

MST

ERASMUS MÉDECINE

Viens découvrir de nouveaux horizons !

MÉDECINE GÉNÉRALE

*STOP AUX
CLICHÉS !*

HOPITAL DES NOUNOURS

Retour sur une expérience incroyable

RENCONTRE

IMANE

La nouvelle reine de l'asso Lilloise

INTELLIGENCE ARTIFICIELLE

L'analyse du Professeur Chazard

**CONCOURS POUR 3
MENUS BURGER !**

Sur la page Facebook "ACEML, journal MST"



BNP PARIBAS
La banque d'un monde qui change



**Université
de Lille**

Édito

C'est notre avant dernier numéro et donc bientôt la fin de cette aventure incroyable, vous êtes de plus en plus nombreux et cela me fait énormément plaisir !

Plus vous partagez le journal, plus nous pouvons faire découvrir notre petit "bébé" à de nombreuses personnes et vous ne vous imaginez pas à quel point cela nous aide !

Je ne vous cache pas ma fierté quand j'ai reçu une proposition d'article du Pr. Chazard, nous arrivons à plaire aux étudiants et également aux PU maintenant et à nous ancrer encore plus solidement dans le paysage de la Fac de médecine (et c'est en grande partie grâce à vous !)

Bien que ce soit le journal de l'ACEML, nous aimons mettre en avant d'autres associations qui font également un travail extraordinaire, les coulisses d'Hippocrate en est un bel exemple donc n'hésitez pas à aller nombreux voir leur pièce, c'est pour la bonne cause en plus.

Enfin pour finir, si vous voulez devenir rédacteur en chef ou juste rédacteur, envoyez-moi un message le plus vite possible afin que vous soyez formé avant la passation (le 1 avril).

Bonne lecture tout le monde !

Maher SALMAN- VP Journal



ACEML, Journal MST



journal.mst@aceml.com



https://www.aceml.com/journal/



@journalmst

SOMMAIRE

3. L'intelligence artificielle par le Pr. Chazard

5. Tout savoir sur l'ERASMUS

8. Une Femme, une Histoire

10. La Médecine Générale : STOP aux clichés !

13. Retour sur l'Hôpital des Nounours

14. Mon Asso'

15. Découvrez "Les Coulisses d'Hippocrate"

16. The Chronic

17. Une Blouse et une Plume

18. Cauchemar en cuisine

20. Bons plans et JEU CONCOURS !!!

21. La Goutte d'Encre Internationale

23. La Goutte d'Encre Locale

24. L'Horoscope de Mama

Uniquement en version PDF :

25. J'ai joué, j'ai aimé !

REMERCIEMENTS

Rédacteur en chef: Maher Salman

Rédacteurs : Clément.B, Imane.E, Shanice.V, Valentine.M, Romain.D, Aurélien.G, Aude.M, Julie.M, Nicolas.F, Pauline.S, Sarra.S, Laure.A, Benjamin.E et Zacharie.S.

Responsable Partenariat: Aglaé.J

Illustratrices: Laure.A, Sarra.C et Flore.D

Chargé de communication: Maher.S

L'intelligence Artificielle

« Je m'énerve souvent quand j'entends parler d'intelligence artificielle ! »

L'intelligence artificielle (IA), ce sont ceux qui en font le moins qui en parlent le plus ! Nos medias, les politiciens et de nombreux meneurs d'opinion l'illustrent chaque jour. Et dire que la plupart d'entre eux n'avait pas un niveau scolaire suffisant pour être à votre place... Groupmf ! Ça m'énerve ! Accordez-moi l'occasion de commenter quelques affirmations...

« L'IA, c'est tout nouveau et c'est l'avenir ! »

C'est sûr qu'à l'échelle de l'humanité, c'est nouveau, autant que l'informatique. A notre échelle, ça l'est un peu moins : le concept d'IA date des années 1950 [1,2], avec des travaux assez théoriques (le fameux perceptron notamment [3]). Les systèmes d'aide à la décision médicale se sont vraiment développés dans les années 1970 [4]. Là c'était déjà du concret, avec une IA basée sur des règles écrites par des experts. Puis le concept d'apprentissage automatique ou « machine learning » ou « data mining » ou « knowledge discovery in databases » a constitué un véritable saut dans les années 1990 [5,6], avec cette idée que la machine pourrait apprendre automatiquement des associations entre variables, puis les utiliser pour prédire une variable manquante. Des modules d'IA basés sur ce concept existent depuis plus de vingt ans. Une troisième famille de méthodes, l'apprentissage par renforcement, date des années 1980 [7], et trouve actuellement essentiellement des applications dans des univers finis et déterminés par l'Homme, comme celui des jeux (échecs, go, jeux vidéo) : on est assez loin du soin en vie réelle.

« Les ordinateurs sont désormais intelligents grâce à l'IA ! »

Au risque de décevoir, les ordinateurs ne sont pas intelligents. Aucun chercheur du domaine ne s'en est jamais caché, et le terme était pourtant lui-même explicite : de même que le gazon artificiel n'est pas du gazon, l'intelligence artificielle n'est pas de l'intelligence. Sans vous refaire le cours de 2ème année, il s'agit d'un ensemble de mécanismes très bêtes qui, exécutés en très grand nombre et à très grande vitesse, peuvent rendre service en mimant la réponse qu'un humain aurait faite dans un cadre prédéterminé.

« L'IA est meilleure que l'humain dans de nombreux domaines médicaux ! »

Ah ben oui, c'est vrai que quand on demande à un dermatologue de porter un diagnostic sur une photo, sans examiner la lésion (vue 3D, à jour frisant, en faisant varier l'éclairage, fixité des tissus cutanés, saignement à la manipulation), sans interroger le patient (anamnèse, évolution de la lésion, exposition solaire, antécédents personnels et familiaux), sans examiner le patient (autres lésions, adénopathies), il n'est pas surprenant qu'un module d'IA soit meilleur pour analyser cette photo et prédire le caractère malin d'une lésion cutanée [8]. Pour dire les choses simplement, l'IA est souvent assez bonne, mais si vous prenez certaines tâches où l'humain est plutôt moyen (analyser une image, mémoriser de grands volumes de données, calculer très vite), l'IA peut dépasser l'humain sur des tâches très cadrées. En revanche, quand vous vous intéressez à des tâches où l'humain est très bon (mitiger de la déduction, de l'expérience et de l'intuition, prendre une décision à partir d'informations contradictoires toutes plus ou moins fausses et manquantes, faire face à une situation totalement nouvelle et jamais enseignée, tenir compte de facteurs temporels), l'IA apparaît comme décevante. C'est le cas par exemple de l'aide à la prescription médicamenteuse. De manière surprenante, dès qu'on sort du champ de l'analyse d'image, même sur une tâche « propre » comme l'interprétation automatisée d'ECG [9], les résultats de l'IA sont mitigés.

« L'IA sera bientôt présente dans les cabinets médicaux ! »

Ah ben oui, et peut-être un peu plus que ça, même... En 2015, près de 30% des médecins généralistes possédaient un électrocardiographe doté d'un module d'IA pour l'interprétation automatique [9], pour ne prendre qu'un seul exemple de module d'IA. La quasi-totalité d'entre eux avaient accès à des modules d'IA sur internet. L'IA, ce n'est pas seulement demain, c'était déjà hier !

« L'IA en santé posera de nouvelles questions de responsabilité médicale ! »

Ah... ben tellement que l'intrusion de l'IA dans les cabinets médicaux il y a plusieurs décennies n'a rien changé. C'est plus simple que ça en a l'air : le médecin appuie sa décision médicale sur des données qui sont toutes potentiellement fausses, comme par exemple les données d'interrogatoire (buvez-vous de l'alcool ? Oh, si peu...), les données d'examen clinique (pas facile de palper une rate sous 30kg de graisse), les résultats de mesures (le thermomètre indique 35,0°C... vous êtes vivant, on dira que tout va bien), des résultats d'examen (une kaliémie à 25 mmol/l... vous êtes vivant, c'est sûrement une hémolyse). Et pourtant, aucune de ces embûches ne dédouanera le médecin de sa responsabilité en cas d'erreur médicale.



L'intelligence Artificielle (suite)

Le paiement d'un honoraire rémunère cette complexité intellectuelle et formalise cette prise de responsabilité. L'IA n'est qu'une information potentiellement fautive de plus ! Lorsqu'un médecin réalise un acte avec l'assistance d'un interpréteur automatique (qui est un module d'IA), il encaisse l'honoraire correspondant à l'interprétation : c'est son problème s'il se fait aider par un mauvais logiciel, et cela ne change rien à sa responsabilité, car il n'est pas payé pour recopier un résultat d'IA mais pour interpréter lui-même l'examen. Les faits sont têtus, cela fait 30 ans que l'IA est dans les cabinets médicaux et que la responsabilité médicale est inchangée. D'ailleurs, ce fait est indirectement validé par le fait que les dispositifs embarquant de l'IA sont seulement soumis à un marquage CE : les modules d'IA ne sont pas contrôlés. A l'avenir, ces modules d'IA seront vraisemblablement évalués, mais alors les missions de la CNEDiMITS se limiteront à valider les modules prétendant au remboursement et destinés aux patients, et non aux professionnels de santé [10,11], car les professionnels de santé sont censés interpréter eux-mêmes les examens.

« Il faut produire plus de mathématiciens pour faire face aux enjeux de l'IA »

Produire des méthodes c'est une chose, mais il faut ensuite faire fonctionner des applications dans des domaines spécialisés (ex : la comptabilité, l'e-commerce, la détection de tumeurs sur une radio du thorax, la prédiction d'effets indésirables du médicament), et là les mathématiques ne sont d'aucune aide. Le plus dur est certainement l'application à un domaine, et nous manquons surtout de spécialistes du domaine médical [12] capables de comprendre l'informatique et les mathématiques, tandis qu'il est très difficile de faire comprendre la médecine à des mathématiciens ou informaticiens. Mais le travail ne s'arrête pas là : un module d'IA parfaitement fonctionnel peut ensuite s'avérer totalement inutilisable, notamment parce qu'il pourrait la vie des professionnels au lieu de les aider [13] : il nous faut également des psychologues et spécialistes des facteurs humains. La liste des profils requis est longue... Il faut enfin que les utilisateurs finaux aient les notions leur permettant de rester méfiants, car ce sont les moins qualifiés qui sont le plus confiants envers des modules d'IA médiocres [9]. Notre Faculté a vu juste, en mettant en place le premier DU d'Intelligence Artificielle en Santé de France, co-dirigé par le Dr Grégoire Ficheur et le Dr Vincent Sobanski.

« De quelle couleur ce chien est-il ? »



Noir !



Après des millions investis, notre interpréteur automatisé d'ECG était toujours aussi nul.

Pourtant, vous affichez 95% de concordance ?

C'est facile pour des maladies rares. Le Kappa est pourri, mais nous ne le publions jamais.

Comment avez-vous fait alors ?

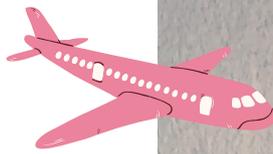
On a simplement dit que c'était de l'IA, et de nouveaux investisseurs sont arrivés !

Génial, j'achète des actions tout de suite ! Il faudra juste que je revende avant les autres !



