AVRIL 2020 | NUMÉRO 8 : DERNIER DE L'ÉQUIPE !

Médecins sans tabou

MST

MOBILITÉ INTERNATIONALE

Partir pendant l'externat

RENCONTRE

PR. SABLONNIÈRE

Sa vie, ses oeuvres, il se confie !

NEUROLOGIE

PR. CORDONNIER

Découvrez sa spécialité !

BILANS MORAUX

La fin d'une année riche à l'ACEML

MASTER

M1 et M2, on vous dit tout !

COVID-19

Comment survivre à son confinement ?

BNP PARIBAS
La banque d'un monde qui change

Université de Lille

Édito

Dans cette période difficile que nous vivons, j'espère que **le DERNIER NUMÉRO de notre équipe** vous aidera à faire passer le temps. Vous verrez mon bilan moral à la page suivante mais je suis très heureux d'avoir partagé cette année avec vous.
Je remercie Pauline et Romain de m'avoir aidé pour les corrections de ce numéro et toute mon équipe pour le travail merveilleux que vous avez réalisé cette année.

Je profite de cet édito pour féliciter tous mes camarades pour leur mobilisation, nous avons été énormément de volontaires pour aider le SAMU, pour la garde d'enfant et pour les gardes à l'hôpital.
Je remercie tous les professionnels de santé pour leur courage mais également des personnes qu'on oublie trop souvent: les éboueurs, les caissières, les personnes dans l'alimentation ou les autres postes indispensables au fonctionnement de la nation !

Enfin pour marquer la fin de cette série, n'hésitez pas à partager un maximum le journal sur les différents réseaux, à mentionner vos amis et à nous donner vos avis pour améliorer le journal l'année prochaine.
Voilà maintenant je quitte l'aventure et retrouvez le journal dès Septembre avec la nouvelle équipe dirigée par Halima Laouadi.

Bonne lecture, bon confinement et je ne le répéterais jamais assez, RESTEZ CHEZ VOUS !

Maher SALMAN- VP Journal

ACEML, Journal MST
journal.mst@aceml.com
https://www.aceml.com/journal/
@journalmst

SOMMAIRE

3.L'aventure du VP Journal

6. Mobilités internationales : Australie et Suède

9. Un Homme, une Histoire

11. Quand je serai grand, je serai...Neurologue

13. Mon Asso' : bilan de l'ACEML

15. Masters

17. Survivre au confinement

18. The Chronic

19. Cinéma

20. Une blouse et une plume

21. J'ai joué, j'ai aimé : Slime Rancher

22. Accord à corps

23. Le point Elus

24. Cauchemar en cuisine

25. La Goutte d'encre internationale : Bénin

27. La Goutte d'encre locale

28. L'horoscope de Mama

29. La BD de Laure

REMERCIEMENTS

Rédacteur en chef: Maher Salman

Rédacteurs : , Estelle.C, Perrine.R, Valentine.M, Zacharie.S, Aurélien.G, Halima.L, Clément.B, Eleonore.P, Pierre.D, l'équipe des élus, Romain.D, Shanice V, Laure.A, la troupe Accords à Corps, Nicolas.F,

Responsable Partenariats: Aglaé.J

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

Chargé de communication: Maher.S

Bilan Moral : VP Journal

Rédacteur en Chef : les coulisses d'une formidable aventure humaine.

Je me suis toujours promis de proscrire le « je » du journal car ce n'est pas un journal intime mais il est temps de tirer un bilan après un an en tant que rédacteur en chef.
Le chemin parcouru a été long pour aboutir au journal que vous lisez actuellement. J'ai pris fonction en avril dernier avec tout de suite du pain sur la planche. Je vais vous détailler les différentes tâches que j'avais à accomplir :

Le format papier, vous l'attendiez ? Et bien, il est arrivé !

Nombreux d'entre vous n'aiment pas lire sur un écran et je vous comprends, l'une de mes promesses de mandat était d'introduire un format papier accessible à tous. Il a fallu premièrement faire un **dossier de subvention** (FSDIE pour les intimes) afin de financer les impressions du journal et de pouvoir le proposer **gratuitement**. Une fois le dossier traité, vous passez devant une **commission** en charge de l'attribution de subvention pour les initiatives étudiantes, elle a heureusement été favorable à mon projet.
Une fois les fonds débloqués, il a fallu s'occuper de ce qu'on allait mettre à l'intérieur de ce journal.

Le logo et la trame

Qu'est-ce qu'un journal sans logo ? Plus qu'une simple illustration, c'est l'identité du journal. Et là ma sauveuse fut **Clara Bariau** qui à partir de quelques idées que j'avais derrière la tête, a réalisé un logo qui dépassait largement mes attentes.

Pour la trame, fini le format Word, pas très attrayant ni agréable à lire. Après avoir épluché énormément de journaux différents, je suis tombé sur le journal de la **faculté de Médecine de Tours** (ce n'est pas un journal étudiant mais un journal facultaire réalisé par des professionnels) et j'ai tout de suite accroché.
Grâce à **Canva**, un site intuitif et très pratique pour faire des montages, nous nous sommes attelés, avec un ami, à la réalisation de la trame que vous connaissez actuellement. L'idée était claire : une couleur attribuée à chaque article avec une trame uniforme pour tous les journaux afin de créer une identité MST.

