

Soirée carabinouze

D'amour et d'alcool

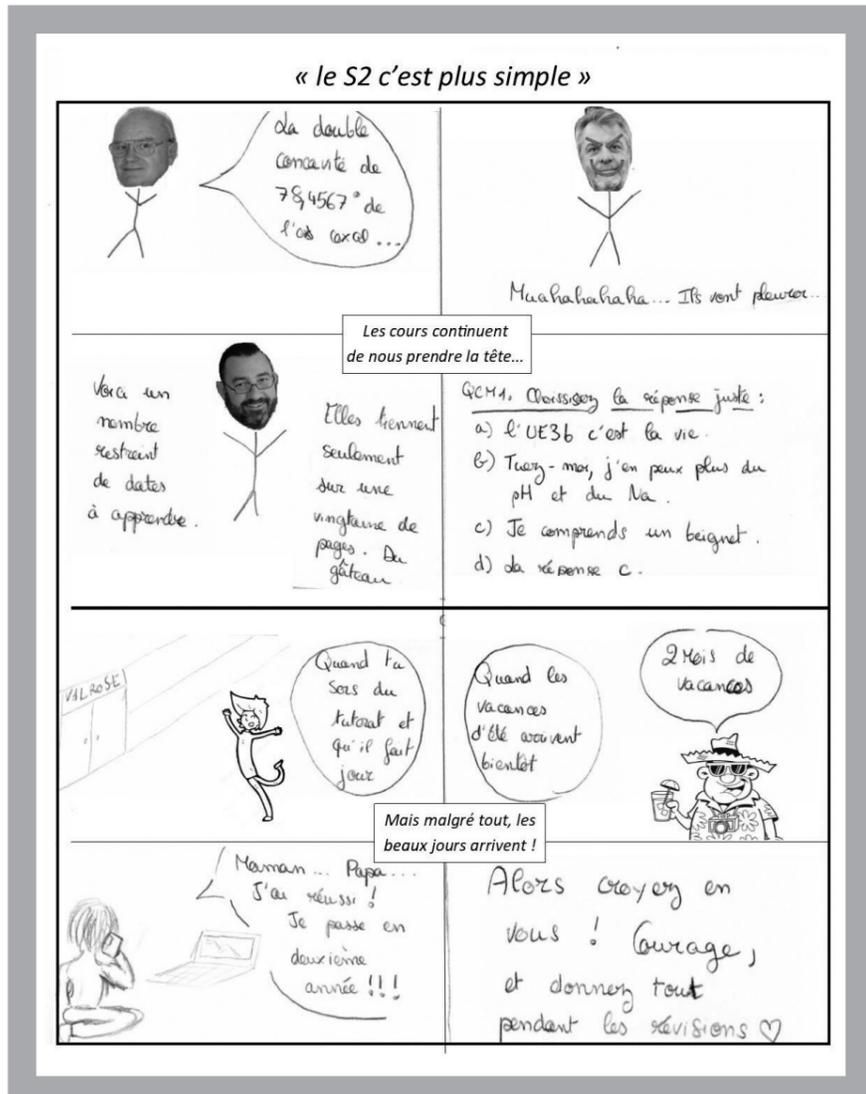
Wei médecine : On devait préparer un apéro à base de vodkarambar. On a passé 2 heures à rentrer des centaines carambars dans des bouteilles de vodka. Puis, vers 2h du mat j'ai cuisiné avec amour mon cassoulet en boîte. Deux secondes plus tard, tout était par terre sur la terrasse du bungalow... Fermeture de la boîte : comme j'étais installée dans mon sac de couchage, j'avais la flemme de ressortir pour éteindre la lumière, j'ai donc utilisé la bouteille de vodka à côté de mon lit pour atteindre l'interrupteur. La bouteille a fini sur la cheville

pétée de ma pote : elle a boité pendant un mois.
Apéro kiné : j'avais fait un before un peu too much et je me suis dit que c'était une bonne idée d'introduire une bouteille de rosé dans le bar. Mission réussie, sauf qu'une fois dans le bar j'étais tellement contente que je l'ai sortie en criant. Résultat le mec m'a sortie au bout de 5 minutes.
Soirée dentaire St Valentin : une de mes potes à vraiment trouvé son Valentin. Ça fait 1 an et demi qu'ils sont ensemble...