Références :

- [1] Kulikowski CA. Beginnings of Artificial Intelligence in Medicine (AIM): Computational Artifice Assisting Scientific Inquiry and Clinical Art – with Reflections on Present AIM Challenges. Yearb Med Inform 2019;28:249–56. <https://doi.org/10.1055/s-0039-1677895>.
- [2] Nash FA. Differential diagnosis, an apparatus to assist the logical faculties. Lancet Lond Engl 1954;266:874–5. [https://doi.org/10.1016/s0140-6736\(54\)91437-3](https://doi.org/10.1016/s0140-6736(54)91437-3).
- [3] Minsky M, Papert S. Perceptrons, expanded. MIT Press; 1968.
- [4] Shortliffe EH, Davis R, Axline SC, Buchanan BG, Green CC, Cohen SN. Computer-based consultations in clinical therapeutics: explanation and rule acquisition capabilities of the MYCIN system. Comput Biomed Res Int J 1975;8:303–20. [https://doi.org/10.1016/0010-4809\(75\)90009-9](https://doi.org/10.1016/0010-4809(75)90009-9).
- [5] Fayyad U, Piatetsky-Shapiro G, Smyth P. From Data Mining to Knowledge Discovery in Databases. AI Mag 1996;17:37.
- [6] Piatetsky-Shapiro G. Knowledge Discovery in Real Databases: A Report on the IJCAI-89 Workshop. AI Mag 1990;11:68.
- [7] Sutton RS. Learning to predict by the methods of temporal differences. Mach Learn 1988;3:9–44. <https://doi.org/10.1007/BF00115009>.
- [8] Haensle HA, Fink C, Schneiderbauer R, Toberer F, Buhl T, Blum A, et al. Man against machine: diagnostic performance of a deep learning convolutional neural network for dermoscopic melanoma recognition in comparison to 58 dermatologists. Ann Oncol Off J Eur Soc Med Oncol 2018;29:1836–42. <https://doi.org/10.1093/annonc/mdy166>.
- [9] Delrot C, Bouzillé G, Calafiore M, Rochoy M, Legrand B, Ficheur G, et al. Do Medical Practitioners Trust Automated Interpretation of Electrocardiograms? Stud Health Technol Inform 2019;264:536–40. <https://doi.org/10.3233/SHT190280>.
- [10] Haute Autorité de Santé. Évaluer les dispositifs médicaux avec intelligence artificielle. Haute Aut Santé 2019. https://has-sante.fr/jcms/p_3119829/fr/evaluer-les-dispositifs-medicaux-avec-intelligence-artificielle (accessed February 8, 2020).
- [11] Bonfillon R. Évaluer les dispositifs médicaux avec intelligence artificielle - Entretien avec Isabelle Adenot, présidente de la CNEDiMITS n.d. <https://www.techniques-hospitalieres.fr/blog/evaluer-les-dispositifs-medicaux-avec-intelligence-artificielle-n2467> (accessed February 9, 2020).



ERASMUS

On a tous déjà entendu parler du programme ERASMUS, cependant peu d'étudiants en médecine saisissent cette opportunité. Alors nous voilà pour vous exposer le pourquoi du comment nous sommes partis et tout simplement vous partager notre expérience.

Qu'est-ce que le programme ERASMUS ?

- Un acronyme = EuROpean Action Scheme for the Mobility of University Students
- Un nom inspiré de l'humaniste, philosophe et théologien Erasme. Ce charmant Monsieur était pacifiste et cosmopolite. Il aurait proclamé « Le monde entier est notre patrie à tous ».
- Le programme permet aide les organisations à travailler dans le cadre de partenariats internationaux et à partager les pratiques innovantes dans les domaines de l'éducation, de la formation et de la jeunesse. Cette dimension permet d'ouvrir le programme à des activités de coopération institutionnelle, de mobilité des jeunes et du personnel et ce, au niveau mondial.

Choses à savoir: Déconstruisons les préjugés !!

- **faire un Erasmus ne vous validera aucun cours/stage: VRAI**
- **partir coûte très cher : c'est un coût qui se prévoit :**
 - On paie les frais d'inscriptions à Lille
 - Tout le monde a le droit à la bourse Erasmus (adaptée à votre destination)
 - En fonction de votre destination la vie sera plus ou moins chère mais il y a toujours moyen de gérer son budget.
- **partir ou m'intéresser à la culture internationale ne sert à rien pour ma future carrière dans le médical :**
- **FAUX**, je vous laisse poursuivre la lecture de cet article
- **l'administratif c'est trop dur : FAUX**
 - Si j'ai réussi, croyez moi tout le monde peut y arriver avec un peu de bonne volonté...

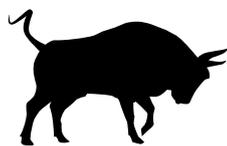
Les questions à se poser avant de construire un projet :

- ✓ Pourquoi est-ce que je veux partir, qu'est-ce que je recherche? C'est une question essentielle dont la réponse déterminera beaucoup de vos choix (comme le lieu de votre mobilité, la durée de celle-ci ect...)
- ✓ Quel est mon budget? Comment est-ce que je souhaite le gérer, quelles sont mes priorités? (sorties, voyages, vie de tous les jours...)
- ✓ Combien de temps est-ce que je veux partir? Un seul ou 2 semestres? Est-ce que je veux mener d'autres projets?

PRÉPARER SON ERASMUS

QUELLES SONT LES ETAPES CLEFS ?





Mon ERASMUS en Espagne

Hola Salamanca!

Envie de changer de routine, voyager et s'ouvrir au monde et à sa diversité, une opportunité à saisir : l'ERASMUS!

Salamanca una de las mas bonita ciudad de España !

Avez-vous déjà fait un voyage scolaire à Salamanca ? Si non probablement vous ne connaissez pas cette ville et pourtant...

Ville à taille humaine du Nord Ouest de l'Espagne, composée de 144 000 habitants, Salamanca est inscrite au patrimoine mondial de l'UNESCO. Il suffit de vous balader, sous le soleil, dans la vieille ville pour vous en apercevoir. Cette ville aux murs dorés regorge de monuments et de culture. Pour n'en citer que quelques-uns : sa plaza Mayor l'une des plus belles d'Espagne (voir photo), sa cathédrale datant du XIIe siècle, ou encore son université mythique : 4e plus vieille université d'Europe (derrière Bologne ou Oxford).

Une université ouverte sur le monde

Grâce à ses deux universités Salamanca est une ville très estudiantine. A elle deux elles comptent plus de 30 000 étudiants, ainsi que plusieurs milliers d'étudiants étrangers venant de plus de 30 pays différents.

D'après le président de l'université : Salamanca est l'une des villes les plus belle, sure et amusante d'Espagne.

Partage de la culture estudiantine

J'ai pu remarquer qu'à Salamanca, les étudiants étaient fort attachés aux traditions, telles que par exemple en médecine les fêtes de la San Lucas, Saint patron de la médecine. Ce Saint patron est célébré tous les ans au mois d'octobre pendant toute une semaine où différentes activités et soirées sont organisées telles que tournois de Beer pong, poker ou babyfoot, tuppersex et karaoké, mais également tournois de volleyball, basketball ou football. Le jeudi tous les étudiants de la 1ère à la 6ème année se déguisent (les premières années "novatos" sont en blouse blanche où l'on écrit dessus, les 6e années sont tous déguisés dans un même thème, pour les autres il n'y a pas de consigne. Les espagnols ont l'habitude de se déguiser en groupes.) A 10h la fête commence devant la Faculté de médecine, concours de déguisements et chants, puis après un passage devant la fac de droit "ennemie", la fête se poursuit par un

partage de pizza le midi ainsi que dans les boîtes de nuits de la ville de 16h jusqu'au petit matin. Le samedi est organisé une traditionnelle capea : journée de fête dans une sorte de ferme, avec vachette ou taureau mécanique et DJ. Beaucoup d'autres filières de l'Université ont aussi une célébration de leurs saint patron.

Un accueil des premiers années "novatos" par les anciens les "veteranos" est également organisé en début d'année.



Être étudiant en médecine en Espagne

J'ai pu remarquer que le déroulement des études est assez ressemblant à celui de la France.

Elles débutent par une formation de base d'une durée de 6 ans (Grado de medicina) durant laquelle on peut y étudier anatomie, physiologie, immunologie et pharmacologie. A partir de la quatrième année commencent les stages pratiques à l'hôpital.

Cette année j'effectue une 4e année de médecine à Salamanca, au 1er semestre : neuroanatomie, neurophysiologie, anglais et histoire de la médecine; au second : Neurologie, ORL, ophtalmologie et Psychiatrie; au 3e semestre les stages pratiques. J'ai également deux options : actualisation en électrocardiographie clinique et sexologie appliquée à la médecine.

Au cours de la 6e année les étudiants passent l'examen national du MIR (équivalent des ECN), avant d'entamer un cycle de spécialisation "Medico Interno Residente" (MIR) (équivalent de notre formation de spécialisation).

Comme en France il y a des cours en amphithéâtre et des cours ("practicás") en plus petits groupes. Durant ces practicas nous avons pu effectuer des interrogatoires cliniques de patients en psychiatrie, aller en salle de simulation afin d'effectuer des examens neurologiques, ORL ou ophtalmologiques sur des simulateurs ou pairs, voir des coupes de dissections...

Être étudiant Erasmus à Salamanca

Salamanca est un lieu formidable pour effectuer un ERASMUS, c'est une ville étudiante et sportive, à la fois calme et festive. On peut y retrouver la culture espagnole avec ses habitants chaleureux, toujours prêts pour vous aider mais parlant souvent un peu trop vite pour tout comprendre. Ses nombreux bars à tapas et ses boîtes de nuits où vous pouvez danser jusqu'au petit matin sur des airs de reggaeton (Bad Bunny, DJ Balvin, Maluma, Rosalia y sont forts appréciés), danser de la bachata ou de la salsa. Grâce à des associations comme ESN Salamanca (Erasmus Student Network) ou des entreprises de voyages pour Erasmus, il est impossible de s'ennuyer et plus facile de s'ouvrir au monde.

Ils organisent notamment des partages culinaires grâce aux "international dinner", des activités culturelles et sportives, des soirées, des voyages à travers l'Espagne notamment comme à Valence ou Séville avec plus de 1500 étudiants Erasmus de toute l'Espagne. J'ai pu rencontrer des étudiants et cultures du monde entier. J'ai fait également partie de l'équipe de volleyball de l'Université de Salamanca.

Pour conclure c'est : une aventure formidable, des rencontres extraordinaires, de l'émotion, apprendre à se connaître, une ouverture sur le monde, d'autres manières de voir les choses, d'autres styles de vie...

C'est une aventure humaine à vivre !!!

Benjamin Eurin- Med3/4 (instagram pour vos questions: @benja__mi)

Pour toutes vos questions n'hésitez pas ! Ceci n'est qu'un PETIT aperçu.



mon ERASMUS en Allemagne

Une envie de partir, eine wanderlust...

Pour établir les faits, je suis partie étudier un semestre à Göttingen. Où ça me direz vous ? C'est une petite ville étudiante dans la région Niedersachsen en Allemagne (allez hop point géo , on regarde une carte et on redécouvre l'Europe, car je vous promets si vous vous décidez à partir vous réviserez votre géographie !)

Au delà de la destination , il y a la simple envie de partir , de découvrir et ça peut importe ou vous choisirez d'aller , je peux vous garantir que vous allez en tirer quelque chose . Mais qu'est-ce qu'on peut apprendre de plus qu'on ne peut pas apprendre chez soi ou dans des des livres me demanderez-vous ? Je vous emmène avec moi dans le récit de mon petit voyage. Allez, on oublie les préjugés et on se laisse emporter.

Partir curieuse de voir comment on étudie la médecine ailleurs.

Au détour de mes rencontres et de mes discussions, on m'a souvent dit qu'étudier médecine ailleurs devait être facile parce que « c'est la même chose ». Alors que la réalité est bien différente..Bien sûr, nombreuses sont les similitudes. Cependant vous seriez étonnés qu'il ne faut pas aller bien loin pour observer des différences dans la manière d'aborder la médecine et les études de santé de manière générale.

J'ai découvert des études de médecine, sans PACES et sans ECN. Dans l'actualité des réformes de nos études il était plus qu'intéressant de découvrir ce modèle. Le voici détaillé sur votre droite.

Partir en Erasmus c'est aussi la possibilité de choisir des modules qui vous intéressent , c'est prendre le temps d'être curieux. En effet comme il n'y a pas de contrainte de réussite, vous êtes libres d'étudier pour le plaisir d'apprendre. Ainsi j'ai choisi mes cours parmi les différents semestres et ai constitué mon emploi du temps.

Partir et découvrir une autre vie étudiante

Göttingen est une ville quasiment organisée autour de ses universités et de ses étudiants. C'est par conséquent une ville jeune qui est très dynamique ! Dans la fac de médecine, il ont aussi une association corporative qui organise de nombreux projets, la "Fachschaft Medizin". J'ai ainsi pu voir que l'hôpital des nounours avait son équivalent allemand! Cette asso a aussi une branche d'accueil des étudiants étrangers et ça a été un vrai soutien et je ne peux que les remercier de toute l'aide qu'ils m'ont apporté.