La famille M.S.T

Dans la foulée il a fallu également renouveler l'équipe des rédacteurs car énormément d'anciens rédacteurs devenaient externes. Là, nous avons eu le droit à **un énorme problème de communication avec une publication qui a été parue un vendredi matin** (je ne vais pas vous faire de dessin pour vous expliquer pourquoi il faut **proscrire le vendredi matin pour toucher un maximum d'étudiants**). Les conséquences se sont vues immédiatement avec 2 réponses à mon appel mais vous vous doutez sûrement que l'on ne peut pas faire un journal avec 3 personnes.
Pour pallier à ce manque d'attrait, il a fallu faire jouer le bouche à oreille et aller cibler des personnes précises dont je connais les talents pour certaines missions (comme Laure pour la BD ou Shanice pour l'horoscope).

Une formidable équipe a été créée et nous avons travaillé ensemble pendant ces 10 mois dans la joie et dans la bonne humeur.
Le succès du journal est sûrement dû à **l'hétérogénéité de notre équipe qui permet de satisfaire un panel de lecteur le plus large possible.**
En effet quelques exemples parmi nos rédacteurs fixes (vous découvrirez dans la suite nos rédacteurs "éphémères") :

- **Clément**, notre mélomane, déjà titulaire d'un doctorat en neuroimagerie, il nous apporte énormément par son **expérience et sa culture musicale riche et variée**.

- **Aurélien**, le cerveau de l'équipe (il a horreur que je l'appelle ainsi), une **culture scientifique incroyable**, une **rigueur** dans l'écriture avec une réflexion poussée et surtout l'absence de faute d'orthographe, ce qui nous permet d'élaguer la majorité des fautes à la correction.

- **Valentine**, **discrète mais très efficace**, ce qui la caractérise c'est sa **polyvalence**, donnez-lui n'importe quelle mission et elle le fera mais surtout **elle le fera bien.**

- **Zacharie** que je remercie énormément pour tout, notre VP général qui incarne le côté « **officiel** » du journal, parlez-lui **d'associatif, de réformes, de lois** et il vous dira tout. C'est un élément capital pour **informer les étudiants sur l'actualité** ! Plus que ça, un réel bras-droit qui a su m'épauler tout au long de cette aventure.

- **Aude**, le général, toujours disponible pour m'aider, même si sa rubrique : **Neurchi de GELULES** a été interrompue (le coté confidentiel de la plateforme n'était pas compatible avec un article), elle est restée **toujours disponible pour m'aider dans les corrections et la mise en page**, cela fait énormément de bien quand on sait que l'on peut déléguer (même si j'ai du mal à le faire).

-**Romain**, le rédacteur de la Goutte d'Eau, parfois trop gentil (c'est tout le problème quand on raconte le projet des autres, nous sommes dépendant de leurs réponses qui sont souvent tardives), c'est un vrai **passionné** et il est engagé dans des **causes nobles qu'il défend ardamment** dans son Asso' comme dans le journal (l'écologie, la lutte contre les discriminations...).

-**Laure**, notre artiste, hormis son gros problème de respect des délais ;) , elle a un talent incroyable qui s'exprime dans ses BD.

-**Shanice**, toujours là pour nous apporter sa bonne humeur et nous faire rire avec ses horoscopes.

-**Sarra**, depuis son arrivée en Janvier, on a gagné en professionnalisme avec ses couvertures magnifiques !

- Ainsi que **Pierre** pour les jeux vidéos et tous mes correcteurs (Comme **Pauline, Nahel, Mathieu et Eglantine** quand elle daigne à répondre...) que je remercie énormément.

Bilan Moral : VP Journal (Suite)

C'est bien beau tout ton blabla mais on y trouve quoi dans ton machin ?

Bah écoutez, vous n'avez qu'à lire la suite du journal pour le savoir héhé. Je plaisante évidemment !

Une idée clé : **RATISSER LARGE**. Il fallait suivre **plusieurs lignes directrices** et pour cela nous avions des **rédacteurs attitrés à chaque rubrique qui elle ne bougeait pas** :

- Interviewer un PU qui enseignait en PACES (afin que la majorité des gens le connaisse) sur sa carrière et sa vie afin de **motiver les étudiants en PACES**, **susciter des vocations** et **un engouement sur la fonction hospitalo-universitaire.** Nous avons eu les *Pr. Chazard, Drizenko, Deramecourt, Melnyk, Huglo, Montaigne et Sablonnière*. Une liste qui j'espère va s'étendre l'année prochaine.
- **Promouvoir la culture** avec les articles **musique et littérature** toujours autant passionnants au fil des mois.
- En faire **le journal de l'ACEML** en montrant **les coulisses des différents événements** et **en soulignant le travail exceptionnel de mes camarades** (Ex : le Défi Sang Limite, l'Hopital des Nounours, le tutorat, la Revue...) et également la rubrique **Mon Asso'** qui relate nos activités au fil des mois.
- Faire **découvrir d'autres associations** qui font également un super travail avec la **Goutte d'Eau** qui a eu deux articles quasi constamment, **les coulisses d'Hippocrate et Accords à corps...**
- **Traiter des sujets d'actualité** avec la rubrique **Science et éthique** (la PMA, l'IA...) ou un article sur le **Protoxyde d'Azote** par un médecin du Centre anti poison.
- Mais surtout **en faire un journal utile pour les étudiants** avec des **astuces pour réussir la PACES, l'actualité sur les différentes réformes (PASS/LAS, R2C)...**

