

**Pastage box**

# Les emmerdeurs

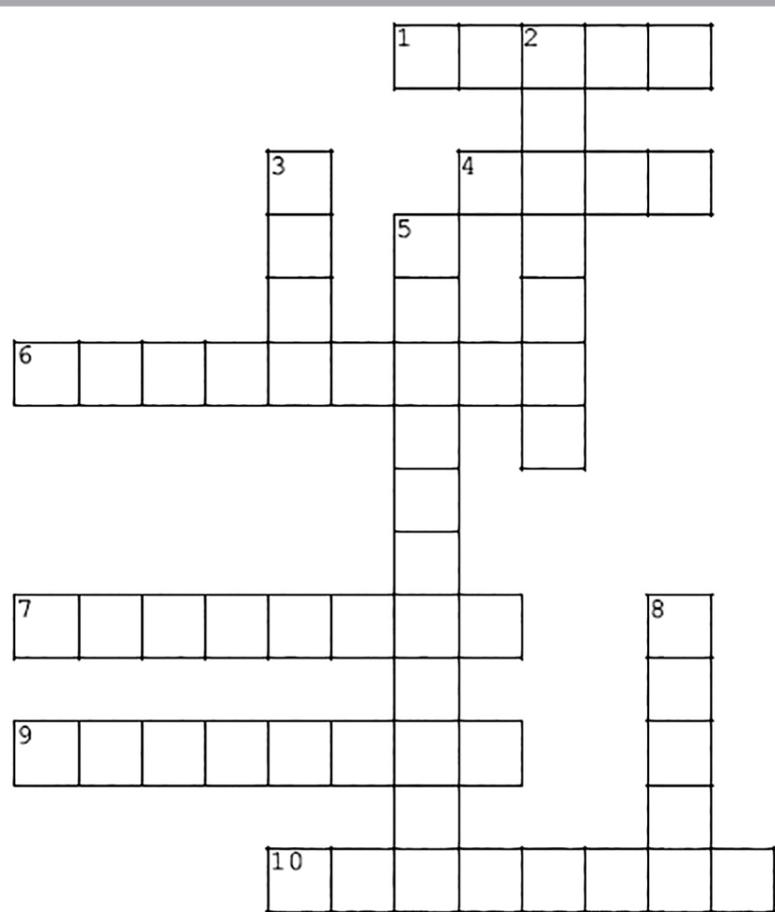
L'équipe ouvre la chambre d'un patient où celui-ci les attend, nu. Il voulait de l'aide pour faire ses besoins : « Je n'arrive pas à chier ». Besoin d'un suppositoire laxatif. Pendant qu'on cherche le sens du suppo, Monsieur pose sa pêche sur le sol. D'une taille remarquable, il souhaite la garder comme trophée. Mais il faut tout de même lui mettre son suppo. Imaginez le décor : une petite pièce exigüe avec parfum d'ambiance, le tout en galérant à mettre l'objet. Profitant de la situation, le patient drague sa collègue avec des « Vous êtes belle

comme une vigne, belle comme le Soleil... » Bilan positif, Monsieur a bien évacué. Un homme très agité arrive et rejoint sa chambre. Peu de temps après, une mauvaise odeur empeste le service. L'équipe découvre de la merde sur la chaise d'une patiente et lui demande ce qui est arrivé. « C'est pas moi c'est le patient de la chambre à coté ! ». Pendant l'absence de la dame, notre patient est venu faire caca sur sa chaise. Il avait aussi chié sur le balcon de sa fenêtre.

Molichto

## Passe-temps

Les mots croisés de Camille Labis



**Horizontal**

1. 4 heures par jour, ton cul est collé sur le banc de l'... - 4. Je ne dors pas, je me repose les ... - 6. Ce n'est pas la VSEPR qui est tétraédrique! C'est la ... (Voyons, les enfants) - 7. La protéine la plus stylée de la galaxie, qui MARCHE sur un microtubule - 9. Comme Kaplan, tu es le ... (jeudemotdeouf) - 10. Les P1 se compactent autour de leur bureau comme l'ADN se compacte autour des ...

**Vertical**

2. Ta réaction en sortant du premier tutorat - 3. Pour rester éveillé en physique, tu prends un bon ... - 5. Tes nouveaux amis colorés (couleur pastel c'est le feuuuux) - 8. Ont remplacé tes anciens amis du ...

**Quiche au thon**

Déroulez la pâte brisée dans un moule puis étalez un peu de moutarde dans le fond. Disposez le thon et les rondelles de tomates par-dessus et versez-y l'appareil à quiche (crème liquide, 1 œuf, sel, poivre et fromage râpé). Enfourez pendant 40 min à 180°. Bon appétit!

