

Témoignage

Un sage-homme?

... non ! Un sage-femme. Parmi les sages-femmes, moins de 3% sont des hommes. Retrouvez le témoignage de Théo, étudiant en Maïeutique.

Pour commencer, peux-tu te présenter ?

Je m'appelle Théo Audibert, je suis en 3^e année d'étude de Maïeutique à Nice. Je suis également un ancien tuteur de l'UE8 au Tutorat PACES Niçois.



Est-ce que tu as toujours voulu t'orienter vers sage-femme ?

Lorsque je suis arrivé en PACES, je ne savais pas précisément sur quoi aller. Puis j'ai vu un reportage et je me suis renseigné sur le métier de sage-femme ce qui m'a permis de me rendre compte que cela correspondait avec mes valeurs (le contact avec la patiente, le suivi social et humain surtout). J'ai donc décidé de faire le concours Sage-femme avant même le concours du 1^{er} semestre en PACES.

Quel a été ton parcours pour arriver jusqu'ici (Bac, PACES...) ?

Au lycée, j'ai suivi un Bac général et scientifique avec la spécialité SVT. Je l'ai obtenu avec la mention Bien. Avant la PACES, on m'a conseillé d'entrer dans une écurie pour « optimiser » mes chances de réussir le concours. L'année est passée (enchaînant le tutorat dont je n'ai raté aucune séance et les cours à la Fac) et je suis passé en tant que Primant au concours (14^e/28).

Après la P1 et avant ta rentrée en Ma2, appréhendais-tu le fait d'être le seul mec de ta promo ?

Effectivement, j'appréhendais un peu d'entrer dans une promotion en étant le seul homme (concernant l'intégration dans des groupes) mais finalement j'avais tort, cela s'est super bien passé et il n'y avait pas à s'inquiéter.

Alors ! Il y a vraiment si peu de garçons à l'école SF ? Comment ça se passe pour toi ?

Lorsque je suis arrivé à l'école, nous n'étions que 2 garçons, puis je me suis retrouvé seul et cette année nous sommes 3. Contrairement à ce que la plupart des personnes pensent, le fait d'être un gars au milieu d'une école composée principalement par des femmes ne veut pas dire qu'on est le centre de l'attention. Certes on nous remarque plus facilement, mais il n'y a pas « d'avantage » par rapport à cela.

Et en stage ? As-tu été au cœur de situations particulières parce que tu es un homme ?

Oui, j'ai été confronté à plusieurs situations. Je suis la seule personne à être habillé en blanc (les filles ont une blouse rose), et donc le personnel ou les patientes me prennent parfois pour un médecin ou un infirmier. Le fait que je sois un homme peut également poser des problèmes pour certaines patientes. Elles peuvent être gênées que ce soit un homme qui les examine (selon leur appréhension, leur culture ou religion) ou même refuser que je sois présent à l'examen. Je n'ai alors pas d'autre choix que d'accepter.

Un petit mot pour toutes les personnes de la gente masculine qui sont intéressées par le métier de sage-femme ?

Malgré les remarques qu'on entend comme « pourquoi pas sage-homme », il faut savoir que ce métier est ouvert à tous. Un(e) sage-femme est une personne qui a la connaissance de la femme. C'est un beau métier mais dur à la fois. Donc si vous êtes intéressés par le monde de la grossesse, de la naissance et de la femme alors n'hésitez pas car vous ne le regretterez pas.



[illegible]

Lisa Nicollet

Comment s'organiser ou se réorganiser face à ces modifications de programme ?

Premièrement, il faut rester concentré sur son objectif : réussir le concours PACES et passer en 2^e année de médecine, dentaire, pharmacie, sage-femme ou kinésithérapie. Vous avez commencé la P1 pour réaliser ce rêve (ou bien vous avez eu une révélation en cours de route pour l'une de ces filières).



Vous avez ensuite 2 manières de considérer ce temps supplémentaire : la première serait de se relâcher et d'attendre que le concours se rapproche, la seconde serait de profiter de ce temps pour se perfectionner. Cette dernière option est clairement la plus logique et la plus profitable.

Comment mettre ça en pratique ?

1. Adaptez votre planning. Vous avez pu ralentir un peu la cadence. C'est certain que ce n'est pas pareil de travailler le S2 avec 5 semaines supplémentaires. Vous pouvez être plus cool mais cela doit rester encadré. Si vous ressentez le besoin de moins travailler parce que vous êtes essouffés et que vous êtes "dans les temps" au niveau de vos révisions, vous pouvez raccourcir vos journées (ex : les terminer 1 h plus tôt).

You can do it !

Décalage du concours ? Voici de quoi retrouver motivation et organisation.

2. Accordez-vous de vrais moments de pause. J'ai remarqué lorsque j'étais en P1 que quand je faisais une pause sur mon téléphone, le temps passait extrêmement vite et je ne ressentais pas que je m'étais reposé. Ce n'est peut-être pas votre cas mais si ça l'est, je vous conseille de faire des pauses plus productives :

- Mettez-vous à votre balcon (ou fenêtre), enfoncez des écouteurs dans vos oreilles et prenez la chaleur réconfortante du soleil. Chronométrez-vous pour ne pas rester planté jusqu'au coucher du soleil.

- Faites une séance de sport. Coup de bol ! La majorité des enseignes de sport mettent des cours à disposition sur internet. Maintenant que vous avez le droit de sortir, vous pouvez aller faire du vélo et prendre l'air. Et si vous n'êtes pas trop adepte du sport, vous pouvez aller marcher 30 minutes dehors (ça vous fera énormément de bien, croyez moi).