Ils organisent au début de chaque semestre une semaine d'orientation, "Die O-phase ". Un super moyen de rencontrer les autres étudiants et de découvrir la culture carabine locale, avec leurs chants, leurs soirées et leurs traditions. En parlant de leurs traditions, en voila une fort sympathique, la "Medimeisterschaft". C'est un genre de festival qui se passe en juin où se retrouvent des étudiants en médecine provenant d'une cinquantaine d'universités différentes, non seulement d'Allemagne mais aussi d'Europe. Au programme tournois sportifs la journée et concerts donnés le soir. Les universités qui le souhaitent créent un son original chaque année avec une vidéo clip pour représenter leur université. Si vous êtes curieux, allez voir sur Youtube, vous ne serez pas déçus.

Partir à la rencontre des autres:

La richesse de ce voyage se place dans mes rencontres. En ERASMUS il est très facile de se lier avec des gens de toutes nationalités. Par la curiosité de l'autre, on s'ouvre à une infinité de points de vues sur le monde qui nous entoure. J'étais par exemple en coloc' avec des filles de 4 nationalités différentes et nous étudions dans 4 domaines très différents, et c'était génial de partager notre quotidien. J'ai aussi intégré la "chorale internationale" et par ce biais j'ai pu échanger de supers moments autour de la musique avec des gens passionnés et passionnants. Je suis plus que ravie d'avoir pu non seulement apprendre à connaître la culture allemande mais la culture internationale que crée ERASMUS.



Un cursus sans PACES ni ECN ...



Les étudiants sont « sélectionnés » sur leurs notes au bac. Elles vont de 6 à 11, cette dernière étant la meilleure. Les étudiants postulent dans l'université de leur choix. Il faut viser une note de 1,3 pour être admis en médecine à la rentrée prochaine. Cependant si on n'obtient pas une place pour ce semestre, on peut re-postuler à chaque début de nouveau semestre. Ainsi j'ai rencontré certains étudiants qui avaient du attendre 5 ans avant d'obtenir une place. Le système d'admission peut être différent selon les facs, et parfois si le dossier n'est pas assez convaincant on fera passer un oral à l'étudiant

PHYSIKUM :

Ce sont les 2 premières années d'études où ils étudient , anatomie, physique , biochimie, embryologie, physiologie

A la fin ils passent la 1ère moitié de l'examen de fin d'étude le « ärztliche Prüfung »

3 mois de stage en soins hospitaliers et une formation de secourisme sont à effectuer avant l'examen de fin de 2ème année.



KLINIKUM



C'est la formation clinique. Ça fonctionne par modules cliniques avec des cours magistraux et des Uak (unterricht am krankbett = exercice au lit du malade), ce sont des petits stages pratiques, ainsi ils passent par tous les services.

- la 1ère année est dédiée à la clinique générale et les 2 autres années aux différentes disciplines cliniques.
- Pendant cette période ils doivent écrire un travail de thèse "doctor arbeit" ils prennent souvent un semestre pour le réaliser.
- Ils doivent aussi faire 4 mois de stage (« Famulatur ») en hôpital ou cabinet médical entre l'examen de fin de 2ème année et la fin de la 5ème année (hors période de cours)

Praktisches Jahr: (année pratique)

La 4ème année de clinique (« Praktisches Jahr ») comprend une formation pratique de 48 semaines, à raison de 16 semaines en médecine interne (« InnereMedizin »), 16 semaines en chirurgie et 16 semaines à choisir dans une des spécialités médicales.

Le reste des examens de fin d'études sont répartis en général à la fin de chaque module.



Spécialisations :

Il est possible de poursuivre la formation en médecine générale ou de choisir une spécialisation de la médecine, dès la formation de base et la formation principale achevées.

Pour chaque spécialité, chaque Land définit la « Weiterbildungsordnung » :

- la durée des études d'une spécialisation donnée et les contenus.
- Les différences d'un Land à l'autre ne sont cependant pas très importantes.

Il n'y a donc pas de système de concours pour accéder à la spécialité de son choix , il faut postuler. Pour en avoir discuté avec pas mal d'étudiants , ce système permet d'enlever une certaine pression des étudiants.

Etudier en Allemagne ou partir exercer en Allemagne :

Je vous invite à consulter le site source de cet article, que je vous ai mis en bas cette infographie, c'est une mine d'informations utiles et simples.



source : <https://www.euroguidance-france.org/partir-en-europe/Allemagne/les-etudes-de-medicine-en-Allemagne/>

En conclusion, je vous propose plus une ouverture... Je me suis très chanceuse d'avoir réussi à partir. Cependant si vous recherchez ce genre d'expérience , sachez qu'elle se trouve pas plus loin que votre envie d'aller vers les autres. En effet, notre faculté accueille des étudiants venant de quatre coins du globe. Je suis sûre qu'ils seraient ravis d'apprendre à connaître notre région à travers vos yeux et d'échanger avec vous. Je vous souhaite de saisir toutes les opportunités qui pourraient assouvir votre curiosité d'aventures.

Une Femme, Une Histoire

La reine de l'Associatif Lillois

J'ai commencé mes interviews de PU-PH en Mai 2019, l'objectif principal était de susciter des vocations, de vous conter des parcours incroyables, j'avais dans un coin de la tête l'idée de finir par Imane, notre présidente de l'ACEML (qui a bien d'autres fonctions que vous allez découvrir) car premièrement, j'ai fait la majorité des PU de PACES (enfin ceux qui ont bien voulu me répondre) donc on a un déjà large panel d'inspiration mais tout cela reste un objectif lointain pour certains d'entre nous. Avec cette interview, je voulais vous raconter un parcours qui pour moi est incroyable et surtout bien plus proche de notre quotidien. Je tiens également à souligner que malgré tous ces engagements, Imane reste l'une des personnes les plus humbles que je connaisse donc cela n'a clairement pas été facile pour elle de répondre.

Peux-tu nous faire une petite présentation générale?

Je suis née et j'ai grandi à Casablanca, où j'ai vécu une enfance tranquille, et aussi longtemps que je m'en souviens j'ai toujours voulu devenir médecin ou chirurgien! Le choix de venir poursuivre mes études en France représentait un véritable défi, puisque la PACES et sa célèbre difficulté étaient déjà bien connus jusqu'au-delà de la Méditerranée. Je me suis tout de même lancée dans cette périlleuse et pourtant gratifiante aventure, et je ne le regrette pas. Mes deux PACES ont été pour moi deux années de travail (plus ou moins) assidu, mais avec peu d'épanouissement ce qui (je pense) a contribué à une explosion de mes activités associatives et électives une fois admise en 2e année.

Peux-tu nous citer tous les mandats associatifs que tu cumules actuellement stp (attention je vérifierai !)?

J'ai commencé l'associatif en P2, et j'ai eu l'opportunité et la chance de me lancer dans plein de mandats aussi épanouissants les uns que les autres, dont voici donc la liste ! **Trésorière de la Pavaronéo** (je veille à la bonne tenue des comptes), **élue au conseil d'administration (CA) de l'ACEML** (je participe aux CA et aux votes de la politique et des projets de l'association), **présidente de l'ACEML** (je représente l'association, veille à sa pérennité et rayonnement, et accompagne les Vice-Présidents dans leurs projets), **administratrice de l'ANEMF** (Association Nationale des Étudiants en Médecine de France), **administratrice de la FAEL** (je suis présente aux congrès, j'assiste aux CA et j'administre ces 2 structures ; L'ANEMF avec Zacharie (VPG), et la FAEL avec Luc, en charge de la représentation locale), **élue titulaire au Conseil de la Faculté de Médecine** (je fais partie de l'équipe d'élus, en travaillant principalement sur la R2C et les liens universitaires), **élue à la Commission de Formation et de Vie Universitaire (CFVU)** (vote de toutes les questions ayant un lien avec la formation, et la vie de campus), **élue Vice-Présidente étudiante de l'Université** (voir question suivante) Si vous voulez en savoir plus sur les spécificités de ces mandats, n'hésitez pas à venir m'en parler, je serai ravie de vous répondre !

En quoi consiste le poste de Vice-Présidente Étudiante (UPE) de l'Université?

Le VPE a pour mission de représenter les «usagers» (=étudiants) au coeur de la gouvernance de l'Université, à savoir auprès de l'équipe présidentielle, et des directions des services. Ainsi, il rappelle toujours la place des étudiants, leurs droits, et leur légitimité à être intégrés au schéma de la gouvernance de leur Université, et sur la nécessité de prioriser leur bien-être, leur épanouissement ainsi que



l'amélioration de leurs conditions d'études ! Il est à ce titre porteur de nombreux projets et d'initiatives, en plus d'être une personne ressource tant pour les étudiants, associations, élus, que pour les services et la présidence de l'Université. C'est ainsi que j'ai succédé, le 16 janvier 2020, à Augustin Clergier, qui était VPE avant moi et qui a pu obtenir des avancées considérables au prix d'efforts et d'un investissement sans faille, sur le plan de la vie universitaire, et je m'engage à poursuivre sur la même lancée !

Quels sont tes principaux projets durant ton mandat de UPE?

De nombreux chantiers sont déjà en cours ce qui est super ! Et j'ai la volonté d'accompagner leur mise en oeuvre, de les consolider, tout en apportant des initiatives novatrices dans l'intérêt commun des étudiants. Poursuivre les politiques de réaménagement et rénovation de campus, poursuivre et multiplier le développement de grands événements transversaux et fédérateurs sportifs, culturels, artistiques, d'animation et autres à l'échelle universitaire, réflexion et communication sur les dispositifs de soutien aux initiatives étudiantes : FSDIE projets, et Aides Sociales, accompagnement et formation du réseau associatif et électif étudiant, notamment en développant de grands événements dédiés à types de congrès des élus et représentants d'associations, et en mettant à disposition les outils nécessaires, réflexion autour de la communication destinée aux étudiants sur les différents aspects universitaires, réflexion autour des contrats étudiants et des moyens pour améliorer les conditions, ainsi que le statut des étudiants doctorants, accompagner la mise en place des projets de bien être étudiant (projet Nightline, projet de Centre de Santé Mentale Étudiante, projet de Tiers Lieux étudiants), poursuivre l'expansion, l'accompagnement et la construction de Maisons des étudiants et d'épiceries solidaires, tout en proposant des projets innovants de cette même envergure, à développer sur chaque campus, poursuivre les réflexions et la mise en place de stratégies concernant des thématiques prioritaires : développement durable, précarité étudiante, violences sexistes et sexuelles, encourager les étudiants à se réapproprier l'offre de formation et proposer des politiques innovantes en terme de pédagogie... Vous l'aurez compris, le programme est dense et faute de pouvoir développer de manière exhaustive et détaillée chaque action précise que je souhaite mener, c'est plus une série de priorités que je présente de manière très décousue telles que j'ai pu les définir en ce début de mandat !

Quel bilan tires-tu de ton mandat de présidente de l'ACEML ? Principaux échecs/ réussites?

Le poste de présidente de l'ACEML aura été mon point de départ mais aussi d'ancrage dans la vie associative. C'est donc un poste que j'affectionne, de fait, tout particulièrement. J'ai beaucoup d'attachement pour notre association, beaucoup d'affection et de fierté pour et envers tous les membres de mon bureau, ainsi que pour leurs accomplissements à tous, et j'espère qu'ils réalisent à quel point leurs efforts, leur travail et leur ingéniosité ont porté haut l'ACEML au plus grand bénéfice de tous ! Merci à eux surtout, sur qui repose toute la logistique et toute la réalisation et gestion des projets.

Une Femme, Une Histoire

J'essaie de ne pas spoiler mon bilan moral qui sera dévoilé entièrement pendant la passation de l'ACEML (voir l'article correspondant) (Maher: *Tqt le président passe juste avant le petit repas donc personne ne l'écoute.*) Tout au long de l'année, l'association a pu être présente de par ses événements et de ses actions ! Les projets ancrés des différents pôles ont connu les mêmes succès que précédemment parfois plus grands encore ! Une grande satisfaction ressort également de la présence notable de l'ACEML au sein des réseaux FAEL et ANEMF, de sa proactivité en termes de sensibilisation et communication, ainsi que ses relations avec les acteurs du paysage facultaire ! Les points faibles de ce mandat à présent : La communication au sein du bureau : bien qu'ayant été sensible à la nécessité d'y veiller, je pense ne pas avoir réussi à obtenir de tous une communication permanente et saine. En effet, justement du fait de leur incroyable compétence et rigueur, les pôles ont su très rapidement être très autonomes et indépendants, ce qui ne favorisait pas non plus cette forme de communication et de partage, et je m'en tiens responsable. Enfin, une difficulté majeure, le fait d'être partout tout le temps pouvait parfois me rendre difficilement accessible aux membres du bureau, malgré tous mes efforts constants de présence et de disponibilité.