**Touche ta nouille**

**Son de blé**

La playlist motivante :

<https://bit.ly/2lgvn5k>

Le groupe poésie :

**Feu! Chatterton**

La chanson nostalgique :

**Antes Muerta Que Sencilla,**

María Isabel

**Tu tubes**

Vidéos de l'extrême motivation :

<https://bit.ly/2OKZrrT>

<https://bit.ly/2myN3gd>

Chaîne Youtube d'Anil Brancaloni :

**Anil B, Vlogs de voyages**

superbement magnifiques!

**Actus alitées**

Jeudi 11 Octobre, 18h : SDA –

Biochimie – Métabolisme

Lipidique.

Septembre 2018 : La 7<sup>e</sup> économie

mondiale menacée par l'arrivée

soudaine de 58 personnes dans

un bateau. (Le Gorafi)

Viens signer la pétition " Sauvons

l'Aquarius" de SOS Méditerranée

avec Médecins Sans Frontières.

<https://bit.ly/2DOgaKe>

Viens t'abonner à la page Facebook de La Passoire : @LaPassoireNicoise



**La Passoire 74**

Rédac' cheffes : Hajer & Léonie

Conception maquette : Tony

Ont collaboré à ce numéro :

Atchoum, ton viticulteur préféré,

la cousine Germaine et mon cul.

Retrouvez La Passoire sur [www.carabinsnicois.fr/phpbb](http://www.carabinsnicois.fr/phpbb)



9 octobre 2018

Journal hebdomadaire du **Tutorat Niçois**

**Penne d'orientation**

# Soyez sages...

La maïeutique ? Késako ? Voici de quoi répondre à tes moult interrogations sur la filière sage-femme dont tu es loin de connaître tous les secrets...

**La profession de sage-femme**

Tout d'abord, la profession de sage-femme fait partie des professions médicales. Autonome, la/le sage-femme peut suivre une patiente du début de sa grossesse (en l'absence de pathologie) jusqu'à son accouchement. En cas de grossesse pathologique, les sages-femmes travailleront en collaboration avec le médecin.

La SF effectue donc le suivi prénatal, l'accouchement mais également le suivi post-natal (1<sup>er</sup> examen du nouveau-né, son suivi et celui de la maman plusieurs semaines après la naissance).

Il est aussi important de préciser qu'une SF possède toutes les compétences nécessaires pour assurer seule le suivi gynécologique et les consultations de contraception d'une patiente et ce, tout au long de sa vie (toujours en l'absence de pathologie)! Autrement dit, plus besoin d'attendre des mois pour un rendez-vous chez le gynéco, une sage-femme peut par exemple effectuer un frottis, prescrire et poser un stérilet! Petite info : depuis 2016, les SF peuvent également réaliser des IVG par voie médicamenteuse.

Sache qu'en tant que sage-femme, tu as le choix : tu peux être salarié(e) (en maternité, centres sociaux, PMI, planification familiale...) mais tu peux également te mettre en libéral, ouvrir ton propre cabinet et assurer le suivi à domicile de tes patientes!



**Bon, et comment je fais pour devenir sage-femme ?**

Les études de sage-femme durent 5 ans (PACES comprise, donc il te restera 4 ans d'étude après le concours) au bout desquelles tu obtiendras le précieux diplôme d'État de Sage-Femme (grade Master). À la fin de ton cycle, tu devras d'ailleurs rédiger un mémoire. Si tu le souhaites tu pourras même poursuivre tes études et obtenir un Doctorat!

Suite à l'obtention de ton diplôme, tu auras également la possibilité d'élargir le champ de tes compétences en passant des diplômes universitaires (échographie, tabacologie, médecine fœtale et bien d'autres), en suivant des formations de préparation à la naissance (yoga, haptonomie...), d'infirmier(ière)-anesthésiste, en obtenant un Master Périnatalité...

**Et alors, comment ça se passe à l'école de sage-femme ?**

Retour au lycée! En Ma2, tu auras des cours obligatoires tous les jours à l'école de sage-femme (Mont Boron). Finis les amphis de 600 étudiants, te voilà de retour dans une petite classe d'une trentaine d'élèves!

Entre cours théoriques à l'école et enseignements cliniques en stage ou lors de formation sur simulateurs par exemple, l'année va être dense : il faudra bien travailler régulièrement pour ne pas se retrouver perdu(e) au moment des partiels (fin S1 et fin S2).

