

125

La Passoire

17 Novembre 2020

Journal hebdomadaire du
Tutorat Niçois

Pass-Orientation

Dentaire

Qu'est ce que c'est ?

Salut à toi jeune P1 ! Aujourd'hui, on va découvrir ensemble la tant attendue filière : Dentaire !



Dès votre entrée en 2ème année, vous découvrirez un monde très différent de votre quotidien actuel : entre soirées et TP, vous aurez l'occasion de développer vos compétences manuelles aussi bien qu'hépatiques.

En effet, la P2 et la D1, constituant le 1er cycle des études d'odontologie, sont là pour apprendre et s'entraîner à pratiquer la dentisterie, lors de nombreux TP, mais aussi à travers des stages d'observations chez des dentistes, orthodontistes, prothésistes... Vous aurez l'occasion d'effectuer ces stages tout

au long de ces 2 années, en plus du stage infirmier en fin de P2, qui vise à vous apprendre les gestes d'hygiène ainsi que faire découvrir le milieu hospitalier.

Lors de votre 3ème année, vous aurez également à effectuer, avec les autres filières de santé, un service sanitaire (SESA) dans un établissement scolaire, pouvant porter sur la nutrition, l'hygiène bucco-dentaire, l'addictologie ou encore la santé sexuelle.

Au 2ème semestre de cette D1, vous irez à l'hôpital une fois par semaine assister les étudiants de 4ème, 5ème ou 6ème année.

Vous entrez alors en 4ème année, où vous soignerez alors vos premiers patients à l'hôpital : c'est le début du 2ème cycle, de plus en plus professionnalisant, et qui comprend également la 5ème année.

Lors de cette 5ème année, vous continuerez à pratiquer, mais vous aurez également à valider en fin d'année le CSCT, un examen vous permettant d'exercer en cabinet afin par exemple d'effectuer des remplacements.

Vient alors le 3ème cycle, qui peut être court (un an) ou long (trois

ou quatre ans) via l'internat, et qui vous permet de tenter le concours afin d'exercer une des spécialités existantes : orthodontie, chirurgie orale et médecine bucco-dentaire.

À l'issue de ce 3ème cycle, vous pourrez alors soutenir votre thèse et prêter le serment d'Hippocrate : vous voilà docteur !

La route est encore longue avant que vous ne soyez des bb dentistes, alors je vous souhaite à tous bon courage !

Corentin



L'examen blanc du S1

Avant

Le conseil le plus basique mais aussi le plus important : faire comme s'il s'agissait du vrai examen.

Alors, oui, ce n'est pas l'épreuve finale mais l'examen blanc ne vous sera bénéfique que si vous vous préparez comme pour le vrai. Même si vous avez du retard, il faut tout donner dans les matières où vous êtes à jour. C'est le moment de sortir les fiches et les flash cards pour optimiser au maximum les révisions. Les tuteurs s'inspirent des profs, donc des annales, alors faites et refaites des qcm d'annales.

Pendant

Il faut se mettre en condition réelle ! Alors, oui, c'est à la maison derrière son ordi, mais on fait un effort. Essayez de vous habiller (bye le pyjama) / coiffer / maquiller pour les plus déterminé.e.s, de déjeuner avant l'épreuve (et pas pendant) et de vous mettre au calme. Pas de téléphone à portée de main, même entre les épreuves, pour garder votre concentration et, évidemment, pas de cours sous le bureau. Ça peut paraître extrême mais vous verrez que votre performance ne sera que meilleure si toute votre attention est dévolue au sujet. Et puis, le jour j, je vous rappelle qu'il n'y a même pas toujours de pause pipi.

Après

Le jour même, prenez votre après-midi. Faites ce qui vous plaît ! Appels vidéo avec vos ami.e.s,

séries, films, balades (dans la limite du kilomètre réglementaire), sieste...

Il y a plusieurs teams pour ce qui est de la correction. Personnellement, j'attendais au moins le lendemain pour la faire sérieusement et pas juste compter les points. La correction et les résultats de cet examen blanc sont hyper importants, c'est ça qui va vous permettre de préparer la dernière ligne droite de vos révisions.

Relevez tous les cours ou les matières où vous n'êtes pas encore au top et révisez ça en priorité. Quand vous serez à jour sur tous les cours, reprenez les qcm de l'examen que vous n'aviez pas pu faire. Ensuite préparez votre planning de révisions.