Novembre, un réel tournant

Un tournant, le **Dr Ramy Azzouz** (que je remercie énormément pour tout ce qu'il m'a apporté cette année) m'a informé que **l'élection du nouveau doyen aurait bien lieu et m'a proposé, 10 ans après mes prédécesseurs de** *L'Echo du Stétho*, **de couvrir l'évènement.**
Mon objectif était **d'impliquer un maximum les étudiants dans cet événement** qui les concerne directement mais dont trop **peu de gens étaient au courant.** Imane et Zacharie se sont chargés de réaliser un "**mode d'emploi**", **simple et complet**, qui expliquait le

Novembre, un réel tournant (SUITE)

déroulement des **différentes élections à venir** (des représentants au conseil de fac, celui de l'Université et de notre nouveau Doyen). Ma mission était **d'interviewer les deux candidats** (en pleine période de partiels, génial...) mais pour cela il a fallu me renseigner sur leurs parcours, leurs programmes etc... **respecter des codes dont je n'avais pas l'habitude.** Ce n'est jamais évident pour un étudiant de fixer des règles à son/sa futur(e) doyen(ne) mais il fallait **donner les mêmes possibilités d'expression aux candidats pour n'avantager personne.**
Le succès de ce numéro fut incroyable, tant auprès des étudiants qu'auprès des PH, des PU et des autres usagers de la fac : **3600 téléchargements et le nom du journal MST qui circulait dans les couloirs.** Un rêve éveillé mais avec **un retour de bâton direct.**
En effet, **épuisé** par la réalisation de ce numéro en parallèle des partiels, il m'a été très difficile d'enchaîner avec un nouveau numéro dans la foulée. J'ai fait le numéro de Décembre sans réel plaisir et l'impact fut direct car il a le **moins bien fonctionné.** J'ai pensé à arrêter car **la monotonie commençait à s'installer** et c'est là que j'ai décidé **d'ouvrir le journal à des rédacteurs que je qualifie « d'éphémère »** (intermittents) qui nous parleraient de **leurs passions.**
On a commencé par un article sur **la mode de Mario**, puis de plus en plus de nouveaux articles avec celui sur **l'ERASMUS, les astuces cuisines, les chroniques d'Éléonore et Marion, les mobilités internationales, les mots d'amour pour la St Valentin etc...** Depuis le succès ne cesse d'augmenter mais **surtout je prends de plus en plus plaisir à sortir des numéros.**
J'ai même eu la chance de recevoir dans mes mails une proposition d'article du Pr. Chazard, c'était génial, lmême si cela reste un journal étudiant, l'objectif et d'avoir le maximum de diversité dans les rédacteurs.

Jeux concours

La communication est **LE point essentiel** qui n'était malheureusement pas assez développé durant le mandat précédent.

- **On a commencé par la création de notre page Facebook**

« **ACEML, journal MST** », abonnez-vous d'ailleurs si ce n'est pas déjà fait !

- Faire mes communications **moi-même** également, nous ne sommes jamais aussi bien servis que par nous-même.
- Demander à mes amies dessinatrices de réaliser des **dessins pour attirer l'œil des lecteurs sur les réseaux.**
- Mettre **un max d'affiches dans la fac avec des QR codes de téléchargement ainsi que vidéo-projeter dans les amphis** avec l'autorisation du Doyen.
- Pour l'élection du nouveau Doyen, nous avons aussi créé une **page twitter @journal MST (pareil on s'abonne)** qui nous a permis d'accroître d'avantage notre visibilité.
- Et enfin être **présent le site de la faculté.**

Mai 2019 | Sept 2019 | Oct 2019 | Nov 2019 | Déc 2019

Bilan Moral : VP Journal (Suite 2)

Jeux concours

Les jeux concours ont connu un **énorme succès**. Qui n'aime pas gagner des cadeaux ? Et là, je me dois **de remercier notre VP Partenariat, Aglaé qui tous les mois me dénichait des cadeaux divers et variés.** Cela permettait de récompenser nos lecteurs tous les mois pour leur fidélité.

Trêve de blabla, quels sont les résultats?

Allez voir à **la fin de l'article le petit bonus avec tous les détails !**

En 8 numéros (celui-là est le 9ème donc je ne l'ai pas compté : un total de **18550 téléchargements** ET **4200 formats papiers écoulés !** Donc une belle moyenne de **2300 téléchargements tous les mois et 550 papiers, encore merci à tous !**

Néanmoins subsistent **quelques regrets, des échecs ou projets inachevés,** je peux citer par exemple :

- le **JT qu'on avait mis en place sur les réseaux** en mai dernier qui n'a jamais pu être maintenu faute de temps,
- la **vidéo de promotion de l'HDN avortée** après tant d'heures de travail
- **certains Professeur(e)s qui ont marqué ma PACES mais que je n'ai jamais réussi à interviewer comme le Pr. Fontaine ou Demondion**
- mais surtout le fait que je n'ai jamais réussi à **trouver un CM afin de déléguer et pouvoir d'avantage me diversifier.**

Tant de pistes que je lègue à celle qui me succède.

Pour fêter la fin de cette belle aventure, je vous invite à partager un maximum le journal sur tous les réseaux et à identifier vos amis afin que l'on batte notre record de Novembre de 3600 téléchargements !