Des ambitions futures au national ? (ANEMF...) ?

J'espère pouvoir prendre une année de césure entre ma 3e et 4e année et si le projet est retenu, j'envisagerai d'occuper le poste de Vice-Présidente en charge du suivi des élus au sein du bureau national de l'ANEMF, car il me semble être un poste en parfaite continuité avec la mission de VPE, à vocation à la fois de suivi et de formation, et qui peut apporter un vrai éclairage sur le travail des élus et permettre de le valoriser en défendant ses spécificités et d'en relayer plus encore les diverses actions. En effet, nombreuses sont les structures qui réunissent, forment, et permettent l'échange, le dialogue et le partage entre les élus, et je souhaite pouvoir avoir un aperçu des différentes particularités d'une faculté à l'autre. Cela serait grandement bénéfique sur tous les plans, car ce projet s'inscrit dans une véritable transversalité en me donnant une visibilité importante sur les différents sujets. Enfin, si je reste sur cette lancée (en négligeant ouvertement mes études), pourquoi pas un poste à l'IFMSA, (International Federation of Medical Student Associations) qui est une structure qui m'intrigue et m'attire à la fois, mais ce projet est peut-être plus velléitaire que réaliste, et ne viendrait que bien plus tard si je souhaite m'y investir, je n'en dis donc pas plus !

Comment arrives-tu à combiner toutes tes fonctions et tes études en parallèle ? Des conseils à donner aux autres étudiants qui peinent à s'organiser ?

J'avoue que je peine à trouver le juste équilibre entre mes engagements et mes études, justement ! J'essaie au maximum de rester organisée, mais il est très facile de se laisser emporter par tous les projets tant c'est intéressant et épanouissant ! Je ne pense pas être bien placée pour donner des conseils, au vu de mes 2 beaux rattrapages en dermato et en néphro (RIP les vacances d'été) Néanmoins, je persiste à croire que cumuler des mandats associatifs, un master, et un job étudiant, à côté de ses études reste un projet tout à fait réaliste (ou presque), et j'aimerais pour ça prendre le temps d'analyser ce que je pense être la vraie raison de mon échec : **la procrastination**. C'est notre véritable ennemi à toutes et tous : nous repoussons toujours à plus tard nos révisions au profit d'activités que nous jugeons plus agréables.

Mais pour réussir, il n'y a pas de secret, il faut être discipliné et surtout toujours garder en tête de prioriser ses études. Il faut se réserver de vrais créneaux de travail, se construire un programme réaliste, et s'y tenir coûte que coûte. A chaque séance de travail il faut faire abstraction de toute distraction, et se fixer un objectif précis, en s'auto évaluant régulièrement pour constater ses points forts et les consolider, ou ses points faibles et y pallier. Inch, j'attends d'appliquer mes propres conseils.

Où te vois tu dans 20/30 ans ? (PU-PH? Doyenne ? Présidente de l'Univ ? Présidente tout court ?)

J'espère au moins être médecin d'ici là haha ! Sinon pour le moment, je réfléchis en termes d'affinités, et il y a tant de domaines qui m'intéressent ! La recherche, l'enseignement, la politique, l'auto entrepreneuriat, l'intelligence artificielle, la diplomatie, les voyages... Peut-être que je tomberai fortuitement, au fil du temps, sur un poste qui pourra regrouper un maximum de ces domaines, je garde espoir ! Mais je pense qu'il est encore bien trop tôt pour pouvoir se projeter précisément, je préfère donc me laisser guider au gré des différentes opportunités qui pourront faire surface. Je peux dire néanmoins que le poste de Doyen est très médecine centré, alors que j'aspire à la transversalité. Un poste à l'Université serait intéressant, mais plus en tant que Vice-Présidente, pourquoi pas recherche, ou relations internationales, mais encore une fois de telles projections sont beaucoup trop précoces. Présidente ce serait marrant si je suis la première présidente marocaine de la république française (je plaisante bien sûr :))

Arrives tu à garder du temps pour toi ? Qu'aimes tu pendant ton temps libre ?

Mon temps libre tend à se raréfier au fur et à mesure de l'avancée de mes mandats. Quand j'ai un moment, je me retrouve surtout à lire des (tonnes) de documents relatifs à mes différents engagements, pour me former et me mettre à jour sur les enjeux qui en découlent, mais aussi répondre à mes mails, essayer tant bien que mal de donner forme à mes propositions de projets, et organiser mes semaines pour qu'elles soient viables. J'aimerais beaucoup pouvoir reprendre mes lectures, sur autant de sujets que possible, mais la plupart du temps je me contente de lire des articles. J'essaie de garder du temps pour mes voyages, mes sorties, même si ce n'est pas toujours évident, et surtout pour ma famille et mes amis et je les remercie toutes et tous d'avoir la patience de me supporter ainsi que mes plannings chargés. J'adore le cinéma et j'essaie d'y aller très régulièrement, de manière variable, entre quelques fois par mois au moins jusqu'à plusieurs fois par semaine. J'écoute aussi beaucoup de musique. Il me manque le sport par contre, c'est une absolue nécessité mais je suis très peu disciplinée !

Si tout cela était à refaire (tes engagements), tu crois que tu le referais ?

Absolument. Je n'ai pas regretté le moindre de ces engagements, ne serait-ce qu'une seconde. Bien sûr, on passe parfois par des moments où on se demande pourquoi on fait tout ça, mais sans jamais perdre de vue le but, le caractère formateur et épanouissant de ce que l'on fait, et c'est très gratifiant de pouvoir se remémorer le chemin que l'on a parcouru, les souvenirs partagés et les personnes exceptionnelles que l'on a rencontrés. Je ferais donc peut-être des choix différents s'il m'était donné de changer quelques détails, mais s'il fallait le refaire, même exactement pareil, je le referais sans hésitation.

Petit mot de la fin pour te dire à toi Maher ainsi qu'à toute l'équipe de rédacteurs et de correcteurs un grand merci pour tous les efforts que vous avez fourni pour le journal et pour l'ACEML, vous pouvez être fiers du résultat, et merci d'avoir pensé à moi pour cette interview !



Quand je serai grand, je veux être....

Médecin Généraliste

Spécialité la plus connue du grand public et pourtant probablement très mal-connue par les étudiants en santé, la médecine générale est bien plus riche qu'on ne le croit ! Et pour nous le prouver, 2 internes en médecine générale, Teddy Richebe et le youtubeur Aviscène, prennent la parole !

La Médecine Générale selon Teddy RICHEBE

Bonjour, pouvez-vous vous présenter s'il vous plaît ?

Bonjour, je m'appelle Teddy RICHEBE et je suis interne en médecine générale 5ème semestre et par ailleurs également Président de l'AIMGL, l'asso' des internes de MG lillois.

En quoi la médecine générale est-elle différente des autres spécialités ?

La MG a toujours été considérée comme une **spécialité** (sisi c'est une spécialité comme toutes les autres et ce depuis 2017 !!!) à part entière. Entre le négatif (« les ratés de l'ECN » ou iECN pardon) et le positif (« je prends en charge le patient dans sa globalité » comme disent les vrais ...) il est facile de s'y perdre.

En effet, en MG on fait de tout et comme on le veut : du **physique** au **social** en passant par le **psychique**. Les actes possibles sont nombreux ainsi que les gestes pour les plus « techniciens d'entre nous ».

" En Médecine Générale, on fait de tout et comme on le veut ! "

Pourquoi avoir choisi la médecine générale ?

Un peu pour les raisons évoquées à la question précédente : c'est une spécialité en perpétuelle transformation et il suffit d'en suivre l'actualité.

" C'est une spécialité en perpétuelle transformation "

Le MG est le pivot de la prise en charge du patient et vous seul pouvez faire la synthèse de tout ce que le patient a fait et/ou traversé.

C'est une spécialité **humaniste et complète** : vous êtes au plus proche de vos patients et parfois du **berceau au tombeau** comme disent les anglo-saxons.

Est-ce une médecine exclusivement libérale ou peut-on la retrouver à l'hôpital ?

La spécialité de MG en exercice isolé sera une exception d'ici 2022 et ce n'est pas moi qui le dit mais le tout fraîchement nommé Ministre de la Santé, le Dr Olivier VERAN. Un **MG peut exercer où il le veut finalement** : en cabinet (avec d'autres médecins et/ou autres professionnels de santé, en MSP, en centre de santé, ...) que ce soit en libéral ou salarié d'ailleurs (de groupes privés, de communautés de communes, de communes, ...) mais aussi en hôpital (dans des services de médecine polyvalente typiquement mais pas que !), en prison, en PMI Planning familial et j'en oublie sûrement.

Aviscène nous explique le déroulement de l'internat de Médecine Générale !

L'internat de médecine générale c'est 6 semestres : 1 aux urgences, 1 en cabinet bien supervisé pas les maîtres de stage (plus ou moins selon les maîtres de stage lol), 1 dans un service de médecine adulte hospitaliser, un semestre qui couple gynécologie et pédiatrie, un stage libre, et un encore en cabinet mais en parfaite autonomie. Mes stages les plus difficiles, urgences et pédiatrie, du fait de l'intensité et du stress généré. Sinon pour le reste je touche du bois ça s'est plutôt bien passé mais ce n'est pas pour autant que ce n'est pas difficile mais disons qu'on est conditionné à la charge de travail.

Retour sur Teddy R. Quels sont, selon vous, les aspects les plus positifs de cette pratique ?

Déjà abordé mais sans nul doute la **polyvalence**, on peut passer d'une consultation à l'autre (si l'on prend l'exercice le plus fréquent soit en ambulatoire) d'une prise en charge d'un syndrome dépressif à un syndrome du canal carpien, ou alors avec un suivi de grossesse ou même par un suivi d'un nourrisson et/ou d'un enfant ou même par une personne âgée avec une pneumopathie communautaire ou alors par une plaie à suturer ou même par un certificat de sport pour une course de l'Andouillette (#Arras) ou alors par un certificat de vaccination d'un étudiant PACES ou même par un vertige ou ... bon stop



Quand je serai grand, je veux être....

ici mais on peut continuer (#PhraseLaPlusLongueDeL'Histoire) !

On peut faire de même avec les possibilités d'exercice différents et/ou gestes et/ou examens complémentaires possibles : infiltrations articulaires, échographies, pose d'attelles, sutures, spirométrie, audiométrie, ECG, hypnose, bilan psychomoteur avec matériel, ...

À l'inverse, quelles sont les difficultés que l'on doit s'attendre à rencontrer ?

Les difficultés de l'internat de MG recourent celles de tout interne, il suffit de se rendre sur internet et/ou suivre les actualités pour malheureusement les constater... Ensuite, en MG une des difficultés est probablement aussi liée au DES en 3 ans (pour l'instant d'ailleurs, pour combien de temps encore ?) car certes c'est cool c'est rapide mais ça passe très (trop ?) vite et la thèse ainsi que les remplacements/installation peuvent arriver plus vite que vous ne le pensez !

Pensez-vous qu'il est possible d'avoir une vie personnelle lorsqu'on exerce une telle spécialité ?

Question piège :)

Toute spécialité doit l'être mais cette question est relative à une **organisation rigoureuse**. Pour donner mon exemple personnel, je suis interne, fait ma thèse, préside l'association, fait de l'humanitaire et je vous jure que suis fiancé bientôt marié et que je sors au resto entre potes, en amoureux et fait des cinés et autre : promis ! Prenez soin de vous tout de même et organisez vous de façon rigoureuse : voilà un message-clé !

Quel serait votre meilleur souvenir lié à votre pratique ?

C'était en stage ambulatoire quand je suivais (avec plusieurs consultations à la suite où j'étais seul sans mon maître de stage) : une patiente avec syndrome dépressif de causes multiples et qui a pleuré en consultation car elle se sentait écoutée, suivie et allait mieux depuis : elle a retrouvé un travail pendant mon stage, ainsi qu'un ami et on lui a diagnostiqué un syndrome d'apnée du sommeil, également cause de sa grande fatigue ! Ça c'est une prise en charge **globale** (ça y est je suis devenu un « vrai » je l'ai dit). Ou sinon, une infiltration d'un canal carpien sous écho en cabinet avec mon MG permettant à un forgeron de reprendre le travail

après 1 mois et demi d'arrêt pour faiblesse de la prise : il ne tenait plus chez lui.