- Instaurer une soirée détente dans la semaine : regardez un film, chantez, jouez de la musique, appelez des amis.

3. Aimez vos cours, intéressez-vous-y. Profitez de ce temps bonus pour bien intégrer et comprendre vos cours. En 2^e année, vous allez revoir beaucoup de notions du S2 donc sachez que vous apprenez des choses qui vous serviront au-delà du concours.

4. Alternez entre QCM, apprentissage écrit, oral. Variez votre manière de travailler pour éviter de saturer.

Maintenant, avec le concours qui approche, c'est le moment d'augmenter la cadence tout en gardant des petites pauses.

Rappelez-vous chaque jour votre objectif. Acceptez les obstacles qui sont devant vous car s'ils sont là c'est parce que vous êtes capables de les graver. Les chemins sont parfois sinueux et compliqués mais si vous ne vous arrêtez pas, vous arriverez à votre but. Ne perdez jamais espoir. N'écoutez jamais les gens qui doutent de vous et surtout, ne doutez pas de vous.

Le combat est plus que jamais contre vous-même. Je vous souhaite la réussite. <3

Ornella RUIMY (Messody)

Culture confiture

Curiosités carabines

Au temps d'Henri IV et de Louis XIII, il y avait dans les armées, des cavaliers appelés « carabins » armés d'une carabine, une variété de fusil. C'était les plus habiles tireurs. Ils ne faisaient que lâcher leur coup, puis se retiraient.

Nommés carabins par les espagnols : « *cara* », visage en espagnol et « *binus* » en latin, qui signifie double, c'est-à-dire double visage ; car ces soldats, à cause de leur manière de combattre, tantôt en fuyant, tantôt en faisant volte-face, semblaient être des gens à deux visages.

Mais comment le carabin est-il devenu étudiant en médecine ? D'après l'histoire de la médecine, le patron des chirurgiens est Saint Côme. Vers le 17^e-18^e siècle, le chirurgien ayant pour talent d'envoyer les vivants dans le royaume des morts, tout comme le cavalier carabin, habile tireur et tueur. L'expression « carabin de Saint Côme » est née. Elle a ensuite été réduite à « carabin » pour désigner l'apprenti chirurgien puis enfin l'étudiant en médecine.

Par ailleurs, Carabin est un terme ironique provenant du mot « scarrabin », mot appartenant à la famille d'escarbot (un scarabée), un insecte fouillant la terre. Le « scarrabin » était un ensevelisseur des pestiférés et cette tâche était souvent accomplie pendant les épidémies de peste par les étudiants en médecine.

En résumé, le mot « Carabin » a diverses définitions : un cavalier, double visage, un scarabée ou encore un étudiant en médecine.

Alors... courage petit scarabée !

Culture confiture

La fusillade

La fusillade qui a eu lieu sur le Champ-de-Mars à Paris le 17 juillet 1791 n'est pas sans rappeler certains épisodes manifestants de notre histoire contemporaine.

Situons-nous à la Révolution Française : après la fuite ratée du roi Louis XVI à Varennes et son retour à Paris, les députés sont partagés. Certains modérés désirent le maintenir sur le trône, les Jacobins et les Cordeliers exigent sa destitution immédiate. Ces derniers donnent à signer une pétition au peuple au Champ-de-Mars, mais

la fête tourne court : La Fayette décrète la loi martiale, qui autorise la Garde nationale à disperser les manifestants.

Les discours divergent. Sont-ce des citoyens réunis là qui ont commencé à lancer des projectiles vers les gardes ? Les gardes ont-ils simplement souhaité disperser la foule quel qu'en soit le prix ? Quoi qu'il en soit, les gardes tirent dans le tas, et c'est plus d'une cinquantaine de citoyens innocents qui sont fusillés là, près de l'autel de la patrie.

Léonie Houssin

À vos stylos !

Mots mêlés par Lisa Nicollet

SUR LES NERFS ?

DÉFOULE-TOI AVEC CES MOTS-MÊLÉS ♥

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

ASTROCYTES
EPENDYMOCYTES
SATELLITES
SCHWANN
HENLE
TAU
MICROTUBULES
MYELINE
AXONE
DENDRITES
MICROGLIE
SYNAPSE
PARKINSON



allez chercher avec moi

Tarte endive-champi

Faire revenir quelques endives coupées en morceaux dans de l'huile d'olive avec le jus d'un citron et 2 cuillères à soupe de miel. Faire revenir 3 ou 4 champignons de Paris frais, coupés en lamelles dans de l'huile d'olive avec un peu d'ail et de persil. Saler et poivrer. Déposer les légumes sur une pâte brisée après y avoir étalé un peu de moutarde. Ajouter l'appareil (2 oeufs + 20 cL de crème fraîche). Faire cuire à 180°C environ 25-30 minutes.



Touche ta nouille

Son de blé

Cecilia – Simon & Garfunkel
We Built This City – Starship
You Can't Always Get What You Want – The Rolling Stones
Some Say – Nea
Les mots bleus – Christophe
Monsieur Pomme – Suzane
Into the Unknown (Panic! At The Disco Version) – Panic! at the Disco
Beautiful place – Sick individuals
Les sunlights des tropiques – Pas sages

Tu tubes

Vidéo : L'autre moi (court métrage) – Cyprien

Réseaux pouloulou

healthyfood_creation – Compte Instagram partageant des recettes saines et vraiment TRÈS appétissantes.

 La Passoire Niçoise

 la_passoire_nicoise



La Passoire 116

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

Retrouvez La Passoire sur
www.carabinsnicois.fr/phpbb