



18/01/2022

LA PASSOIRE

148

| Journal hebdomadaire du tutorat niçois |

Quelle est l'histoire de la galette des rois ?

Salut mon très cher carabin ,

J'espère que tu es au taquet pour ce mois de janvier et rien de mieux en cette période qu'un petit remontant comme la galette des rois ! Que tu préfères la frangipane ou la brioche aux fruits confits du sud, sais-tu quelle est l'histoire de cette pâtisserie ? Parce que quitte à s'empiffrer de cette tuerie autant le faire avec un peu de culture ! C'est parti :

La galette des rois vient des Saturnales, une fête romaine célébrant le dieu Saturne et le Soleil. Un repas était alors partagé entre les maîtres et les esclaves et une fève (un haricot) était glissée dans un gâteau ou une galette dont l'aspect rond et doré rappelait le soleil. Celui qui tombait dessus était ainsi désigné roi du festin.

La tradition a été conservée après la christianisation, l'Eglise ayant fait coïncider la fête avec la célébration de l'arrivée des Rois mages devant le berceau de l'enfant Jésus. Quant à la galette actuelle, composée de pâte feuilletée et de frangipane, elle serait arrivée beaucoup plus tard, à la fin du XVIIe siècle.

La dégustation de cette merveille se fait le 6 janvier à l'épiphanie où le 1er dimanche du mois de janvier.



Daphnee

Salut à toi qui a eu tes résultats, cet article t'est dédié.

Tout d'abord je sais qu'avec la réforme vos classements n'ont pas pu être communiqués, que vous êtes dans le flou, mais vous avez un petit ordre d'idée qui vous aide à peu près à vous situer.

Je vais vous parler un peu de mes notes/classements de P1 pour vous montrer qu'il ne faut rien lâcher, même si encore une fois je sais que cette année c'est différent, que vos Qcms étaient pondérés (donc les notes plus hautes) et que vous n'avez pas vos classements .

Au S1 j'avais eu 10 et j'étais arrivée 167, j'avoue que j'étais déçue (même si au final il s'est avéré que c'était un bon classement).

J'ai pris le temps de pleurer, de digérer cette info et puis je m'y suis remise plus motivée que jamais. Au final je suis arrivée 130 sur les 2 semestres confondus et avec comme note 13, puis j'ai pris encore 40 places avec l'oral et j'ai eu médecine! Et il y a beaucoup d'autres personnes dans ce cas qui ont fait des remontées de fou et qui étaient plus loin que ça (au delà de 200).

Donc que tu sois satisfait de toi ou pas, continue de bosser, de tout donner pour ce 2e semestre, pour ne pas perdre l'avance que tu avais prise ou pour remonter.

Avec cette réforme on sait tellement pas à quoi s'attendre tu as toutes tes chances, et avec l'oral encore plus!

Prends le temps de fêter ton classement ou de le digérer, pose toi les bonnes questions sur ce que tu veux vraiment donne toi les moyens d'y arriver.

Ou au contraire si tu as des doutes, que ça ne te plait pas pense à une éventuelle réorientation, ça arrive je connais des personnes qui se sentaient pas du tout à leur place, qui ont changé complètement de voie et qui sont plus épanouies maintenant.

Ensuite remets toi à fond, car il vaut mieux être déçu en ayant tout donné que de regretter d'avoir abandonné. Beaucoup de personnes ont lâché au S2 et ont regretté ensuite car elles avaient leurs chances.

Donc donne tout ce S2, de plus qu'il est vraiment plus simple que le S1, prends le maximum de points possible, tous tes efforts du S2 additionnés à l'oral (si tu y vas) ne pourront qu'être bénéfiques.

Et ne pense jamais que tu as fait tout ça pour rien, même si tu arrives pas à la filière de tes rêves à la fin, dis toi que les Paces le faisaient majoritairement en 2 ans, et que toutes ces connaissances te serviront et si ce n'est pas en LAS 2, sûrement dans d'autres études.

Mais reste focus sur ce que tu veux vraiment, continue de croire en toi jusqu'au bout, et quoiqu'il arrive tu sortiras grandi de cette année!

Je te souhaite plein de courage, de motivation, et bravo à toi pour ce que tu as accompli jusqu'à maintenant! <3

Sasha



Comment réussir son S2 ?