Bilan PERSONNEL

J'ai donné du temps sans compter mais **ce n'est rien comparé à tout ce que cette expérience m'a apporté.**
Je me suis retrouvé à la tête du journal un peu par **hasard** mais soucieux de bien faire et de réussir la mission qui m'a été confiée, **j'ai vu naître une réelle passion pour ce journal.**
J'ai **gagné en maturité**, tant dans la **gestion de mon équipe** qui compte maintenant une vingtaine de personnes mais également en **rigueur dans mon travail personnel** car pour réussir à sortir un numéro tous les mois, **une organisation quasi militaire est nécessaire.**
J'ai pu également **diversifier mon domaine de compétences** sur le plan de la **communication**, du **divertissement**, **des jeux concours à organiser** et enfin du **site à entretenir.**
Je me suis vu grandir tout au long de cette année et j'ai compris que j'étais capable de proposer un contenu correct sans réelle prédisposition pour le journalisme, ce qui montre que « **quand on veut, on peut** ».
Mais surtout, le poste de VP Journal m'a permis d'accéder à cette grande famille qu'est l'ACEML et de rencontrer des personnes géniales que j'aime fort <3 !

C'est avec émotion que maintenant je dois passer le flambeau comme Nicolas l'a fait un an auparavant avec moi, je pars ému mais serein car je sais que la nouvelle rédactrice en chef va pérenniser ce projet qui me tient tant à cœur et voire même l'améliorer davantage. C'est avec un grand plaisir que je lègue le journal MST à Halima en restant toujours disponible pour l'épauler.

Remerciements

Je tiens à remercier :

- **toute l'équipe du journal MST** pour m'avoir accompagné cette année.
- **l'ancien VP journal**, Nicolas Fenez qui m'a toujours soutenu et accompagné.
- **le bureau de l'ACEML,**
- **l'équipe décanale de Monsieur le Doyen Pr. Lacroix** qui m'a aussi également énormément soutenu,
- **les différents agents de la faculté** qui nous ont aidés tout au long de l'année
- et surtout **nos lecteurs !**

Bonne continuation à tous et j'ai hâte de tous vous retrouver après le confinement pour faire la fête !

Comme vous le remarquerez ci-dessous, après l'arrivée de Sarra, les couvertures ont quelque peu évolué.

Janv 2020 | Fev 2020 | Mars 2020 | Avril 2020

Maher SALMAN-Med3

Et surtout RESTEZ CHEZ VOUS PENDANT LE CONFINEMENT!!!

Les Mobilités Internationales (MI)

En quoi consiste une mobilité internationale (MI) ?

Les relations internationales (RI) permettent de développer des partenariats d'enseignement et de recherche entre la faculté de Médecine de Lille et près d'une centaine de facultés dans le monde.
La première étape lorsque l'on postule à une mobilité internationale est la réunion d'information, qui a lieu tous les ans en début d'année scolaire. Cette réunion est ouverte à tout le monde mais il faut tout de même rappeler que les RI sont réservées uniquement aux externes. Elle vous permettra de connaître toutes les destinations partenaires de la faculté de Lille ainsi que les modalités qui permettent d'y postuler. Certaines destinations comme l'Australie demandent de passer un TOEFL, les destinations d'Amérique du Sud demandent un certain niveau en espagnol, il y a beaucoup de modalités propres à chaque mobilité. Nous vous conseillons vivement d'y assister car c'est le premier contact que vous aurez avec les MI. Les personnes en charge sont très à l'écoute et présentes afin de répondre à toutes vos questions que ce soit durant cette réunion jusqu'à votre retour de mobilité.
Nous vous conseillons aussi de lire les rapports de stage des étudiants partis en mobilités qui vous intéressent avant de postuler afin de vous assurer que celles que vous choisirez correspondent à vos attentes. Elles sont disponibles sur la plateforme MOODLE ainsi que dans le bureau des RI aux heures d'ouverture.
La deuxième étape a lieu durant le mois de septembre. C'est le moment de choisir 3 destinations hiérarchisées à entrer dans la plateforme MOVEON, dont le fonctionnement vous aura été expliqué aussi durant la réunion d'information. Pour postuler il vous faudra réaliser une lettre de motivation concernant ces 3 destinations, vous pourrez de nouveau préciser une hiérachisation des choix mais il ne faut qu'une seule lettre de motivation pour toutes. Vous devez y ajouter votre CV, des diplômes annexes (certifications en langue, etc...) ou encore des lettres de recommandations.
Faites très attention aux mails que vous recevez ainsi qu'aux dates données car passé ce délai, plus aucune candidature ne peut être déposée.
Durant le mois de novembre, vous aurez un test de langue à passer en anglais ou en espagnol selon les destinations où vous postulez. Ne vous inquiétez pas, ce test est réputé assez poussé et il est possible d'obtenir un niveau légèrement en dessous du vôtre. Attention pour le test en anglais, c'est de l'anglais britannique, ne vous faîtes pas avoir sur la partie vocabulaire pour ceux qui seraient plus à l'aise avec l'américain.

Passé cette étape, les attributions de mobilités seront données durant le mois de novembre.

Après cela les démarches administratives s'enchaînent rapidement car vous avez jusque début janvier pour transmettre la plupart des documents administratifs pour la faculté partenaire. Faites attention à poser vos questions aux RI avant les vacances de Noël car la faculté étant fermée durant ces deux semaines, personne ne pourra répondre à vos questions administratives. Il est là aussi important de respecter les délais pour que le partenaire accepte votre mobilité.
Concernant les aides financières il existe la bourse MERMOZ, donnée par la région en fonction des revenus fiscaux. Vous pouvez y postuler mais tout le monde n'y est pas éligible. Concernant les délais, les RI vous communiqueront ces derniers par mail et vous expliqueront le fonctionneemnt de la plateforme de la région pour postuler à cette bourse. Si vous y êtes éligible vous obtiendrez la majeure partie de votre bourse avant votre départ. A la fin de votre stage à l'étranger, il faudra faire remplir à l'université partenaire un document prouvant que votre stage a été effectué et à ce moment-là vous recevrez le reste de votre bourse, soit après votre mobilité.
Il existe aussi des aides financières attribuées par la faculté de médecine de Lille qui ne dépendent pas de votre revenu fiscal, cependant il n'y a que certaines destinations qui y sont éligibles.