Le programme du S1 est assez général et médical, je veux dire par là qu'il n'est pas vraiment axé exclusivement sur le métier de SF alors que le programme du S2 aborde des notions plus proches de notre futur métier comme la gynécologie et l'obstétrique.

En Ma2 il y a 3 stages : 2 jours d'observation en maternité, 1 mois de stage infirmier (en chirurgie) et 6 semaines en suites de couches (3 semaines côté maman et 3 semaines côté bébé).

Tu l'auras compris, il y a encore énormément de choses à dire sur ce magnifique métier (en constante évolution) et sur le chemin pour y accéder mais je conclus ici en te souhaitant bon courage pour la PACES. Crois en tes rêves!

Emma Soriano

# Harry Paces test

Quel personnage d'Harry Potter correspond le plus à ton comportement de Paces ? La réponse ici !

**Quand tu rentres le soir :**

- △ • Tu lis quelques QCM. Tu as tout juste.
- • Tu revois tous les cours de la journée et tu les fiches.
- l • Tu fais tout pour éviter de revoir tes cours, quitte à faire le ménage.

**Quand il y a cours :**

- • Tu y vas, tu prends des notes, tu enregistres.
- △ • Tu n'y vas pas, de toute manière il y a les ronéos.
- l • Tu veux y aller, mais le tram est en panne. Tu retournes te coucher.

**Les soirs de tutorat :**

- • Tu y vas systématiquement.
- l • Hein ? quoi ? Je n'ai pas eu les infos...
- △ • Tu réponds au hasard sur un bon nombre de questions. La plupart du temps, ça marche !

**Sur tes murs il y a :**

- • Des fiches.
- l • Des posters de tes artistes préférés.
- △ • Rien ! (Pas de place, ta chambre est un placard sous l'escalier...)

**Tu préfères travailler :**

- △ • En groupe.
- • Seul.
- l • Avec de la musique.

**Sur Youtube :**

- l • Tu regardes des vidéos pour te changer les idées.
- • Tu regardes des vidéos érudites.
- △ • Tu ne vas pas sur Youtube, la vraie vie, c'est dehors.

**Ton appart est :**

- • Optimisé un max pour faciliter tes révisions.
- l • Chez tes parents avec tes 25 frères et sœurs qui font du bruit toute la journée.
- △ • Proche de la fac et spacieux, tu as eu de la chance.

**Quand tu sors avec tes copains :**

- △ • Tu suis le mouvement, et tu passes une bonne soirée sans penser à tes études.
- • Sortir ? Quelle perte de temps.
- l • Netflix est ton seul ami.

**Quel est ton objectif de classement ?**

- • 1<sup>er</sup>, bien évidemment.
- △ • Peu importe, tant que je suis dans le numéris.
- l • Pouvoir redoubler, ce serait top.

**Quel est ton personnage préféré dans la saga Harry Potter ?**

- l • Hermione
- • Ron
- △ • Le professeur Dumbledore



**Tu as plus de △**

Tu es Harry Potter. Tu es brillant, tout ce que tu fais te réussit, et tu ne sais pas vraiment pourquoi. Mais tant que ça marche, tu continues... Heureusement, tu as des amis sur qui tu peux compter !

**Tu as plus de ○**

Tu es Hermione Granger. Tu es bosseur. Très bosseur. Pour toi les choses ne peuvent être réussies que si on se donne au maximum, qu'on est ultra motivé. Tu connais déjà tous les cours par cœur avant même qu'ils ne sortent. Tu veux être le meilleur et tu vas tout faire pour y arriver.

**Tu as plus de l**

Tu es Ron Weasley. Tu es un peu à la ramasse, tu ne sais pas trop ce que tu fais là, les autres non plus. Ressaisis-toi ! (Ne laisse pas les Harry te dépasser, et bats-toi pour le cœur d'Hermione, elle te filera sûrement quelques tuyaux).

Léa et Camille Labis



## Recherche

### Problème d'aiguillage

L'administration de médicaments par le biais d'aiguilles peut conduire à de l'anxiété, et par conséquent, à une observance moins optimale d'un traitement. Avec les aiguilles, il y a certes le problème de la phobie, mais aussi celui de leur usage unique, et des précautions à prendre lors de leur utilisation (surtout avec les catastrophes gosses dans la maison...). De plus, l'administration peut être douloureuse car dans certains cas, l'aiguille doit rester dans le patient 10 à 20 secondes pour que l'injection soit complète. Certains patients peuvent même refuser une thérapie si elle nécessite une auto-injection à l'aiguille. Pour remédier à cette problématique, une startup (#CoucouManu) associée au Massachusetts Institute of Technology a développé un dispositif capable d'injecter des médicaments par voie intra-veineuse sans utiliser d'aiguille : ils passeraient en fait par un jet à si grande vitesse qu'ils pourraient atteindre la circulation sanguine. En bref : rapide (1/2 seconde) et pas d'aiguille (plus de sécurité et de confort).