Tu l'as sans doute déjà remarqué ou entendu de la part d'un P2 mais le S2 de PASS/LAS est complètement différent du S1. Le défi du S1 était d'apprendre beaucoup en peu de temps, alors qu'au S2, c'est de tenir sur la longueur. Je vais essayer de te donner des conseils qui te seront utiles pour briller au S2.

Les cours

Tout d'abord, il est important de noter que la quantité de cours est bien moindre dans cette deuxième partie de l'année, surtout de cours classants si tu es en PASS. Le ratio cours classants/pas classants est très différent du S1, la stratégie n'est donc pas la même. Si au S1, tu avais tendance à délaissier l'UE spé, ce n'est pas une bonne idée au S2. Cette UE peut te faire gagner beaucoup de points dans ta moyenne qui doit être de 10 minimum. De plus, les notions qui y sont abordées te seront nécessaires si tu vas en médecine puisque une nouvelle UE Base médicale reprend toute la spé de P1. Et je t'assure que si tu te concentres uniquement sur l'UE transversale, les cours vont très rapidement devenir redondants et tu en auras marre. Je ne te dis de l'apprendre au mot près mais la travailler régulièrement te sera grandement utile.

"Commence doucement"

La quantité de cours étant moins importante ce semestre, tu auras le temps de bien connaître le cours le jour du concours, je te l'assure. Donc commence doucement. Ne fais pas les mêmes journées qu'au S1, surtout au mois de janvier. Sors et repose toi si tu

ne veux pas être fatigué dès le mois de février et vivre ce S2 comme l'enfer sur terre (ce qui a été mon cas), alors que tu peux t'épanouir et travailler plus efficacement.

La culpabilité

Un point important que j'aimerais aborder avec toi, c'est la culpabilité. Car je sais que certains sont rongés par ce sentiment dès qu'ils n'ont pas une ronéo sous leurs yeux. C'est essentiel d'en parler et d'identifier si tu travailles pour des connaissances ou pour te rassurer car l'idée de t'éloigner de ton bureau te fait paniquer. Si tu es dans le second cas comme je l'étais, dis toi que la quantité de travail n'est pas synonyme de qualité en ce S2. Tu te dis sûrement que pendant que tu ne travailles pas, d'autres sont en train de répondre à des QCMs. Non seulement c'est sûrement faux mais qui te dit que cette personne sera en forme au mois de mai et pas en burn out ? Je sais que c'est dur à réaliser mais crois moi, le S2 c'est très long et très répétitif (on voit le même cours plus de 15 fois), ça n'en finit pas si tu te fatigues dès le mois de janvier.

Organiser ses journées

Tu as probablement le même rythme de travail qu'au mois de novembre et tu ne sais pas comment organiser tes journées pour tenir ? Je te comprends et je vais essayer de te donner quelques pistes. Déjà lève-toi plus tard qu'au S1, le sommeil c'est primordial. Prends de plus longues pauses, que ce soit pour manger et surtout pour t'aérer. Sors, va voir tu monde, montre ton visage au soleil, ça t'évitera d'avoir la tête prête à exploser. Ne travaille pas trop

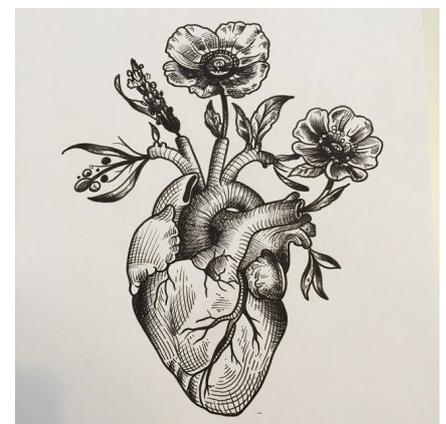
tard en ce début de semestre. Et surtout fais du sport ! C'est pour le corps et pour la tête, et si comme moi, tu avais du mal à prendre des pauses, le sport c'est idéal car ça permet au cerveau d'être plus performant après, donc c'est une pause utile !