Une fois que vous avez réalisé ces démarches administratives, nous vous conseillons d'organiser votre mobilité au plus vite, dès le mois de janvier. En effet, les mobilités nécessittant de prendre l'avion sont bien moins chères lorsque vous réservez en avance. De même pour votre logement, lorsque vous partez à plusieurs étudiants pour 4 ou 6 semaines dans la même ville, les logements en AirBnB restent la meilleure solution niveau budget. Attention, renseignez-vous auprès des RI car pour certaines destinations, le logement est fourni par le pays partenaire. Si vous souhaitez attendre la confirmation de votre mobilité par le pays partenaire, elle peut être donné jusqu'à 4 semaines avant votre départ, qui a lieu au T4 donc durant l'été. Les prix sont donc très élevés concernant les avions et il reste peu de logements disponibles à cette période de l'année.
Le pays partenaire essaye au maximum de respecter les dates que vous demandez pour la réalisation de votre stage. Cependant, si vous êtes inquiets concernant le respect des dates, vous pouvez souscrire à une assurance ou des billets d'avion modifiables, de même pour votre logement.

Bien que les démarches administratives peuvent vous paraître fastidieuses au début de l'année, l'expérience d'une mobilité internationale vaut ce mauvais moment. Vous reviendrez avec une autre vision de la médecine ainsi qu'une meilleure ouverture sur le monde. **Il est important de découvrir différentes façons d'exercer la médecine afin de forger la nôtre.**

Mon séjour à Hobart, Australie...

Première étape: les démarches administratives avant de partir.
Pour postuler au RI, j'ai réalisé ma lettre de motivation ainsi que mon CV en anglais, j'avais aussi passé le TOEFL au lycée que j'ai joins à mon dossier. Concernant l'anglais il faut un bon niveau d'anglais pour l'Australie, pour Hobart par contre pas besoin de passer le TOEFL avant de partir.
Les démarches sont assez nombreuses concernant l'Australie, demandant une autorisation pour travailler avec des enfants, plusieurs examens médicaux incluant une prise de sang, examen d'urine, radiographie de thorax et une consultation avec un médecin, tout cela agréé par le consulat australien. Vous devrez donc prendre une demi-journée en mai-juin pour réaliser ces derniers à Paris (les RI vous donneront les coordonnées pour les examens une fois vos démarches administratives et de visa terminées).
Il est souvent question de permis international pour pouvoir louer une voiture en Australie, je n'avais pas reçu le mien à temps mais cela ne m'a pas empêchée de louer une voiture en Australie. En effet le permis français est un permis européen, il est donc lisible par les anglophones. Attention, ici on roule à gauche!

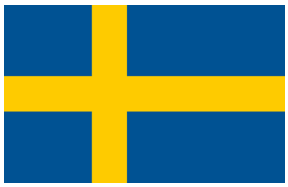
Arrivée à Hobart, j'étais dans le service de chirurgie plastique et reconstructrice dirigé par le Pr Sharma. Ici, pas de service à part entière, les chirurgiens commencent à 7h du matin par le tour des patients qui se trouvent dans différentes unités. Les blocs commencent à 8h30 le matin. Les étudiants en Australie passent une semaine de stage dans chaque service de l'hôpital, ils n'ont donc pas forcément le temps de se familiariser avec le service mais ont la capacité d'explorer toutes les spécialités durant leurs études qui durent 5ans. Après cela ils sont alors internes pendant quelques années, ils choisissent un groupe de spécialités (chirurgie, urgences etc...) et changent de service tous les trimestres. Ensuite ils postulent à une spécialité et deviennent résidents, ils apprennent alors leur futur métier. Durant leurs 5 années d'études, les étudiants n'ont pas de rémunération et doivent payer l'université. A partir du moment où ils sont internes ils sont alors rémunérés moins que des médecins mais bien plus que des étudiants.
Le système de garde est aussi très différent: pas de garde de 24h, quand ils sont de garde ils ont un repos le jour d'avant puis le jour d'après. Si cela n'est pas possible ils cumulent leurs jours de repos pour les prendre plus tard. Les étudiants ne font aucune garde.

Dans le système de soins anglo-saxon, l'étudiant n'est pas indispensable au service: il est là pour apprendre et découvrir la spécialité. Vous ne serez jamais retenu dans le service lorsque vous avez des cours ou des obligations universitaires, que vous soyez étudiant ou médecin.
Etant en stage pendant 6 semaines avec l'équipe de chirurgie plastique, j'étais devenue un membre à part entière de l'équipe et j'ai pu rencontrer beaucoup d'étudiants au fur et à mesure de mes semaines. Au bloc opératoire j'étais habillée quand je le souhaitais et première aide dès que cela était possible mais ils ne nous obligent jamais à rien.
Lors des consultations qui avaient lieu sur des demi-journées, l'étudiant voit les patients seul puis doit en référer uniquements aux docteurs en médecine. L'étudiant ne se réfère jamais à l'interne ni au résident: très différent de ce que l'on vit en France. C'est assez déroutant de référer au chef de service lors d'une simple fracture du carpe mais cela permet d'acquérir de meilleures connaissances.
J'ai pu assister à des opérations diverses et variées: de la fracture du carpe à l'opération d'une fente labio-palatine d'un enfant de 1 an en passant par les cancers de la peau, nombreux en Australie.

