pour vous, parlez avec votre famille, vos amis.. Vous connaissez forcément des personnes qui sont passées par la P1. Je vous assure qu'ils ont vécu la même chose et seront heureux de pouvoir vous aider! N'hésitez vraiment pas.

Ornella Ruimy

Sondage

PACES or not PACES ?

Chers lecteurs, dans l'objectif d'améliorer notre Passoire adorée, nous avons besoin de votre avis! C'est pourquoi nous avons préparé une petite question de sondage afin de prendre la direction qui vous convient le mieux dans notre ligne éditoriale.

Le jour de la sortie de ce numéro sera publié un Google Form, sur la page facebook de La Passoire et sur le forum, vous permettant de répondre à la question ci-après mais également de nous donner quelques suggestions pour nos futurs articles :

"Aimeriez-vous voir un peu plus souvent des articles abordant des sujets qui ne sont pas forcément en lien avec la PACES et le domaine

de la santé (actualités internationales, écologie, Histoire, technologies, littérature etc.) ou bien préférez-vous que La Passoire se limite majoritairement à des sujets liés aux domaines médical et paramédical? "

Nous mettons, pour vous, tout notre coeur dans La Passoire et nous pensons qu'il est important de vous impliquer, en tant que lecteurs, dans sa conception. Au fil de l'année, nous reviendrons vers vous pour vous donner la parole sur d'autres sujets afin de nous permettre d'échanger ensemble.

Passoirement vôtre,

La Team Passoire: Camille, Lisa et Emma

À vos stylos!

Mots mêlés par Lisa Nicollet

AA... A LA QUEUE LEU LEU

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

GLYCINE
ALANINE
VALINE
LEUCINE
ISOLEUCINE
METHIONINE
PHENYLALANINE
TRYPTOPHANE
PROLINE
SERINE



THREONINE
CYSTEINE
TYROSINE
ASPARAGINE
GLUTAMINE
ASPARTATE
GLUTAMATE
LYSINE
ARGININE
HISTIDINE

Limonade du Brésil

2 citrons, 50 cL d'eau, sucre.

Laver, couper (en quartiers) puis épépiner les citrons. Les mixer avec l'eau. Passer le mélange au chinois. Sucre à souhait. Facile non ?



Alison Cattani



Après vaisselle

Touche ta nouille

Son de blé

Grow As We Go – Ben Platt

Gangster – Camélia Jordana

Poupée de cire, poupée de son – France Gall

Particles – Nothing but thieves

The Way You Do The Things You Do – UB40

Même pas peur

When you forget to lock the bathroom door and you see the knob turning



 **La Passoire Niçoise**
 **la_passoire_nicoise**



La Passoire 104

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

Retrouvez La Passoire sur
www.carabinsnicois.fr/phpbb