Et le pire ?

Le pire est sans doute l'annonce à une patiente veuve depuis peu d'un cancer utérin multi-métastatique chez une patiente qui gardait seule son fils trisomique depuis la mort de son mari d'un accident de la voie publique . L'accompagnement de cette patiente a été terriblement triste mais aussi terriblement le reflet d'une **bonne relation soignant-soigné avec empathie et écoute**.

À qui conseillerez-vous cette spécialité ?

Tu veux être un bon généraliste ? Il faut que :

- tu aimes toucher un peu à tout,
- ait envie de faire de nouvelles choses quasi quotidiennement et de te développer/te former en continu.
- Il faut être **courageux** (mais si vous êtes là c'est que vous l'êtes déjà ;)
- et avoir de solides ambitions.

" Vous serez tous d'excellents médecins peu importe où ! "

Avez-vous un conseil, une remarque finale à faire pour les étudiants ?

Un conseil : **N'ayez pas peur de vos projets et de vos ambitions !**

Restez motivés et humains quoi qu'il arrive !

Les PACES , ne lâchez rien, les études de médecine, c'est une véritable mine d'or où vous vous réjouirez d'apprendre au quotidien et de former le médecin que vous serez et aurez choisi d'être demain !

Les D4, restez professionnels comme vous l'êtes, l'ECN est un concours mais votre vie dépend plus de ce que vous mettez en œuvre pour être un bon médecin que de vos résultats ! Restez motivés, ne lâchez rien, cela vaut le coup !

Quand je serai grand, je veux être....

MG ... Et Youtubeur !

Allier les arts de la vidéo et la médecine : défi impossible ? Le Youtubeur Aviscène, également interne en médecine générale, nous démontre par A+B que non, c'est tout-à-fait possible !

MG et Youtube, selon Aviscène

Bonjour, pour ceux ici qui ne vous connaissent pas, pouvez-vous vous présenter s'il vous plaît ?

Salut, je me présente Aviscène, j'ai 26 ans et je suis interne en 5ème semestre de médecine générale à Lille. Du coup je termine normalement mes études cette année! Après 10 ans de cursus tout de même!

Je me suis fait connaître pendant l'externat grâce à des vidéos que je postais sur Facebook initialement, des vidéos courtes rapides, sur les galères d'étudiants, les examens, les révisions, les concours etc.. Finalement ça a bien pris, j'ai fini l'externat avec 60 000 abonnés sur ma page Facebook.

En parallèle j'avais aussi fait du stand up mais j'ai du mettre en pause à cause des études.

Une fois interne j'ai commencé des vidéos YouTube. Plus longues, plus élaborées. Parfois sérieuses, parfois drôles. Malheureusement difficile d'en faire des bien avec le rythme de l'externat. En parallèle de tout ça j'ai commencé à travailler avec des médias médicaux.

Je fais aussi des vidéos pour What's up doc, un journal pour jeunes médecins et j'écris des articles pour Le généraliste. Et à côté de tout ça j'ai quelques petits projets secret en cours !

Pourquoi avoir choisi la médecine générale ? Était-ce le choix du cœur ou un choix par défaut ?

J'ai pris médecine générale par choix. Je suis arrivé entre 2000 et 2500 à l'ECN ce qui me laissait vraiment le choix de prendre ce que je désirais même si pour cela je devais changer de région. Je m'étais décidé à faire médecine générale en fin de 5ème année après quasiment 8 stages d'externe.

J'étais passé en médecine de ville, et j'avais trop aimé. Qui plus est j'avais rencontré plein de médecins généralistes à l'hôpital aussi. Du coup j'avais vraiment l'impression de pouvoir travailler où je veux avec cette spécialité. La liberté que ça m'accordait (moi qui suis un vrai électron libre) m'a direct attiré ! Et puis je n'ai jamais réussi à me projeter dans une spécialité d'organe bien déterminée. J'aime la polyvalence, le contact etc. J'ai un peu cogité tout de même en d4 car j'avais des plutôt bons résultats et mon classement aussi m'a fait réfléchir mais je suis resté sur mon choix de cœur.

Si vous deviez nous raconter une anecdote sur votre internat, quelle serait-elle ?

L'anecdote la plus récente est plutôt sympa, j'ai accompagné un monsieur qui avait une maladie qu'on ne pouvait guérir. J'avais fait comprendre cela à la famille. Le patient est resté hospitalisé un moment je parlais souvent avec lui et sa famille. Un jour il est décédé. Moment très triste.



Je voyais la famille en larmes. Je suis rentré un peu bouleversé. Quelques jours plus tard j'ai reçu une boîte de chocolat et une lettre. Une lettre magnifique de la famille. Une lettre qui disait merci, qu'on avait apporté soutien et amour pendant les derniers jours, et que le monsieur a pu partir sereinement. La lettre se terminait par "merci aux anges de l'hôpital de ..." Quel bonheur de voir que même dans cette situation on a pu apporter quelque chose. Même quand il n'y a plus rien à faire il y a toujours quelque chose à faire.

Pourquoi avoir décidé de réaliser une chaîne YouTube ?

Comme je l'ai dit au début j'ai commencé par Facebook. Mes vidéos étaient vraiment différentes de celles de YouTube. Pour ceux qui ne connaissent pas je vous invite à aller sur ma page dans l'onglet vidéo et de remonter assez loin ^^ J'ai commencé les vidéos car j'ai toujours été fan de ça, des mecs marrants qui se donnent en spectacle que ce soit sur scène, à la télé ou au ciné. Dans mon esprit ce n'était pas quelque chose de réalisable avant. Ce qui était possible c'était faire des études et avoir un "vrai" métier. Une fois lancé dans mes études, les années passant, j'ai voulu faire autre chose et me dire aller j'ai envie de faire quelque chose qui me fasse vibrer aussi, j'ai envie de m'amuser de tenter ma chance. C'est comme ça que j'ai commencé. YouTube c'est arrivé après mais bon toujours dans la même démarche, je suis fan des youtubeurs. J'ai posé quelques bases disons, difficile de s'y mettre à fond en étant interne mais je me concentrerai sur tout ça une fois l'externat fini !

Allier YouTube et médecine n'est-ce pas trop délicat ?

Si c'est difficile c'est pour cela que je ne fais pas beaucoup de vidéos. Les vidéos Facebook étaient simples à faire, j'utilisais un appareil photo à pile et movie maker lol et il n'y avait quasi pas de montage. Pour YouTube il faut proposer quelque chose de plus travaillé.

1- je ne sais pas faire techniquement

2- je n'ai pas le temps c'est très long. Et qui plus est je vous ai dit je fais d'autres choses à côté je bosse avec deux médias de manière contractuelle donc j'ai des engagements à respecter j'ai une partie de mon temps dédié à ça. À côté de ça, internat, garde, devoir de fac, thèse, et puis maintenir une vie sociale et faire un peu de sport et vous voyez qu'il ne reste pas beaucoup de temps. Mais je n'attends qu'une chose finir pour me consacrer à mes passions.

En tant que youtubeur, avez-vous déjà été reconnu par certains de vos patients ?

Oui ça m'est déjà arrivé, la fois où ça a été la plus surprenant c'était en psychiatrie. La personne était en plein délire paranoïaque et je ne savais pas si quand elle disait "vous faites des vidéos" elle me connaissait vraiment ou s'il fallait attribuer ses propos à son délire, finalement elle me connaissait vraiment c'était déstabilisant.

Hôpital des Nounours

Le grand succès de l'Hôpital Des Nounours

Du 3 au 6 février 2020 a eu lieu l'Hôpital Des Nounours. C'est parti pour un retour sur cette expérience !



Cette 14ème édition a réuni **300 enfants** (et leurs 300 doudous obviously)



"C'était super, on regrette même que ça ne dure qu'une semaine finalement"

Un Nounoursologue

Ce sont **410 bénévoles** qui ont été réunis cette année, un record !

En tant qu'accompagnateurs, ou pour tenir l'un des 20 stands présents, ils en ont mis plein la vue aux enfants.

Ils sont étudiants en médecine, dentaire, pharma, kiné, soins infirmiers, maïeutique, orthoptiste, orthophoniste, et une mention spéciale aux audioprothésistes et ergos cette année, chacun a apporté sa pierre à l'édifice.



Les nouveautés 2020 :

Hôpital des Nounours 2020



➤ Chaque enfant a eu la chance de passer par le photomaton avec la mascotte (dégoulinante sous son costume) afin de repartir avec une photo souvenir.

"Quel professionnalisme! Que ce soit dans votre relation aux enfants ou dans votre rôle de Nounoursologue"

Un parent

➤ Exceptionnellement, en plus de l'accueil des 8 écoles et 1 IME, l'Hôpital Des Nounours a ouvert ses portes au public le mercredi après-midi où les enfants sont venus soigner leur doudou sous les regards émerveillés de leurs parents.



➤ Cette année en exclusivité, les enfants ont pu bénéficier d'une sensibilisation aux handicaps moteur, visuel et auditif. Une grande première !

➤ L'Hôpital Des Nounours s'est déployé en version "mini" en se rendant dans l'école St Jean de Lomme pour qu'encore plus d'enfants en profitent.

Un grand merci à l'ACEML, la Faculté de Médecine et l'Université de Lille de nous avoir permis de réaliser cette évènement.



Les organisatrices actuelles doivent, à leur grand désespoir, passer le flambeau d'ici peu. Si organiser cette belle aventure t'intéresse, envoie un message à la page Facebook Hôpital Des Nounours Lille !

Mon Asso'

PASSATION DE L'ACEML

Vous avez suivi tout au long de l'année la couverture de nos différents événements ACEML à travers les diverses éditions du M.S.T. On vous remercie tous de votre fidélité et tout le bureau de l'association ne peut que vous dire sa fierté d'avoir pu œuvrer à rendre votre année la plus agréable possible en diversifiant les moyens et les champs d'action développés.

Mais toute bonne chose a une fin ! Le 1er avril 2020 se tiendra la passation de notre Association, cérémonie au cours de laquelle les membres actuels du Bureau de l'ACEML passeront le flambeau à un nouveau Bureau enthousiaste, volontaire et déterminé à toujours porter plus loin l'Association.



DEROULEMENT DE L'ASSEMBLEE GENERALE DE PASSATION

De manière assez officielle et sous le regard inquisiteur et bienveillant de l'Assemblée Générale Ordinaire, les membres du bureau se succèdent selon un ordre défini afin de présenter le bilan des actions de leur mandat, discuter des points faibles ou forts de leurs travaux, ce qu'ils auraient souhaité avoir entrepris ou ce qu'ils sont fiers d'avoir pu réaliser, le tout agrémenté de souvenirs et de photos dossiers variant de l'hilarant au malaisant mais toujours avec humour.

A l'issue de leur présentation, les Vice-Présidents des pôles puis en dernier lieu le Bureau Restreint démissionnent.

L'ELECTION DU NOUVEAU BUREAU

Un Conseil d'Administration à la suite de l'AG se tient et élit le nouveau Président de l'ACEML. Ce dernier présente ensuite sa liste composée pour occuper les postes au sein du nouveau Bureau de l'ACEML, liste qui est ensuite soumise au vote. Ce dernier, si favorable, donne à la liste nouvellement élue toute la légitimité nécessaire afin de mener à bien leurs missions et construire leurs projets.