En résumé: équipe très sympathique et désireuse de vous faire progresser. Lorsque j'étais là-bas l'équipe me laissait mon vendredi pour que je puisse avoir de longs weekends afin de visiter la Tasmanie. Ils sont très compréhensifs avec les étudiants et comprennent ce besoin de voyager en plus de cette envie de découvrir leur pratique de la médecine. Pour mon dernier jour l'ensemble de l'équipe a organisé une soirée dans un restaurant pour fêter mon départ, l'ambiance était vraiment géniale!

Durant mes 6 semaines à Hobart, j'en ai profité pour visiter une partie de la Tasmanie durant mes weekends, bien qu'elle ne soit pas de grande taille, cette île et ses paysages valent vraiment le détour. En dehors de la ville de Hobart, il n'y a pas beaucoup de grandes villes, ce sont principalement des plages, montagnes et paysages de campagne. Ce sont des lieux "sauvages", parfaits pour ceux qui aiment la nature et la randonnée, la plupart des routes ne sont même pas disponibles sur google maps!
Après la Tasmanie, j'ai voulu profiter d'être en Australie pour faire quelques villes, seule et je n'ai jamais eu aucun soucis. Cependant il faut bien se rendre compte qu'un voyage comme cela a un certain coût et il faut bien penser à établir votre budget avant de postuler pour une destination.
En bref: ce fut un voyage inoubliable qui m'a permis d'avoir une ouverture sur le monde sur beaucoup de points aussi bien médicaux que culturels. C'est une expérience unique dont vous sortirez grandit avec une nouvelle vision du monde hospitalier en rentrant je vous l'assure! Si vous en avez l'opportunité, foncez!

Estelle Carpentier-Meds



Un p'tit tour chez les grands blonds: La suède

Ah la Scandinavie ! J'en rêvais, et les mobilités internationales m'ont donné l'opportunité d'y aller. Sacrée expérience de réaliser un stage à l'étranger, je ne peux que vous le recommander ! Pour ma part, j'ai choisi la Suède, en pédiatrie, au troisième trimestre (mais dorénavant tous le stages se déroulent sur la période estivale, au quatrième trimestre).

Pour parler brièvement de ma candidature, j'ai réalisé mon CV ainsi que ma lettre de motivation en anglais et la Suède était mon premier choix car j'avais une réelle envie de découvrir les pays du Nord. En ce qui concerne le logement : AirBnB est votre ami !

L'anglais pour les suédois, c'est comme leur langue maternelle ! J'étais en pédiatrie, et cela n'a posé aucun problème aux enfants (même jeunes) de réaliser la consultation en anglais. La différence de niveau en langue était très impressionnante.

Avant de partir (et également sur place) vous allez devoir réaliser des écouvillons pour savoir si vous êtes porteur d'un staphylocoque doré résistant à la méticilline (nez, piercings, tatouages, périnée, fond de gorge). Le cas échéant, vous ne pourrez être en contact avec les patients (politique sanitaire assez stricte, ils veulent vraiment minimiser le taux de bactéries résistantes à l'hôpital), et vous devrez donc être pris en charge avant de pouvoir réaliser votre stage.

J'ai donc découvert les différents services de pédiatrie (l'orthopédie, les urgences, la neurologie, l'endocrinologie…) à Malmö et à Lund. Le système de santé n'est pas si différent de celui de la France, la manière de soigner non plus. Le stage s'est très bien passé ; j'ai en effet pu réaliser les examens cliniques des nouveaux-nés, et voir bon nombre de pathologies spécifiques ou non de l'enfant : hydrocéphalie, asthme, paralysie faciale, maladie de Lyme (très fréquente en Suède), Maladie de Kawasaki, épilepsie, mononucléose, tumeur cérébrale, allergies, infection urinaire, diabète… bref très enrichissant, j'ai fait le tour de pas mal de maladies !

Un point intéressant qui m'a marquée : tout le monde porte la même tenue. Pas de dissociation vestimentaire selon la fonction occupée. Difficile au début de repérer les médecins, des infirmières, des étudiants… mais on s'y fait vite, et c'est pas forcément une mauvaise chose !

Un autre point intéressant qui mérite d'être souligné car la France pourrait y trouver un exemple : quand on doit réaliser des gardes de nuit en Suède, vous êtes libéré le jour même de la garde, et également le lendemain (donc vous travaillez uniquement la nuit comme si vous travailliez posté dans une usine.. pourquoi doit-on encore réaliser des gardes de 24h ici?)

Une anecdote supplémentaire se trouve dans le système de notation : pas de notes chez les suédois ! C'est d'ailleurs pourquoi ils ont eu du mal à comprendre qu'ils devaient me « noter » à la fin du stage (d'autant plus qu'en MED4 je n'avais pas encore de pédiatrie). Chez eux c'est ça passe ou ça casse ! Pas de notion d'élitisme et de concurrence : d'ailleurs il n'y a pas d'équivalent « ECN » : tu veux être cardiologue ? Tu peux ! Rhumatologue ? Tu peux !