Si je te dis ça, ce n'est pas pour que tu échoues en travaillant pas suffisamment, loin de là ! C'est pour que tu sois en forme pour tout donner quand il le faut, te préserver pour te surpasser. Le but c'est que tu sois fier de toi et que tu ne regrettes rien !

Voilà pour ces conseils ! Je t'assure qu'on peut bien vivre ce semestre en s'écoutant et en prenant soin de soi ! Je ne suis pas en train de dire de rien faire attention mais de travailler intelligemment !

Je crois en toi !

Loria



Le double cursus médecine/ sciences, c'est quoi ?



Tout d'abord, qu'est ce que le double-cursus Médecine/Sciences ?

“Accéder une carrière hospitalo-universitaire”

Il s'agit d'un cursus universitaire qu'il est possible d'accomplir en parallèle des études de Médecine (et pas que puisque c'est disponible au même titre pour la Pharmacie et l'Odontologie). Ce double-cursus permet à l'étudiant de se former à la recherche scientifique pour ensuite accéder à la recherche clinique, fondamentale ou translationnelle et/ou pour accéder à des carrières hospitalo-universitaires comme Professeur par exemple ;) . À l'issue de ce parcours, il est donc possible de concilier médecine et recherche, qui sont quand même assez complémentaires on va pas se le cacher.

Alors là vous vous demandez, « oui mais ça consiste en quoi ? »

Et bien, il faut tout d'abord valider une équivalence Master 1 (en parallèle de la P2 et de la D1 + un stage de 1 à 2 mois), puis il faut valider un Master 2 (6 mois de cours, 6 mois de stage) en faisant une césure d'un an après la D1 ou alors à partir de la 2ème année d'internat du moment qu'on a l'équivalence M1 en poche. Enfin, on peut accomplir une Thèse de Sciences (qui est facultative) en faisant une

césure de 3 à 4 ans possible dès lors qu'on a le M2 validé. Pour faire ce cursus, deux choix s'offrent à vous. Soit vous le faites de manière autonome en faisant les démarches (pour les stages, recommandations, etc..) vous-même, soit vous le faites par le biais d'une École .

Quelles sont les écoles ?

En ce qui concerne les Écoles, il existe l'École de l'Inserm et l'ENS . L'École de l'Inserm est à Paris (mais vous restez étudier dans votre fac:)) et l'ENS est à la fois à Paris mais aussi à Lyon. Ces écoles permettent en plus de leur encadrement, d'accéder à des financements mais aussi à un réseau propre à l'École (de chercheurs, de professeurs, etc..).

Et voilà pour cette petite et brève présentation, si vous avez la moindre question, il existe une association qui s'appelle l'AMPS (Association Médecine Pharmacie Sciences) qui gère tout ça et les référentes locales sont *Yamina Mejri* et *Pauline Bonadonna* que vous pouvez contacter sur FB (bombardez les de dm elles sont là pour ça ;)) et par mail : yamina.mejrissi@etu.univcotedazur.fr et pauline.bonadonna@etu.univcotedazur.fr



Thomas Frinquard

Une petit peu d'actualités médicales



- ▶ Une méta analyse (article qui réunit plusieurs étude) publiée dans le *Journal of the American Heart Association* (JAHA) montre que l'allaitement réduit les risques de maladies cardiovasculaires chez la mère.
- ▶ La société Presagen a mis en place un dispositif d'intelligence artificielle : IA Life Whisperer, utilisé dans la Fécondation In Vitro. C'est un dispositif permettant d'analyser la qualité des embryons grâce à des photons.
- ▶ Les scientifiques du département de biochimie à l'Université de Washington, basée à Seattle ont identifié 4 types d'Anticorps du sérum de patients convalescents ou de personnes vaccinées contre la covid qui conservent leur potentiel antiviral face à Omicron. C'est une bonne nouvelle car le variant Omicron est différent de la souche initiale du covid et cette découverte peut être essentielle pour contenir la pandémie

Loria



Spider Man : No Way Home



Petit dernier du Marvel Cinematic Universe (MCU pour les intimes), « Spider Man : No Way Home » a été réalisé par John Watt à partir d'un scénario écrit par Chris McKenna et Erik Sommers. Il s'agit du 27^e film de l'univers cinématographique Marvel et le quatrième de la phase IV. Après Black Widow, Shang-chi et les Eternels, il vient conclure une année 2021 chargée pour le MCU.