REJOINDRE LE BUREAU RESTREINT DE L'ACEML

Le Bureau Restreint (ou officiellement Comité de Direction) est composé du **Président** (qui représente officiellement l'Association et qui s'assure du bon fonctionnement du bureau et de la bonne exécution des projets), du **Vice-Président Général** (qui seconde le Président), du **Trésorier** (qui s'assure de la bonne tenue des comptes de l'Association) et du **Secrétaire Général** (en charge du respect des Statuts et du Règlement Intérieur, de la rédaction des Compte-Rendus et PV de réunion et des formalités administratives)



REJOINDRE UN PÔLE DE L'ACEML

Toute personne intéressée peut rejoindre un pôle de l'Association, en tant que **petite main** ou **chargé de mission**, voire en **prendre la tête en devenant Vice-Président**. Parmi les différents pôles de l'ACEML, on souligne

- **Le Tutorat**, qui ne cesse de s'étendre et qui nécessite du monde pour coordonner les tuteurs et les pupilles, mettre en place des actions de bien-être, entretenir la plateforme, organiser la Pré-rentrée...
- **GELULES**, dont l'organisation a été repensée et où la principale responsabilité sera la bonne organisation des répartitions des stages des externes
- **La Représentation**, au niveau local (FAEL, Faculté de Médecine, Université de Lille...) et au niveau national (ANEMF)
- **L'Événementiel**, où toute aide est bienvenue pour l'organisation des Post-Partiels, des Beer-Pongs, d'événements innovants (Laser Game, VR, Escape Game, soirées jeux...)
- **La Communication**, où plein d'initiatives peuvent être développées : meilleure utilisation des nouveaux réseaux (Instagram, Snap, Twitter...), revalorisation du site internet...
- **Le Journal M.S.T.** (ne faites pas pleurer notre rédacteur en chef, qui n'a pas envie de voir son bébé mourir) où chacun peut écrire un article sur une thématique qui l'intéresse
- **Les Partenariats**, thème ultra novateur et ultra stimulant car il constitue un terrain d'action très vaste
- **La Santé Globale et Solidarité** : don du sang, collectes de jouets ou d'argent pour des associations, projets en faveur de l'écologie.... ici aussi la créativité et l'originalité sont bienvenues !
- **Les pôles phares de l'ACEML** : **Le Bal de Promo**, **la Revue et l'Hôpital des Nounours**, qui ont toujours besoin de plus de volontaires motivés et déterminés à faire vivre ces beaux événements.



Les Coulisses d'Hippocrate

Nous sommes tous des comédiens dans l'âme...

Vous ne saviez pas qu'il existait une troupe de théâtre à la fac ? Alors cet article est pour vous !

Les coulisses d'Hippocrate, c'est une histoire de passion ... Un groupe d'étudiants qui avaient envie de mêler leur amour du théâtre avec leurs études de santé et cela, au service d'une bonne cause !

Leur aventure a commencé il y a 3 ans déjà et aujourd'hui, ils forment une troupe de 9 comédiens et 1 régisseuse unis par leur passion commune du théâtre.

Ils s'entraînent tous les lundis soir dans la salle de spectacle de la Faculté qui constitue leur sanctuaire créatif. Là-bas, ils peuvent s'exprimer sans complexe et surtout crier si fort qu'ils pourraient retourner le décor...

Chacun d'entre eux apporte sa petite pierre à l'édifice. Ensemble, ils mettent en scène, interprètent et incarnent les personnages qu'ils font naître au beau milieu de la faculté de médecine, dans le bâtiment voisin à la maternité du CHU.

Ceux qui se sont déjà aventurés à monter sur scène savent ô combien rien n'est plus plaisant qu'un public souriant.



Ils ont préparé pour vous cette année, un grand classique du théâtre, un vaudeville qui ne vous laissera pas de marbre, une séance de sport abdomino-zygomatique assurée, pour 2h de pur plaisir.

Tailleur pour dame est une comédie de Georges Feydeau qui dépeint les aventures du docteur Moulineaux, un médecin qui coud ses histoires de fil blanc. Saurez-vous démêler le vrai du faux, distinguer la maîtresse de l'épouse ou vous laisserez-vous berné par un médecin couturier ?

Pour le savoir, l'entrée ne vous coûtera que 4 euros et les bénéfices seront entièrement reversés à l'association Louise Michel qui lutte contre les violences faites aux femmes.

Alors, si vous souhaitez rire aux larmes pour rendre honneur aux dames, venez nombreux les voir et les applaudir les 3, 6 et 8 avril ou le 11 et 13 mai à 19h30 dans la salle de spectacle de la faculté.

On vous attend !!!

RESERVEZ VITE vos places sur le "Google form" dans la page du groupe ou en suivant le QR code bleu qui suit :



SUIVEZ NOUS SUR NOS RÉSEAUX !!

 @Lescouillisedhippocrate



 Les coulisses d'hippocrate



Université de Lille

PRIX : 4 €

REVERSÉS À L'ASSOCIATION LOUISE MICHEL



Baptiste Micheneau, Cathy Sénéchal, Chloé Dellis, Jennie Fleury, Justine Colpaert, Léo Gorschka, Marie Bultel, Mathilde Corlay, Sarra Chaoui, William Bronval.

Sarra Chaoui - med 3

The Chronic

Le rock est-il mort ? Chers amis amateurs de riffs, de distorsion et de guitare électrique, il va falloir être fort car je vous le dis : OUI le rock est mort.

Certes Johnny est mort, mais le rock était déjà parti bien avant. Reportage sur la fin de vie d'un style qui a marqué plus de 3 générations.

Rest In Peace

En 2006, Nas affirmait que le hip-hop était mort sur son huitième album. Douze ans plus tard, le rap truste tous les records, fait émerger chaque semaine de nouveaux prodiges et vient de dépasser pour la première fois de l'histoire le rock en terme de popularité. Au point qu'il semble légitime de se poser la question : le rock est-il mort ? Son esprit de révolte, voire son rôle de porte-étendard de la colère mondiale, sans doute un peu : le rock se visite désormais dans les musées, ses grandes figures ne font plus forcément l'unanimité dans les cours de récré et même les derniers albums de The XX, LCD Soundsystem ou Arcade Fire n'ont pas réussi à tenir la comparaison avec Kendrick Lamar ou Migos dans les charts.

“ le rock se visite désormais dans les musées, ses grandes figures ne font plus forcément l'unanimité dans les cours de récré ”

Alors, oui, certes, le rock n'est sans doute pas le genre musical le plus innovant aujourd'hui, ni le plus vendeur (quoique les chiffres de ventes en vinyle pourraient affirmer le contraire...), mais il semble toujours aussi vivace. De New York à Londres, où une nouvelle scène a éclos ces dernières années (Fat White Family, HLMTD ou Shame), en passant par les Pays-Bas ou la Turquie, une nouvelle génération a émergé, riche de nouvelles idées et consciente de devoir se ressourcer méthodiquement à la source originelle afin d'aiguiser ses riffs. À l'image d'Altin Gün, révélation des dernières Transmusicales dont le premier album éponyme se révèle comme une superbe séance de bouche à bouche à un genre supposé agonisant.

“ Alors, oui, certes, le rock n'est sans doute pas le genre musical le plus innovant aujourd'hui, ni le plus vendeur ”



Avec cela, il faut également évoquer l'impact toujours intact des figures indéboulonnables du genre. Il suffit en effet de se rendre compte de l'attente autour des nouveaux albums d'Arctic Monkeys ou MGMT pour comprendre que, si le rock n'est plus un phénomène sociétal et semble bien dépassé au sein du mainstream, il n'en reste pas moins un genre fécond, porté par quelques réussites artistiques : les différents albums de Ty Segall, le renouveau de la scène garage bordelaise, ou encore Jessica93 avec son punk mélodique. Tous ces artistes et structures font bien évidemment partie d'une niche, très loin des ventes et des streams démentiels de Jay-Z, Kanye West ou Booba, mais ils témoignent néanmoins d'un foisonnement évident.

“ la faute peut-être à une musique devenue aseptisée comme un bloc d'ortho ”

Mais assiste-t-on vraiment à une potentielle révolution naissante ? N'allons pas jusque là car nous en sommes encore très loin. La créativité, l'euphorie et l'engagement des années 60 à 90 ont clairement disparu, la faute peut-être à une musique devenue aseptisée comme un bloc d'ortho. Aujourd'hui on donne un concert à la Fondation Louis Vuitton, « no future » est plus devenu un slogan marketing qu'une raison de vivre, et la guitare électrique un argument de vente pour attirer tous publics.

Faut-il pour autant ranger son perfecto, sa guitare et des rangers ? Je ne pense personnellement pas, car c'est tout ce qu'il nous reste comme témoin d'un style dont la puissance savait se faire écho des revendications et des émotions.

Alors oui, le rock est mort, mais célébrons sa belle vie et attendons patiemment sa transformation.

Une Blouse et Une plume

Vie de Gérard Fulmard, de Jean Echenoz

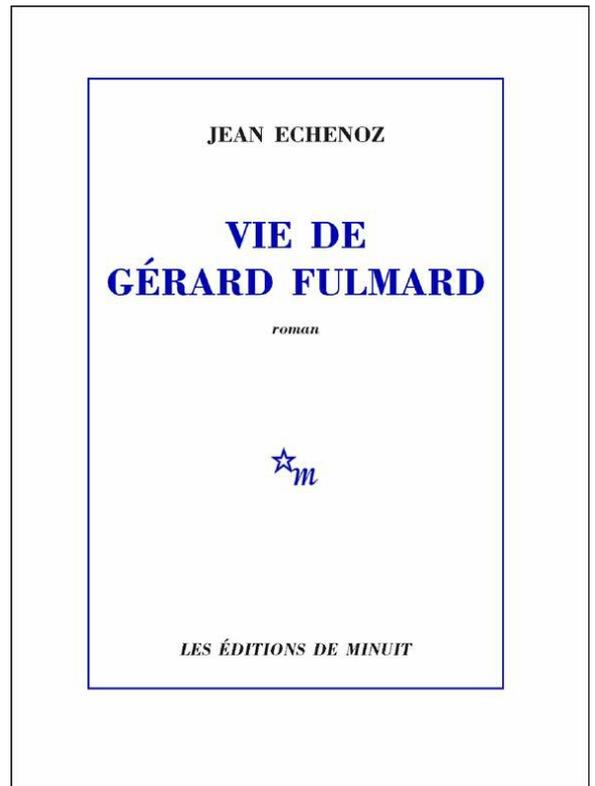
En ce début d'année 2020 froid et morose, quoi de plus réconfortant qu'un bon livre à savourer avec une tasse de thé ou de chocolat chaud, près d'une fenêtre martelée par la pluie ? Par « bon livre » il faut entendre « livre qui nous fasse voyager pour oublier la vilaine météo ». Et pour cela, faisons appel à un maître en la matière : Jean Echenoz. Mais quelle coïncidence alors que son dernier livre vient de paraître aux Editions de Minuit, encensé par les critiques de l'émission « Le Masque et la plume » !

Résumé

Gérard Fulmard (rien que le patronyme devrait vous donner la couleur du roman) est une personne qui « ressemble à n'importe qui » mais « en moins bien ». Il n'a ni travail, ni talent, ni amie. Il s'ennuie sec. Il va alors se faire engager comme homme de main d'un parti politique, la Fédération Populaire Indépendante ou FPI pour les intimes. Or la pagaille y règne à cause d'amours impossibles et de cabales grotesques. La satire est acide. Compère Fulmard doit enquêter sur le décès présumé de la compagne du président de la FPI. Mais ne s'improvise pas détective privé qui veut : notre nigaud relève plus de l'Inspecteur Gadget que de Sherlock Holmes. Ajoutez sa malchance et sa maladresse à la pagaille du parti et vous obtiendrez un cocktail détonnant, vous obtiendrez la vie de Gérard Fulmard.

Jean Echenoz

Né en 1947 à Orange (Vaucluse), Jean Echenoz a publié l'ensemble de ses romans aux Editions de Minuit. Il a remporté de nombreux prix littéraires, notamment le Goncourt pour *Je m'en vais* (1999). Son écriture est géographique, nous faisant voyager aux quatre coins du globe ou d'une ville, et scénaristique, nous permettant de visualiser facilement ses histoires. Chacune de ses nouvelles publications est un petit évènement dans le monde littéraire.



Ce que j'en ai pensé

Jean Echenoz sait écrire, c'est indéniable. Son style est irrésistible : parodique, burlesque et visuel. Il a l'art de transformer la vie d'une personne somme toute banale en une farce singeant le polar noir. Il faut oser, Echenoz le fait. 235 pages, cela paraît beaucoup. Si vous avez déjà lu un livre des Editions de Minuit, vous comprendrez que c'est en fait peu. Hélas ! nous devons nous en contenter.

Si vous cherchez un roman sérieux, passez votre chemin. L'histoire est aussi plate que de l'eau de source et alambiquée qu'une Vieille Prune. Accrochez vos ceintures, il va falloir la suivre et ce malgré les nombreux rebondissements. On passe du coq à l'âne, de l'âne à tout autre animal de basse-cour, permettant d'en faire l'inventaire. Rassurez-vous, le livre se lit quand même facilement.

J'ai préféré son roman *Envoyée spéciale* (Editions de Minuit, 2016) dont l'histoire tient bien mieux la route, toujours avec ce style inimitable, jamais en se prenant au sérieux. Si *Vie de Gérard Fulmard* était une Renault Mégane, *Envoyée spéciale* serait une Porsche 911.