Mes 5 semaines sur le territoire suédois ont été d'un enrichissement incroyable. Moi qui redoutais la pédiatrie, j'y ai découvert des aspects intéressants, (en dehors des quelques pleurs de certains blondinets lorsqu'on leur posait un stéthoscope sur le torse. "Keep calm and relax" que je leur disais). Sachez qu'ils possèdent une école au sein de l'hôpital pour les enfants qui sont hospitalisés pour plusieurs semaines, ça leur permet de se faire des amis et de rester à jour sur leur programme scolaire, merveilleux non ?

La vie à l'hôpital semble plus calme qu'en France (sur le peu d'expérience que j'ai). En effet, presque pas d'attente aux urgences pédiatriques, et tous les patients ont une chambre disponible pour se faire examiner et patienter ensuite. De plus, je n'ai vu aucun recours abusif aux urgences (contrairement en France où parfois les gens sont très impatients et viennent aux urgences sans motif urgent). Enfin, il y a des pauses avec tout le personnel médical mélangé l'après midi où on goûte des fruits de saison tous ensemble, génial pour la cohésion des équipes dans les services.

L'avantage des mobilités internationales, en plus de pouvoir découvrir un autre système de soins, c'est de découvrir une autre culture, un autre mode de vie et de voyager. Ainsi, j'ai pu découvrir un mode de vie très éco-responsable (les vélos sont omniprésents, l'accent sur le tri sélectif à tous les coins de rue, etc). J'ai également eu l'occasion de visiter la capitale : la magnifique ville de Stockholm, mais également la capitale danoise : Copenhague (qui est à seulement 20 minutes en train de Malmö), et forcément Lund et Malmö (respectivement ville où j'allais en stage et ville où je résidais).

En conclusion, l'opportunité de réaliser un stage à l'étranger permet non seulement de découvrir un autre système de soins mais également des rencontres, une culture, des monuments.. bref la richesse du voyage (tant sur l'aspect médical que sur l'aspect disons.. plus touristique?)

Vous en sortirez à coup sûr grandi !

Perrine Rose-Meds

Un Homme, Une Histoire

Pr. Sablonniere

Ma série d'interviews s'achève sur celle-ci, je tenais à faire le tour des Professeurs emblématiques de PACES, le Pr. Sablonniere en fait partie.

Présentation générale

Pouvez-vous vous présenter s.v.p ?

Je suis Professeur de biochimie et de biologie moléculaire depuis 1993, et médecin biologiste, Praticien Hospitalier. Natif de Valenciennes, j'ai décroché mon diplôme de médecin en 1982.
De mes 3 fonctions (enseignement, activité de Biologie hospitalière et recherche), j'ai d'abord privilégié l'enseignement et depuis 1993 j'ai vu passer **plus de 75000 étudiants en PACES.**
J'ai aussi travaillé à la paillasse comme Biochimiste, notamment sur les glucocorticoïdes et les rétinoïdes, jusqu'à découvrir une nouvelle passion à l'âge de 41 ans : **Les neurosciences et le cerveau !**

Profession

Quelle est votre spécialité médicale, en quoi consiste-t-elle et pourquoi l'avoir choisie ?

En tant que biologiste moléculaire, j'ai pu construire un projet et mis en place un laboratoire de biologie moléculaire en 1994, dédié au diagnostic génétique d'environ 30 maladies neuromusculaires et de maladies neurodégénératives.
Notre équipe compte 8 personnes : 4 biologistes et 4 techniciens et réalise plus de **1200 dossiers/an en biologie moléculaire**. Elle réalise aussi le dosage de marqueurs biologiques utiles au diagnostic de la maladie d'Alzheimer.
J'ai choisi la spécialité de biologie car j'ai toujours été intéressé par le **fonctionnement de la maladie vu au niveau moléculaire et cellulaire**, c'est pour cela que très tôt j'ai choisi la recherche et la biologie.

Quel est votre domaine de recherche ? Sur quoi travaillez-vous actuellement ?

Mon domaine de recherche a varié au fil de ma carrière. Au début de celle-ci, j'ai travaillé sur les récepteurs hormonaux, plus précisément sur la **biologie de l'action des hormones stéroïdes.**
Depuis 20 ans donc en 2000, je me suis intéressé à un nouveau domaine de recherches : les **neurosciences**.
J'appartiens à l'équipe « **Lille neurosciences et cognition** », sur le site du CHU comme membre de l'équipe dirigée par Luc Buée dédiée à la maladie d'Alzheimer et les démences apparentées. On a à la fois une approche **moléculaire**, une approche **génétique** (c'est ce que je fais) mais il y a aussi des approches avec des **modèles animaux.**
Je participe également à une approche sur la **biologie des marqueurs de diagnostic d'Alzheimer** donc une approche destinée au diagnostic chez le patient avec le dosage du peptide aBêta et de la protéine Tau.

Quelle est votre plus grande fierté professionnelle?

C'est d'avoir pu **encadrer un certain nombre de jeunes pour les intéresser à la recherche et leur permettre d'accéder à une carrière de recherche** puisque **j'ai pu promouvoir 3 maîtres de conférences, maintenant en fonction.**
Une double fierté à la fois en recherche et puis en biologie à l'hôpital, au centre de biologie puisque j'ai pu mettre en place cette équipe de diagnostic de génétique depuis maintenant 26 ans (1994).

L'anecdote la plus drôle de votre carrière (de chercheur ou durant vos enseignements) ?