Les résultats

Peu importe le résultat, ce n'est pas ça qui compte. Que votre classement soit mauvais ou bon, tout peut encore se jouer tant que vous n'avez pas rendu votre feuille le 15 décembre. Ne vous laissez pas abattre si ce n'est pas ce que vous espériez. Prenez cet examen blanc comme une occasion de progresser, de voir où vous vous situez pour la suite. C'est un tremplin. Il vous reste encore du temps pour vous améliorer. Pareil si vous êtes bien classé, rien n'est assuré. Le but c'est de garder la motivation, c'est ça qui va primer sur les dernières semaines. A ce niveau de révisions, ce qui va réellement faire la différence, c'est votre mental.

Natachats

Le savez-vous

Le syndrome Witzelsucht (de l'allemand wit zelh qui veut dire blaguer/plaisanter et sucht signifiant addiction/désir ardent) entraîne chez la personne qui en souffre une nécessité de faire des blagues "vaseuses" ou des calembours à longueur de journée sans percevoir l'agacement de son entourage. Les personnes atteintes de cette pathologie deviennent aussi insensibles à toute autre forme d'humour (difficile de se faire de nouveaux amis). Elle serait due à un accident cérébral (type AVC ou lésion) dans la région orbitofrontal sur le côté droit du cerveau. En effet, toute modification apportée à la région du lobe frontal a pour résultat des changements spectaculaires de l'humeur, des goûts et des intérêts.

Pour traiter la maladie, il n'existe pas mille remèdes : thérapie comportementale et stabilisateurs d'humeur. Un des autres symptômes gênants de ce syndrome serait l'hypersexualité. Cocktail explosif.

Lisa Nicollet

BA DUM TSSS



Bol de serial

Breaking Bad

La série, dispo sur Netflix, retrace l'histoire de Walter White, professeur de chimie dans un lycée du Nouveau-Mexique. Ayant appris qu'il est atteint d'un cancer du poumon incurable, il se lance dans la fabrication et la vente de méthamphétamine pour assurer l'avenir financier de sa famille. Pour ça, il s'associe avec Jesse Pinkman, un de ses anciens élèves devenu dealer.

~ CyCloéXane



association

Carabins musiciens

Salut !

Je m'appelle Camille Limongi, je suis en 2ème année de médecine, et je vais vous présenter les carabins musiciens!

C koa lé carabins euh?

Eh bien en fait, ce sont des étudiants, qui à partir de la 2ème année d'études de santé se retrouvent dans un groupe facebook où ils sont triés par instruments + affinité de genre pour faire plusieurs groupes différents!

Les « recrutements » ont lieu en début septembre, et on peut postuler même si on est novice!

Ensuite, les groupes sont faits par ceux qui gèrent ça, tu peux te retrouver avec des gens de ta promo, d'autres filières ou d'années supérieures (en plus après ils peuvent t'aider si tu captes pas la facilité de l'ECG, merci Syb).

En termes de temps ça prend 2 heures dans la semaine pour les répétitions, et un peu plus pour apprendre de son côté les morceaux choisis par les membres de ton groupe, mais rassure-toi, tu as le temps en 2ème année!

Un peu de musique

Concernant les répétitions, si tu joues du violon, de la guitare, ou de la basse, il suffit juste d'amener ton instrument (les amplis sont déjà là-bas, sauf si tu décides de faire comme moi et d'amener le tien, parce que les habitudes avant tout t'as vu, oublie pas tes picks (médiateurs)), piano et batterie sont aussi là bas.

Tous les styles sont admis même si la plupart du temps ce sont de morceaux classiques qui sont repris (oasis, green day, des morceaux plus pop aussi).

Pour ma part je joue de la guitare depuis 5-6 ans et suis plutôt orienté rock, metal.

Le peu de répètes qu'on ait pu faire étaient vraiment cool, c'était sympa de pouvoir partager une ambiance dans un studio de musique pour vraiment voir ce que ça fait de jouer à plusieurs et pas juste avec une backing track (les vrais savent!).

Le fait de jouer avec un batteur, et de s'aligner sur une autre guitare et une

basse, avec un violon et un piano c'est vraiment une bonne expérience, on peut modifier le morceau en changeant une partie de la guitare et ajouter le violon pour avoir un son plus mélodieux, rajouter des fills à la batterie, bref vous avez compris, libre cours à l'imagination !

Le but étant d'être on fleek pour le gala de fin d'année (rip l'édition 2020 et on croise les doigts pour 2021), on joue également pour le sidaction, alors sortez vos meilleurs morceaux !