Références

Echenoz, Jean, *Vie de Gérard Fulmard*, Paris, Editions de Minuit, 2020, 235 p.

Echenoz, Jean, *Envoyée spéciale*, Paris, Editions de Minuit, 2016, 320 p.

Le Masque et la plume. 2020. Emission de radio. Animée par Jérôme Garcin. Diffusée le 12 janvier 2020. France Inter.

L'heure bleue. 2020. Emission de radio. Animée par Laure Adler. Diffusée le 22 janvier 2020. France Inter.

Cauchemar en Cuisine

Quand on est étudiant faire la cuisine ça peut paraître long et compliqué, c'est pour ça qu'on a préparé pour vous un assortiment entrée, plat, dessert pour deux personnes simple et rapide à préparer!

Plat

Gratin de pâtes à la béchamel

Temps de préparation: <15min

Temps de cuisson: environ 25min



Ingrédients:

- 150g de pâtes
- 30g de beurre
- 4 cuillères à soupe de farine
- Lait
- 2 tranches de jambon
- 50g de gruyère râpé

1. Dans une casserole faire fondre le beurre, ensuite ajouter d'un coup la farine, bien mélanger et ajouter progressivement le lait et laisser épaissir tout en remuant. Ajouter sel et poivre.
2. Cuire les pâtes comme indiqué sur le paquet, les mélanger à la béchamel et ajouter le jambon coupé en morceaux.
3. Dans un plat à gratin, verser la préparation et saupoudrer de gruyère
4. Cuire 25min au four préchauffé à 180°.

Dessert

Mug cake

Temps de préparation: 5min

Temps de cuisson: 3min

1. Dans une tasse qui passe au micro-onde, casser le chocolat en morceaux et y ajouter le beurre.
3. Faire fondre le tout 30sec au micro-onde
4. Ajouter au mélange l'œuf, la farine et le sucre. Bien mélanger!
5. Cuire 1 min au micro-onde et déguster!

Ingrédients:

- 60g de chocolat noir
- 1 œuf
- 10g de farine
- 1 cuillère à soupe de beurre
- 10g de sucre



Entrée

Beignets de courgette (100% VG)

Temps de préparation: 15min

Temps de cuisson: 5min

Ingrédients:

- 1 courgette
- 1 poignée de farine
- 2 blancs d'œuf
- 20g de chapelure
- 30g de parmesan râpé
- 20cl d'huile d'olive



1. Mettez la farine, les blancs d'œuf légèrement battus et la chapelure mélangée au parmesan dans 3 bols différents. Faites chauffer l'huile dans une casserole.
2. Poivrez les courgettes, puis passez-les successivement dans la farine, l'œuf et la chapelure. Plongez-les en 2 ou 3 fois dans l'huile chaude jusqu'à ce qu'elles soient dorées.
3. Égouttez les beignets sur du papier absorbant, salez et dégustez sans attendre!



Cauchemar en Cuisine

Falafels

Apprenez en 3 min (temps de lecture inclus) à faire de délicieuses falafels !!

Etant végétarien, je me suis longtemps demandé comment refaire les magnifiques falafels que je pouvais déguster chez mon artisan kebabier préféré le jeudi soir (Ali Baba TMTC) lorsqu'il me prenait l'envie de découvrir les plaisirs lillois.

Après maintes et maintes recherche sur internet et de nombreux essais, je finis par arriver à une conclusion : aucune des recettes ne convenait. Tant pis, j'allais le faire moi-même. Je me suis donc amusé à mixer différentes recettes, faire de nombreux essais afin d'arriver à un résultat que je te présente aujourd'hui cher lecteur d'amour !

LA RECETTE :



ETAPE 1 : ON RAMOLLIT LES POIS

Il faut d'abord laisser tremper les pois chiches dans un bol d'eau toute une nuit!

Le lendemain, broyez-les avec un broyeur si vous avez, ou bien à la fourchette (ça ne devrait pas poser de problème si vous les avez suffisamment laissés tremper) jusqu'à l'obtention d'une pâte granuleuse.



ETAPE 2 : ON BROIE

Hachez ensuite l'oignon afin d'obtenir les morceaux les plus petits possible (vous pouvez bien sûr le faire passer dans le broyeur). Mélangez ensuite l'oignon aux pois chiches broyés et rajoutez les épices (si vous ne les avez pas frais, celles du commerce feront aussi bien l'affaire). Vous devez obtenir ceci :



INGREDIENTS (pour 2 personnes) :

- 200 gr de pois chiches secs (sec c'est super important)
- Un demi oignon
- Une poignée de menthe
- Une poignée de persil
- Des herbes de Provence
 - Du piment
 - Du poivre
- De l'huile d'olive



ETAPE 3 : LA CUISSON

→ Si vous avez une friteuse : faites chauffer l'huile à 170°C et plongez les falafels (en forme de boules) jusqu'à ce qu'elles dorent.

→ Si vous n'avez pas de friteuse : faites chauffer à feu fort de l'huile d'olive dans une poêle profonde. Faites des galettes avec la préparation précédemment obtenue et trempez-les dans l'huile bouillante.



ETAPE 4 : ON DRESSE ET A TABLE

N'hésitez pas à les déguster en sandwich dans une baguette avec du cheddar fondu (réchauffez-le au four ou au bain-marie) voire avec des frites pour encore plus de goût !



Bons Plans

Tu veux sortir de la BU, profiter de la vie lilloise sans te ruiner ? L'ACEML a entendu ta demande et est partie dénicher plein de petits bons plans pour réaliser ton souhait!

Munis toi de ta carte ACEML et des codes promos et c'est parti!

QU'EST CE QUE JE GAGNE AVEC UNE CARTE ACEML?

Tu as faim? tu as envie de manger ailleurs qu'au RU sans t'éloigner de la fac? Tu veux bénéficier d'une ambiance chaleureuse avec de délicieux produits de saison ? **BOKA** te permet de trouver ton bonheur !

Ce petit restaurant te propose des plats généreux de pâtes, des galettes salées, des salades composées gourmandes avec des entrées et des desserts qui te font saliver rien qu'en les regardant!

Ta belle carte va te permettre d'avoir le menu étudiant ACEML plat de pâtes et boisson pour 8€30 entre 11h30 et 12h15 !!



Tu as envie de tester la Réalité Virtuelle? L'ACEML te fait découvrir MIND OUT ! Tu vas pouvoir te fondre et jouer dans des univers plus vrais que nature ! Batailles, horreur, énigme, course de voitures mini-jeux... Tes rêves deviennent presque réalité grâce à la VR! Pour l'avoir testée, c'est une expérience unique à tenter ABSOLUMENT! Emmène tes potes, l'offre marchera pour eux aussi!

Encore une fois la carte Corpo est là pour toi : en te rendant à Mind Out avec Carte étudiante + carte corpo tu gagnes 20% sur le créneau de ton choix !

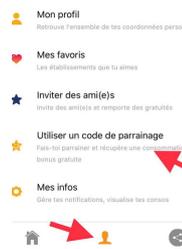


QU'EST CE QUE JE GAGNE AVEC LES CODES PROMOS DE L'ACEML?

C'Benef: C'est l'application qui te permet de bénéficier d'une offre quotidienne dans beaucoup d'établissements de la région lilloise! Des bars comme le Délirium, des restaurants ou des Macdo, des loisirs comme des laser games...!! Tu y trouveras des offres comme: nn verre acheté=un verre ou un shot offert, des happy hours prolongées, des réductions sur les menus ou les cocktails! Bref que du positif !

Avec le code donné par l'ACEML tu as le droit à une offre en plus pour une journée! Pour cela:

Télécharge l'application (possible aussi si déjà téléchargée)
Suis les flèches et rentre **HnU** comme **Code de Parrainage!**
Valide et profite de la vie lilloise à petit prix !



LES NUITS SECRETES ! Ce festival du Nord t'accueille cette année encore pour écouter entre autres Aya Nakamura, Lomपाल, Riles, FOALS et bien d'autres !
Avec l'ACEML tu as droit à 10% de réduction sur le pass 3Jours avec le code utilisable en ligne **ACEMLLNS2020**

C'en est fini pour les bons plans du mois! N'hésite pas à nous faire part de tes idées pour que nos offres correspondent le plus possible à tes envies! Des bisous !



böka



MINDOUT



Le Braisé



Nous savons très bien que vous aimez les cadeaux (je laisse le suspense) et que vous aimez manger également.

Nous voulions vous faire découvrir, pour ce numéro de mars, une adresse qui nous a particulièrement plu:

- Une ambiance et une décoration qui combinent modernité et décontraction.
- Une équipe très accueillante et serviable, toujours avec le sourire.
- Des burgers cuits au charbon de bois, ce qui donne vraiment une saveur singulière.

Le concept est simple, deux possibilités :

- Des burgers composés par des chefs qui incarnent différentes destinations mondiales (Le libanais, le bombay, le texan, le philippin (végétarien !!)...)
 - Composez vous-mêmes vos burgers en mettant la quantité de steaks et de garniture que vous voulez.
- Pour finir des desserts faits maison (la mousse au chocolat est une tuerie).

Envie de tester ?

Leur adresse: 107 Rue de Douai, 59000 Lille
Ils sont également disponibles sur Ubereat !



JEU CONCOURS

3 MENUS BURGER A GAGNER CE MOIS, 3 étapes:

- Partager sur Facebook ou RT la publication du journal (2 fois plus de chance si tu fais les 2).
- Aimer la page Facebook "Le Braisé" (et la nôtre d'ailleurs si ce n'est pas déjà fait!)
- Envoyer "Le braisé" par message à la page FB "Aceml, journal MST", tirage au sort parmi les messages reçus !

La Goutte d'Encre Internationale

Les Goutteurs au Sénégal

Ce mois-ci, découvre l'aventure qu'ont vécue les bénévoles de la Goutte d'Eau au Sénégal.

Entre les moments de joie partagés avec les habitants et les activités sur le chantier, ils ressortent de ce projet des étoiles plein les yeux !

La mise en place du projet

Notre folle aventure a commencé au mois de septembre 2018. Financements, dossiers de subventions, devis, préparatifs ...

Nous étions loin d'imaginer ce qui nous attendait !

Tout a commencé par la rencontre avec les membres du groupe précédent, autour d'un petit verre.

Leur projet consistait à construire une case de santé dans le village de Menguegne Boye. Ce projet avait été permis grâce à l'association Afrique Vision Nouvelle et notamment Al Hassane Kebe (dit Alou), le coordinateur de l'association, avec qui ils avaient collaboré.

Nous prenons contact avec Alou qui nous parle du village de Djelmbame, situé aussi dans la région de Saint Louis.

Ce village ne possédait pas d'école maternelle, et les enfants étudiaient dans une maison dont la construction n'avait pas été achevée.

L'objectif était donc de construire une école pouvant accueillir les élèves du village de Djelmbame et des alentours.



Un moment de partage autour d'un repas traditionnel sénégalais.



Première rencontre avec le chef du village de Djelmbame..

La Récolte de fonds

Tous les moyens étaient bons pour réunir la somme nécessaire : d'innombrables journées d'emballages cadeaux à Nocibé, des ventes de chocolats Jeff de Bruges pour Pâques et Noël, ainsi que des soirées étudiantes.

Nous avons aussi sollicité plusieurs mairies et rempli beaucoup de dossiers de subvention. Nos efforts ont été largement récompensés car notre objectif a été atteint !

Nos premiers pas sur place

Sacs sur le dos, excités et impatients, nous avons décollé le 21 juin en direction de Dakar ! Sur place, nous avons retrouvé Alou, et Pathé, notre sacré chauffeur qui nous a causé quelques frayeurs...

Notre première destination fut la maison des parents d'Alou qui habitaient à Thiés, à côté de l'aéroport.

Nous avons pu partager chez eux un repas typiquement sénégalais.

Nous avons pris place sur un tapis, assis en tailleur autour d'un grand plat à partager. Le partage justement, est l'une des valeurs fondamentales du Sénégal et nous avons pu le vérifier tout le long de notre périple.

Le lendemain, direction Djelmbame.

Lors de notre arrivée, les chants de bienvenue résonnaient à l'intérieur des murs de l'association. Les bénévoles et les enfants du village nous ont accueillis chaleureusement par des chants et des danses.