Maman Toucan

Coup de pâte

La BD de Camille Labis



La soupe aux choux

C'est encore la saison des choux! Émincez un oignon que vous faites revenir dans une grosse marmite. Ajoutez-y trois quart d'un gros chou rouge coupé en lamelles et des lamelles de carottes faites à l'économe. Remplissez la marmite d'eau, ajoutez sel, poivre et deux feuilles de laurier, faites bouillir une demi-heure. Ça se garde très bien dans la marmite un ou deux jours, vous aurez juste à réchauffer. 40 minutes de cuisson la première fois, mais zéro lors des quatre repas suivants!

Touche ta nouille

Son de blé
Bal de Bamako – M
Marée haute – Matmatah
L'apologie – Matmatah
Always on the run – Yuksek
Life on Mars – David Bowie
Sons – Concorde
How I needed you – Puggy
Sensations – Pépité
Midnight City – M83
Isle of Flightless Birds – Twenty One Pilots
The Funeral – Band of Horses
In the Air Tonight – Phil Collins
Popular – Nada Surf
Always Forever – Cults
Dreams – Nuages

Tu Tubes
Vidéo : Schubert, Trio op.100 - Andante con moto. Classique mais toujours aussi beau. Le violoncelle est un instrument qui parle.
Vidéo : Usul. Privatisations : à qui profite le deal? Tout comprendre de la problématique d'ADP.

Retrouvez La Passoire sur www.carabinsnicois.fr/phpbb

95 La Passoire

20 avril 2019

Journal hebdomadaire du **Tutorat Niçois**

Fac news

Servir, prévenir

Qu'est-ce que le service sanitaire ?

Cette année, les étudiants en santé ont expérimenté pour la première fois le service sanitaire, auquel six semaines dans l'année sont consacrées (on est la promo crash test, encore une fois). Le cœur du projet est d'intervenir en milieu scolaire ou universitaire pour faire de la prévention en santé, selon différentes thématiques, afin de "lutter contre les inégalités sanitaires et territoriales". Il y a donc la pratique, mais aussi la théorie : on a dû suivre pas mal de cours concernant les thématiques abordées. Ensuite, on monte notre projet d'intervention, on le réalise, et on est évalué.

À Nice

Ici, on valide le service sanitaire en une seule année, ce qui n'est pas forcément le cas de toutes les facultés. On est assez cadré. On devait choisir d'intervenir dans le domaine de l'alimentation/activité physique, santé sexuelle ou addictologie. Par groupe de trois ou plus, nous intervenions respectivement en CM1-CM2-6°, collège ou université. On devait suivre les formations de tous les thèmes, quel que soit celui que l'on avait choisi. En nutrition, les cours étaient des diapos commentés en ligne, en addictologie, et santé publique, ils s'agissaient

de modules sur Moodle. Enfin en santé sexuelle, nous avons eu presque trois semaines de cours tous les matins avec des intervenants très variés : m é d e - c i n s , sage-femmes, professeurs, infirmières en centre de dépistage, personnes issues du milieu associatif, du centre de protection materno-infantile, une avocate... Les sages-femmes qui ont organisé tout ça se sont totalement investies et ça a donné des cours à mon goût passionnants. La présence est obligatoire et on a quelques questions aux partiels concernant cette partie théorique. Nous avons ensuite une semaine de préparation de notre projet, une semaine d'intervention et une semaine de débrief et d'évaluation.

Mon intervention

Nous devons avec mon groupe aborder l'alimentation/activité physique.



On a fait regarder, goûter, toucher et deviner des fruits et légumes aux enfants, on leur a fait composer des repas équilibrés, et pour l'activité physique, on a utilisé un "bingo du sport" pour leur faire appréhender la grande variété d'activités physiques et leur montrer que l'activité physique se trouve aussi dans le quotidien. Rien de très compliqué finalement. Moi qui redoutais le contact avec les enfants, cela m'a beaucoup plu.

Léonie
 Illustration : Yasmine Ramdani

Ailleurs

Partir en stage à l'étranger durant son cursus, c'est possible ! Laissez-moi vous conter mon histoire.