Le Frifrelin

Enfin j'aimerais faire une dédi à mon groupe avec lequel on a pas mal avancé avant d'être confiné bisous Célia, Sacha, Syb, Axel, Rémi (rpz whitechapel) et Anna, hâte de pouvoir reprendre guys! C'mon you know ! (Liam Gallagher - Oasis).



EPILEPSIE ET HORLOGE BIOLOGIQUE

Euh mais c'est quoi l'épilepsie ? C'est la manifestation d'une hyperactivité cérébrale résultant d'une « hyperexcitation » des cellules nerveuses. Les crises d'épilepsies apparaissent vraisemblablement à des heures variables dans la journée ou à des moments particuliers (propre à chaque individu). Un projet international a été créé, composé de laboratoires français, américains, allemands et polonais, se penchant sur l'expression des gènes au niveau de l'hippocampe. L'hippocampe serait, d'après une étude me-

née chez l'animal, caractérisé par de nombreuses oscillations moléculaires au cours de la journée. Il est aussi impliqué dans la forme la plus fréquente d'épilepsie, du lobe temporal. L'étude a révélé (sur des souris) que l'expression locale de plus de 1200 gènes dépendrait du rythme circadien ! La nature, le rythme et l'amplitude des variations de l'expression génique au cours de la journée apparaissent très spécifiques à l'épilepsie. On parlerait alors d'horloge biologique et cela permettrait de développer la chronopharmacologie.

Annahconda

Coup de pâte

Charades

C'est ce que tu écris pour imiter le bruit d'un rire.
 Verbe « naître », prem. pers. sing., subjonctif présent.
 C'est une boisson populaire en Angleterre.
 C'est la première syllabe du mot : zizanie.
 Mon tout est l'art d'endormir.

Anesthésie

C'est le participe passé du verbe : savoir.
 C'est là qu'est située ma colonne vertébrale.
 C'est une nourriture très populaire en Chine.
 Il s'emploie avec « ne » dans une négation.
 La deuxième note de la gamme, mais sans l'accent.
 Mon tout veut dire : qui secrète de la sueur.

Sudoripare

C'est le contraire du mot : il est « tard ».
 C'est l'endroit où les oiseaux pondent leurs œufs.
 Conjonction de la même famille que : qui, quoi.
 Mon tout veut dire : un fortifiant, un stimulant.

Tonique

C'est la deuxième syllabe du verbe : caresser.
 En les pressant, tu fais sortir le lait de la vache.
 C'est un rongeur un peu plus gros qu'une souris.
 Verbe « scier », prem. pers. plur., au présent.
 Mon tout : action d'amener de l'air dans ses poumons.

Respiration

C'est le contraire du mot : vert « foncé ».
 En les pressant, tu fais sortir le lait de la vache.
 C'est un adjectif, le féminin de : ton.
 Verbe « scier », prem. pers. plur., au présent.
 Mon tout : battement du cœur plus fort que d'ordinaire.

Palpitation

Minestrone

(ou le parfait alliage entre des pâtes et des légumes)

- Huile d'olive
- Oignon
- Poireau
- Carotte
- Pomme de terre
- Courgette
- Eau
- Haricots verts
- Coquillettes
- Parmesan

Faites chauffer de l'huile d'olive dans une grande casserole. Ajoutez l'oignon, le poireau puis la carotte, la pomme de terre et la courgette. Versez 500g d'eau et laissez cuire 30 minutes. Ajoutez les haricots verts et les coquillettes et faites cuire le temps indiqué sur les pâtes. Assaisonnez et ajoutez du parmesan. C'est prêt !
 Ps : il existe des préparations de légumes pour minestrone pour les plus pressés d'entre vous ;-)

Marion Buisset



Blague

C'est un professeur de chirurgie qui donne un cours à ses élèves. Ils vont dans une pièce dans laquelle se trouve un cadavre. Le prof de chirurgie commence le cours en disant :
 – Si vous voulez devenir chirurgien, il y a 2 qualités essentielles à avoir. La première, c'est de ne jamais être dégoûté de rien.
 Le professeur met son doigt dans le rectum d'un cadavre, lèche son doigt et invite ses élèves à faire de même. Les étudiants, dégoûtés mais passage obligé, se résignent à reproduire le geste.
 – La deuxième, dit le professeur, c'est le sens de l'observation. Si vous avez remarqué, j'ai mis mon majeur dans le rectum et j'ai léché mon index...

 **La Passoire Niçoise**

 **la_passoire_nicoise**



La Passoire 125

L'équipe : Alicia, Elise, Auxane

Conception maquette : Tony

Impression: William

Retrouvez La Passoire sur www.carabinsnicois.fr/phpbb