Coté casting nous avons Tom Holland, bien sûr, qui revient pour une troisième tête d'affiche dans le rôle de Spider-Man. A ses côtés se trouveront encore une fois Zendaya (sa petite amie MJ), Jacob Batalon (son meilleur ami Ned) et de Marisa Tomei (l'incontournable tante May), mais aussi Benedict Cumberbatch (notre cher Docteur Strange).

Beaucoup de rumeurs circulent, certaines affirmant que Andrew Garfield et Tobey McGuire feraient eux aussi leur apparition à l'écran dans leurs rôles respectifs de Spider

Man, impliquant la confirmation d'un multivers. Je me refuse à tout commentaire à ce sujet (pas de spoiler ici, mesdames messieurs !) mais les films Spider Man de ces deux acteurs sont à voir. Ca ne fera pas de mal à votre culture !

Que se passe-t-il donc dans Spider Man No Way Home ? Alloooooors... Si vous vous rappelez bien, nous avons laissé notre petite araignée sympa du quartier dans une position bien délicate. En effet, à la fin de Far From Home, l'identité secrète du héros est révélée ! Pour la première fois dans son histoire cinématographique, Spider-Man est démasqué et ne peut désormais plus séparer sa vie normale de ses lourdes responsabilités de super-héros. Quand l'impact de la révélation prend de trop grandes proportions et nuit gravement à ses proches, Peter se résout à demander de l'aide à Doctor Strange, le fameux sorcier aux côtés duquel il s'est battu dans les deux films Avengers : Infinity War et Endgame. Peter veut se faire oublier, quitte à essayer les solutions à la limite des pouvoirs humains... et risquer de casser l'univers.

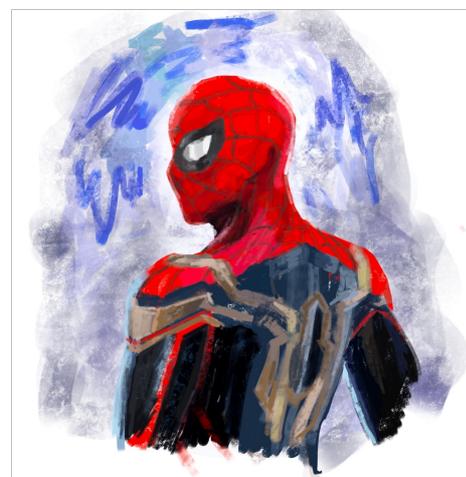
En tout cas, ce film était définitivement très attendu du public,

18 janvier 2022

chacun avec sa petite théorie sur les personnages mystères qui y feraient leur apparition. En tout cas, il semble s'être montré à la hauteur : actuellement à la tête du box-office américain, ce film cumule plus de 5 000 000 d'entrées depuis sa sortie le 15 décembre 2021.

L'avis de la Passoire : Spider Man No Way Home a clairement su se montrer à la hauteur des exigences du public, alliant le savoir-faire caractéristique des réalisateurs à la continuité du MCU et à des acteurs dont l'interprétation est définitivement un sans-faute. Même en faisant surchauffer vos cerveaux pour deviner ce qu'il va se passer, vous arriverez encore à être surpris et émerveillés par ce nouveau Marvel. A voir absolument !!!

Pauline Joucla



Recette - Pâtes aux champignons

Ingrédients :

- des pâtes
- Des champignons
- De l'huile d'olive
- Crème fraîche
- Du persil
- Ail, oignon... ce que tu veux
- 1 oeuf

Fais revenir dans une poêle de l'oignon dans de l'huile d'olive. Ajoute les champignons. Pendant que les champignons cuisent, occupe toi des pâtes (ça je pense que tu sais faire). Une fois les champignons revenus et les pâtes cuites, ajoute la crème fraîche dans la poêle puis les pâtes avec le jaune d'un oeuf. Sers avec du persil !

Retrouve-nous sur les réseaux :



La Passoire Niçoise



la_passoire_nicoise



Tu peux aussi lire le journal sur le forum :
<https://www.carabinsnicois.fr/phpbb/viewtopic.php?f=781&t=56337>