Lisa Nicollet



## Bol de serial

Kaamelot, version décalée de la légende du roi Arthur en quête du Saint Graal, qui s'annonce plus que difficile car Arthur est très mal entouré. Ses chevaliers de la Table Ronde sont un faible renfort contre les défis qui se dressent sur sa route. L'entourage familial du roi n'est guère plus sensé : son quotidien déjà bien chargé est parsemé de conflits avec sa femme Guenièvre ou sa belle-famille. (épisodes de 3-10 min).

# Fiches and tips

## 1 - Revoir ses cours en commençant par la fin

Cette idée peut paraître un peu bizarre mais j'avais remarqué que je connaissais un peu moins la fin des cours, car je les bâclais pour finir rapidement. Les commencer par la fin lors des révisions me permettait d'en avoir une vue d'ensemble.

## 2 - La feuille de révision

Pour chacun de mes cours, j'avais une feuille où je notais les notions que j'avais du mal à intégrer et les notions primordiales. Je la relisais avant de travailler le cours.

## 3 - Les pauses

N'oublie pas qu'il vaut mieux privilégier la qualité à la quantité. Cela ne sert à rien de lutter pour ne pas t'endormir sur ta ronéo. Trouve le nombre d'heures de sommeil qu'il te faut. Si dans la journée tu n'arrives pas à te concentrer, prends-toi des pauses de 10 minutes.



## L'assos pesto

### Nos élus et frères

Un peu comme des délégués, les élus UFR sont l'interface entre les étudiants, les professeurs et l'administration. Ils sont chargés de faire remonter les différents problèmes que vous pouvez rencontrer à la fac pour essayer d'améliorer votre quotidien. Leur action est très variée : du problème de chauffage à la BU Pasteur jusqu'à la participation à l'élaboration des réformes (Service Sanitaire, réforme du premier cycle...), en passant par la représentation des étudiants au Conseil de Gestion de la faculté. Les élus sont là pour vous représenter et vous aider, alors n'hésitez pas à

Pour toi, un nouveau pot-pas-pourri de petits conseils, car on n'en a jamais trop.

## 4 - Entraînement par les QCM

Je faisais peu de QCM sauf pour l'UE3/4. Généralement, je m'entraînais avant de faire le cours pour cibler les notions à revoir, puis après le cours pour contrôler ma compréhension. L'après-midi, pour « changer » un peu des cours, je pouvais faire de nouveaux DM des tuteurs.

## 5 - Faut-il tout réviser pour les séances de tut ?

NON. En primante, je me suis très mal organisée au S1. Je valorisais le fait de tout revoir très vite au détriment d'un réel apprentissage. Je perdais aussi mon mardi après-midi à essayer de tout revoir. Il ne faut pas reproduire ce schéma-là. Quand tu planifies ta semaine, ne prends pas seulement en compte le tutorat ! Bien sûr, si tu peux caler le plus de notions potentielles au tut dans ton programme fais-le, mais cela ne doit pas te faire prendre du retard ou désorganiser ta planification.

## 6 - Répondre aux QCM

Je commençais toujours par les QCM de cours puis j'enchaînais avec ceux qui nécessitaient des calculs ou de la réflexion. Si je ne trouvais pas de réponse évidente, j'y revenais ensuite pour ne pas perdre de temps ! En UE1, je traitais la bioch jusqu'à la fin pour finir sur la chimie G/O. En UE2, l'ordre est moins important : je commençais par l'embryo et je finissais par la biocell (d'abord les cours puis l'expérience). En UE3, il vaut mieux débiter par la biophy. Je gardais presque tous les calculs pour la fin, sauf les plus faciles. En UE4, je ne pense pas que l'ordre ait une importance.

Dis-toi que tu n'es pas seul(e) à galérer ! Tout le monde passe par des moments difficiles ! Force à toi.

Morgane Gode-Henric



## Mamie-automatic

Qui est la mamie qui fait peur aux voleurs ? Mamie Trillette !

## Quo pro qui

«- Ils sont partis à 3 à Sète  
- Où ?  
- Sète !  
- Ils étaient 7 ?  
- Non 3 !  
- Pas Sète ?  
- Si ! »

Marie Rubio et Camille Wachs