Une fois en P2 médecine, je n'avais qu'une seule envie : faire un stage humanitaire à l'étranger. Cette idée me trottait sans arrêt dans la tête, et plus le temps passait plus j'avais envie de sauter le pas. C'est en discutant avec une amie que nous avons décidé de chercher une association qui recrutait des étudiants pour partir en mission humanitaire. C'est l'association Raoul Follereau qui nous a fait confiance en nous accueillant au Bénin dans un centre de dépistage et de traitement de la lèpre et de l'ulcère de Buruli (maladie cousine de la lèpre). Nous ne sommes évidemment pas parties les mains vides, nous avons organisé (avec nos propres moyens) des activités pour les enfants malades du centre autour de deux thématiques : l'hygiène des mains et buccodentaire. Le matin, nous étions dans les différents services (kinésithérapie, chirurgie, consultation avec les médecins, soins infirmiers) et l'après-midi avec les enfants. Ce fut une expérience extrêmement enrichissante : nous avons beaucoup appris tant humainement que médicalement. C'est une fois dans sa vie, surtout dans notre domaine. On vit autre chose, on apprend beaucoup et ça nous permet de relativiser ensuite sur pleins de problématiques de la vie. Si vous avez envie de partir à l'étranger

pour aider à votre échelle, n'hésitez pas à le faire, nous y sommes arrivées donc pourquoi pas vous ?

Stages à l'étranger

Je vais maintenant vous parler des stages à l'étranger organisés par la Faculté de Médecine. À partir de la D1 nous avons la possibilité d'effectuer nos stages à l'étranger. Cette année, avec quatre de mes camarades de promo, on a décidé de partir au Vietnam pour 2 mois (1 mois de stage à temps complet et 1 mois de découverte culturelle). Notre dossier a été retenu par la commission présidée par le Pr Baqué, entre autres. Nous partons donc du 7 juillet au 6 août, entre potes, autant vous dire que ça va être génial. Ça nous permettra de souffler et de sortir de notre routine de l'externat tout en apprenant de nouvelles choses ! La fac a des partenaires dans plusieurs pays comme le Canada, les États-Unis, le Japon, le Brésil, en bref dans pas mal de pays, on a le choix ! D'ailleurs le 24 avril à 17h est organisé à la fac une soirée sur les relations internationales, donc si vous êtes intéressés, n'hésitez pas à y faire un tour !

Courage pour cette dernière ligne droite.

Hajer



Hajer entourée de plein de petits morveux

L'assos tabasco

BDE Carma

C'est une asso d'étudiants répartis en différents postes, ayant pour but d'animer la vie étudiante. En médecine, nous sommes 16, et nous comptons dans nos rangs : président, secrétaire, trésorière, responsables de la communication, des ronéos, des événements, de la création, de la pédagogie, du pôle sport/culture, de la logistique, et des relations avec les entreprises partenaires et enfin les responsables de la représentation au niveau national. Donc c'est une corporation très polyvalente, et qui concerne toutes les promos, dont vous ! Notre action s'étend des ronéos jusqu'aux soirées (on vous attend chuuuuds à la PP1, et surtout pendant l'inté en septembre), en passant par diverses activités (laser game, randos...) et par un rôle de représentation au niveau administratif et national. On vous tire vers le haut et le bas à la fois. Si l'on se retrouve l'année prochaine, le BDE Carabins Ex Machina se fera un plaisir de vous accueillir et de vous faire kiffer comme il se doit ! Force à vous pour ces dernières semaines.