Nous nous sommes présentés chacun notre tour par une chanson dont les paroles nous ont été apprises par Madame Mane. Elle nous a par la suite appris des chants, des chorégraphies et des jeux traditionnels, ainsi qu'à jouer du djembé.

Dans les jours qui ont suivi, nous avons aidé au chantier de construction de l'école maternelle, qui avait commencé un peu avant notre arrivée.

La Goutte d'Encre Internationale

Tous les matins, nous avons assisté les maçons en accomplissant plusieurs tâches, comme désherber le site pour faire une cour de récréation, porter des sacs de sable permettant de faire un sol plat dans l'école, ramasser les détritiques présents, couler la dalle de béton, aider aux fondations.

Cette coopération n'aurait pas été possible sans les jeunes étudiants bénévoles, qui nous ont aidés à nous faire comprendre des habitants du village qui parlent le Wolof.

Nos journées étaient rythmées par notre participation au chantier, et par les chants des enfants du village qui venaient chaque jour nous encourager.

Nous avons aussi réalisé des actions de prévention contre le paludisme, et vécu de nombreux moments de partage avec les jeunes partageant notre logis.

L'après-midi était consacrée aux visites et à la découverte de la culture locale. Nous avons fait le tour de Saint-Louis accompagnés d'un guide qui nous a fait découvrir tous les coins de cette belle région.

Nous avons aussi participé à des activités comme un atelier de teinture pour faire des vêtements hauts en couleur, un atelier de cuisine où nous avons appris à faire des spécialités locales et nous avons aussi fait découvrir nos plats typiquement français.

Au niveau de la prévention portée sur le paludisme, nous avons eu plusieurs réunions avec la Croix Rouge sénégalaise pour mettre en place la sensibilisation.

Nous avons alors donné des moustiquaires aux familles du village. Nous avons expliqué ce qu'est le paludisme, comment il est véhiculé et comment le combattre.

De plus, nous avons eu l'honneur de voir les matchs de la coupe d'Afrique des Nations chez la famille du joueur Ismaila Sarr, qui jouait pour Rennes en France. Nous avons pu aussi visiter Dakar durant les trois derniers jours de notre séjour au Sénégal.

Le bilan de l'équipe

La construction s'est terminée trop tard pour que nous puissions assister aux premiers cours des élèves.

Malgré cela nous sommes fiers d'avoir bâti cette école main dans la main avec les sénégalais !

Nous ressortons de cette aventure grandis : au-delà de l'aide apportée, ce fut un moment de partage extraordinaire car les habitants nous ont transmis leurs valeurs et leurs traditions.

L'échange interculturel est primordial dans ce genre de projet car il permet d'aller au-delà d'une simple action menée par un groupe de personnes venant d'un autre pays que le leur, et d'interagir sur le plan humain, affectif et moral afin de les soutenir et comprendre leur quotidien.



Le chantier de construction de la salle de classe.



L'avancement de la salle de classe, peu avant le départ.



La team Sénégal 2018-2019 avec de Gauche à droite : Olivia, Candice, Arthur, Louise, Charlotte et Maxime.

La Goutte d'Encre Locale

Les pôles locaux engagés pour le mois de la femme

La journée internationale des droits de la femme a lieu le 8 mars. Les pôles locaux de la Goutte d'Eau se sont pliés en quatre pour préparer différentes actions durant le mois de mars avec pour même objectif général, la lutte contre le sexisme.

Une récolte de parapluies pour tout changer

Y a-t-il un rapport entre des parapluies et des serviettes hygiéniques ? OUI !

Les pôles écologie organise une récolte de vieux parapluies jusqu'au 3 mars à la fac qui sera suivie par des ateliers de couture de serviettes hygiéniques réutilisables.

Ces ateliers auront lieu les 6, 7 et 8 mars, pour allier respect de l'environnement, solidarité et soutien à la cause féminine. Alors à vos parapluies, on vous attend nombreux !

Un événement qui va vous en boucher un coin

Le pôle écologie récoltera vos bouchons en plastique le 8 avril, pour un événement mystère ...

Alors commencez à amasser votre trésor !



Ce mois-ci, il ne faut pas laisser ces monstres finir à la poubelle.

Les maraudes reviennent !

La prochaine maraude aura lieu le jeudi 05 mars et en bonne compagnie, puisque des étudiantes et étudiants de l'IFSI de Mons-en-Baroeul vont nous accompagner !

Le rdv est à 14h50 devant le local de La Goutte d'Eau, qui est situé entre la porte menant au RU et les salles de sport, à gauche de la BU.

Si tu es des nôtres, n'oublie pas de t'inscrire sur le document qui sera publié sur la page facebook "association la goutte d'eau Lille 2"



Après la récolte des témoignages, place à l'exposition !

Toutes et tous ensemble, brisons le silence !

La team "Lutte contre les discriminations" a organisé un recueil de témoignages sur les violences sexistes et sexuelles.

Ce recueil a été organisé pour donner lieu à l'exposition "Brisons le silence !" qui montrera certains témoignages sous forme d'affiches ainsi que les conseils des victimes de ce genre d'horreurs.

Les numéros à prévenir seront aussi affichés et les étudiants seront invités à coller des messages de soutien au moyen de post-its.

Cette exposition arrivera chez nous vers mai-juin mais sera répartie sur différents campus de l'université auparavant.

Cela reste à confirmer mais elle sera présente à la maison des étudiants de cité scientifique, sur le campus Pont-de-Bois, dans le hall de la BU de droit, et peut-être en pharmacie ou en STAPS, et cela pendant tout le mois de mars.

Le vide dressing : suite et fin.

Vous avez été nombreux à nous donner des vêtements au printemps dernier, ce qui nous a permis de récolter plus de 350 euros en faveur de l'association Louise Michel qui aide les femmes battues.

Nous avons sélectionné les vêtements restants les plus susceptibles d'être vendus pour les vendre un par un pour faire grossir la somme déjà récoltée lors des vide dressing au Wally's coffee.

Les autres ont été donnés à Emmaüs pour avoir une nouvelle vie.

Tout le pôle "Lutte contre les discriminations" vous remercie vous, donateurs au cœur tendre, sans qui cette aventure n'aurait pas été possible !



L'Horoscope de la Mama

Mars 2020



BELIER



Tes sens élémentaires semblent t'avertir d'un cataclysme proche. Tu vis une vie paisible ces derniers temps. Mais prends garde ! Car mars annonce la fin de cette vie. Prépare-toi au pire... ou du moins au « pas ouf ».



GEMEAUX



De nombreux conflits viendront tacher votre paisible quotidien. Une personne proche est en total désaccord avec vous et cela vous frustre. Voilà que deux voies s'ouvrent à vous : le compromis ou l'affrontement.



LION



Une personne rencontrée il y a peu vous permet de changer votre point de vue sur de nombreux sujets. Vous qui refusiez de vous ouvrir aux autres, vous voyez les choses d'un autre œil et cela vous permet de comprendre un peu mieux le monde qui vous entoure.



BALANCE



Mars est pour vous une fin. Cela peut-être dans le bon sens du terme pour certain, ce qui aboutit à une évolution par la suite. Ou dans le mauvais sens du terme pour d'autres, ce qui aboutit à une régression.



SAGITTAIRE



Baucoup de choses sont revenues à la normale depuis votre dernière grosse décision. Vous vous sentez mieux, vivez mieux et arrivez enfin à relativiser lorsqu'une colle se pose. Mars est dans la continuité de cet état d'esprit.



VERSEAU



Mars est pour toi le mois de l'assurance. On t'a montré tes points forts. Et tu as appris à t'en servir. Te voilà armé(e) d'outils qui t'aideront à faire face à toutes ces adversités qui te poseront problème ce mois-ci.



TAUREAU



Mars est le moment de faire un point sur votre vie. Vous étudiez avec minutie votre passé afin d'en corriger les erreurs. Ne vous inquiétez pas, vous y arriverez et votre entourage vous sera d'une grande aide.



CANCER



Il est clairement temps de faire un grand changement dans votre vie. Vos vieilles habitudes vous rattrapent et vous empêchent de prouver votre vraie valeur. Ne laissez pas les aléas du quotidien vous mener la vie dure.



VIERGE



Vous qui pensiez être submergé(e) par les tâches qui vous ont récemment été confiées, vous voilà maintenant prêt à montrer à vos supérieurs et aux autres votre capacité à gérer un dossier, une équipe, un établissement, ... Bravo !



SCORPION



Si tu t'attendais à ce que je t'annonce une mauvaise nouvelle... Scorpion, tu peux être rassuré. Un vent paisible souffle sur tes jours. Bien sûr qu'il y a quelques désagréments dans tout cela.. Mais au final, il y a bien pire. Et tu le vois bien autour de toi.



CAPRICORNE



Mars est enfin le mois de votre épanouissement total. Beaucoup d'opportunités s'offrent à vous et vous les saisissez toutes. Les gens vous font de plus en plus de compliments, car cette belle mine vous embellit.



POISSON



Beaucoup de choses vous empêchent de voir la réalité telle qu'elle est. Serait-ce l'influence d'un ami ? Ou tout simplement un mode de vie particulier ? (La fameuse tisane à la bergamote de 21h qui vous fait oublier les 70 pages de cours qu'il vous reste à réviser pour le lendemain ?) Quoiqu'il en soit, faites attention.

Proverbe du mois:

« Vous devez être le changement que vous voulez voir dans ce monde. »
- Gandhi

What's the sushi score ?

Maintenant, chaque petit signe astrologique aura le droit à un score représenté par des émojis (noté sur 5) :

- Le « sushi » score : il représente la chance et le bonheur que tu connaîtras ce mois-ci. Car manger des sushis est l'équivalent du bonheur ultime... Sauf si t'es allergique au poisson cru...



J'ai joué, j'ai aimé

Kingdom Hearts

Salut tout le monde !

On revient aujourd'hui avec ma licence favorite : un mélange entre final fantasy et Disney, la saga aux noms de jeux totalement WTF, j'ai nommé : Kingdom Hearts. Le jeu est développé par Square Enix et disponible sur Playstation 4 et très bientôt sur Xbox one.



Synopsis

Kingdom Hearts c'est l'histoire d'un jeune garçon, Sora, qui habite les îles du destin avec ses amis Kaïri et Riku. Leur rêve est de quitter cette île exiguë pour explorer les autres mondes et ils décident de construire un radeau. Mais la veille de leur départ, leur monde est attaqué par des monstres : les sans-coeurs. Sora est alors séparé de ses compagnons et devient le détenteur d'une arme particulière: la Keyblade, clé dite capable d'ouvrir toutes les portes. Son monde étant détruit, il part à la recherche de ses deux amis. Il rencontrera Donald et Dingo qui l'accompagneront dans son aventure sous les ordres du roi : Mickey.

Le garçon va alors explorer les mondes Disney à leur recherche avant de découvrir qu'un destin bien plus grand l'attend...



Pourquoi j'y jouerais ?

Kingdom Hearts (KH) c'est avant tout une histoire très riche, et surtout très compliquée. Il est assez dur de s'immerger dans l'univers extrêmement vaste où chaque réponse entraîne plusieurs nouvelles questions. Outre l'histoire, les vieux jeux ont peut-être un peu de mal à vieillir mais le dernier opus, KH3 est d'une beauté, c'est du bonbon pour les yeux! Pour ceux qui aiment le challenge, le jeu possède des boss qui pourront vous faire rager plusieurs heures. Pas de problèmes pour les néophytes, ces boss sont optionnels et il y a un choix de difficulté au début de la partie. Mais surtout, parlons des musiques qui sont sensationnelles, pour citer les plus connues: *dearly beloved*, *simple and clean* (mention spéciale pour la version 0.2 <3), *sanctuary*, *vector to the heavens* ou encore *face my fears* (faite par Skrillex, il datait un peu). Ces musiques sont composées par Yoko Shimomura et interprétées par Utada Hikaru!



Un jeu, et un manga!

Kingdom Hearts c'est avant tout un jeu, mais c'est aussi un manga. Si vous ne possédez pas de console (ou pas la thune pour le jeu, on reste étudiants quand même) vous pouvez vous procurer le manga, qui reprend l'histoire principale, un peu modifiée tout de même mais l'esprit est là. Si vous vous laissez tenter par l'expérience, je vous conseille 2 opus: "KH the story so far" qui pour la somme d'un jeu en contient... 8! et bien sûr KH3. Sur ce je vous laisse et on se retrouve dans un prochain numéro !