Les CARMA



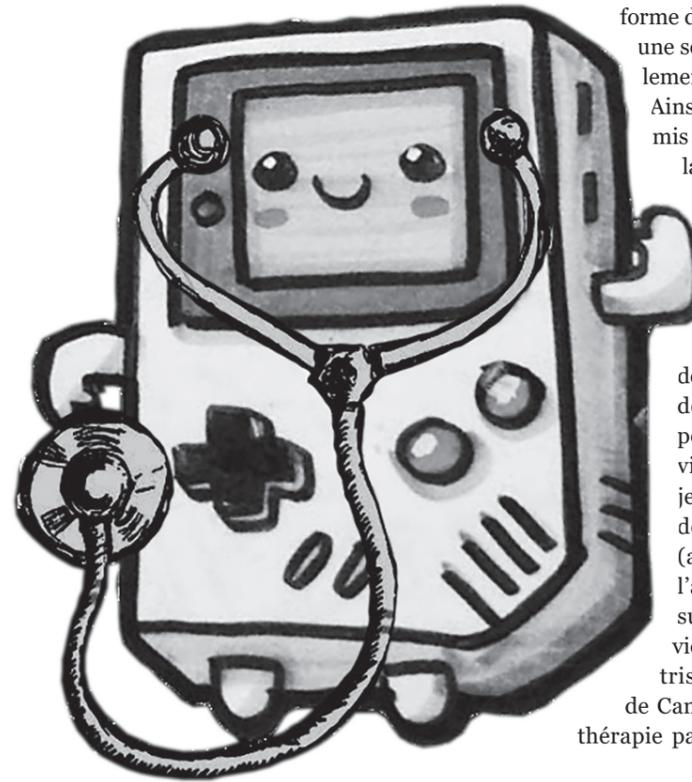
Bol de serial

Game of Thrones : Parce qu'il existe encore des gens qui ne l'ont pas vue, on profite de la sortie de la saison 8 pour faire une piquûre de rappel. La série la plus regardée au monde a tout de même converti les plus réticents des anti-séries. Dans un univers moyenâgeux et fantastique, la lutte pour le trône de fer est au centre de l'intrigue. Une réalisation et musique de très grandes qualités, de très bons acteurs, de belles images, Game of Thrones a gardé jusqu'à la saison 6, sa place sur le trône.

Imaginez sortir du cabinet de votre médecin avec une ordonnance vous prescrivant la pratique d'un jeu vidéo. En plus de freiner l'addiction aux drogues, il semblerait qu'aujourd'hui un jeu mythique, qui consiste à empiler des briques de différentes formes, pourrait avoir de nouvelles vertus.

S'y prendre tôt

Plus le temps passe, et plus les souvenirs douloureux restent ancrés dans notre mémoire. Véritables pensées intrusives, ils peuvent alors survenir sous



Tetris thérapie

Peut-être un nouveau traitement pour le syndrome de stress post-traumatique.

forme de flash-backs et devenir une source d'anxiété, difficilement gérable.

Ainsi, une étude suédoise a mis en évidence l'impact de la réalisation d'une activité prenante et visuelle sur les personnes victimes de stress post-traumatique (SSPT). Soixante-et-onze patients atteints de SSPT après un accident de la route, volontaires pour l'étude, ont été invités à jouer à plusieurs jeux, comme des quiz ou des tâches de comptage (après avoir revisualisé l'accident qu'ils avaient subi). Seul le fameux jeu vidéo des années 80 « Tetris » fut concluant (pas de Candy Crush, donc). Cette thérapie par le jeu a une efficacité

té avérée si elle est pratiquée dans les six heures suivant l'événement cause de stress. De plus, les effets sont observés après seulement 20 minutes de jeu.

En effet, en entamant des activités très visuelles peu de temps après le traumatisme, cela peut détourner les patients du choc psychologique en bloquant ou perturbant le souvenir, encore fragile, qui s'imprime moins fortement dans notre mémoire. Comme une véritable interférence qui va saturer la mémoire à court terme.

Perspective prometteuse

À l'heure actuelle, nous disposons surtout de traitements pour soigner le SSPT un mois après l'événement traumatique. Ainsi, ce jeu guérisseur pourrait constituer enfin un traitement préventif à donner tôt au patient. De toute évidence, des études complémentaires sont nécessaires.

Lisa Nicollet

Illustration : Lisa Nicollet (mais pas à 100 %)

L'assos blanche

Foulées d'Humanice

Qu'entends-tu ? Un tumulte sur l'asphalte, une clameur enthousiaste. Que vois-tu ? Des coureurs aguerris, une foule réunie. Ce sont les foulées d'Humanice. Une course caritative où grâce à un/des sponsor(s) (famille, ami, toi-même...) et selon le principe d'une promesse de don, chaque tour de terrain effectué, rapporte une somme définie au préalable. Tout le monde est le bienvenu ! Si tu n'aimes pas courir, tu peux aussi être là pour encourager tes amis et participer à des activités l'après-midi pour la modique somme de 3 €. Mais que

va faire Humanice avec cet argent ? Récolter des fonds et soutenir pour la première fois ANICES, une association sportive et culturelle ayant pour mission de développer l'handisport entre personnes valides et malvoyantes. Elle a pour objectif d'accroître les valeurs de solidarité, échange et mixité que prône également Humanice. Viens donc t'amuser, faire du sport et partager une journée avec ANICES et Humanice le 9 juin 2019 au stade Vauban à partir de 9h. En espérant t'y retrouver, motivé comme jamais !

Nany, VP Com' 2019-2020



Des pêches toi

Qu'est-ce qui est jaune et qui court vite ? Un citron pressé !

Ça tombe mal

Quelle est la différence entre un mec qui tombe du 10^e étage et un mec qui tombe du 1^{er} étage ? Celui qui tombe du 10^e fait "AAAAAAAH !-PAF" et celui qui tombe du 1^{er} fait "PAF-AAAAAH !"