Quand j'étais jeune chercheur, j'étais au laboratoire de biochimie, au 3eme étage du pôle recherche, c'était il y a longtemps quand je préparais ma thèse dans les années 1985-86. Dans mon travail je devais préparer un anticorps dirigé contre un peptide et on faisait tout, depuis la synthèse des peptides antigéniques jusqu'aux injections intradermiques à des lapins pour qu'ils produisent des anticorps.
L'anecdote la plus drôle est que le patron de l'équipe à l'époque avait ramené un weekend des carottes de chez lui car il trouvait que les lapins ne produisaient pas assez d'anticorps. Sa femme avait râlé parce qu'elle les avait achetées pour faire un pot-au-feu, amusant ! Non ?

Passions

Combien de livres avez-vous écrits? Quels sont-ils? Pouvez-vous nous décrire en quelques lignes votre ouvrage préféré parmi ceux-ci? Pourquoi avoir commencé à écrire des livres ?

Effectivement l'une de mes passions depuis maintenant 12 ans est **d'écrire des livres dans le but de vulgariser la science**, j'adore cela. Je vous donne **un scoop** puisque j'ai écrit déjà 5 livres et **le 6ème va sortir au mois de mai et mon grand plaisir c'est que je vais dédier ce livre à tous les étudiants de PACES.** Il portera sur l'ADN, le titre provisoire sera « *L'ADN : l'histoire de nos différences* ». Je rassemble dans ce livre tous les exemples que je donne sur les gènes et qui amusent les étudiants en PACES mais bien sûr j'en ai mis beaucoup plus que ce que je raconte en cours .
Mes 5 livres sont : *L'odyssée moléculaire* (2010), *La chimie des sentiments* (2012), *Le Cerveau: Les clés de son développement et de sa longévité* (2014), *Les nouveaux territoires du cerveau* (2016), et enfin

Un Homme, Une Histoire

L' Espoir d'une vie longue et bonne (2018).
Mon livre préféré est sûrement celui qui va sortir.
Ce qui m'a poussé à commencer à écrire, c'est la **passion de la pédagogie**, grâce à laquelle, j'ai appris à vulgariser et cela m'a donné envie d'écrire des livres.
En plus de ces livres de vulgarisation, j'ai écrit des manuels académiques: un livre de cours adapté aux PACES (première édition en 2006 puis une deuxième en 2010) : *Chimie, biochimie & biologie moléculaire* que j'ai coordonné qui s'est d'ailleurs bien vendu.
Plus récemment, j'ai coordonné un livre destiné à la préparation de l'ECN : *Médecine moléculaire pour l'ECN.*

Quelles sont vos autres passions dans la vie ?

J'ai aussi **une passion pour l'écriture**, j'adore composer des poèmes et des acrostiches. J'en rédige un tous les ans lors de la réunion annuelle des biochimistes des facs de médecine de France, **avec beaucoup d'humour !!**

Pour aller plus loin...

Vos principales qualités et vos principaux défauts?

Mes **défauts** : Je ne suis **pas toujours très patient**, je **manque parfois de confiance en moi**, ça m'a parfois joué des tours, je suis **maniaque** et j'ai **horreur de l'imprévu.**
Mais aussi quelques **qualités** : je suis très **motivé** dans tout ce que je fais et j'aime bien **manier l'humour**. Souvent je dis que **mes deux armes favorites** sont d'une part la **craie** (au tableau pour faire un max de pédagogie) et de l'autre **l'humour (**parce que parfois ce que l'on enseigne ce n'est pas toujours drôle). Je suis aussi **obstiné**, lorsque j'ai décidé: je ne lâche jamais!

Votre rêve le plus fou?

Mon rêve le plus fou aurait été **d'avoir plus de 4000 étudiants en PACES et faire mes cours au Zénith**, j'aurais adoré, me prendre pour un grand tribun des foules ! Mais bon ce n'est qu'un rêve hein...

Votre film/série préféré(e) ?

Les **Hitchcock** car il y a un suspens toujours bien construit et ça j'adore.

En tant que grand connaisseur du corps humain, la psychose autour du coronavirus est-elle justifiée ? Est-ce comparable à une autre épidémie qui a eu lieu dans l'Histoire ? Quel est le scénario le plus probable selon vous ?

INTERVIEW RÉALISÉE LE 06/03/2020 MAIS ELLE SORT EN AVRIL DONC CETTE RÉPONSE EST A RECONTEXTUALISER EN FONCTION DE CETTE DATE CAR DEPUIS COMME VOUS LE SAVEZ, LA SITUATION A LARGEMENT ÉVOLUÉ :

Effectivement autant **la crainte autour du coronavirus est justifiée mais la psychose n'est pas justifiée,** un exemple très simple : quand j'entends depuis quelques jours, qu'il faudrait déplacer la date des élections municipales, moi je trouve que là c'est vraiment de la psychose car on n'est jamais 500 personnes à aller voter en même temps.
Le fait de côtoyer 20 personnes au moment où l'on va voter, à partir du moment où il y a du gel hydroalcoolique et que l'on ne va pas embrasser le maire, son adjoint etc... je trouve que ça serait ridicule de la déplacer, si on respecte les règles qui nous sont données par les spécialistes (les infectiologues).
C'est **difficile de la comparer à une autre épidémie**, on peut comparer à **l'épidémie de MERS il y a 5 ans mais le virus était moins contagieux.**
Dans l'Histoire je pense tout de suite à **la grippe espagnole en 1918.**
Le scénario le plus probable selon moi est qu'il faudra attendre quelques semaines pour avoir **le pic épidémique : 10000 à 15000 personnes atteintes en France avec probablement environ 3000 morts** et ensuite, l'immunité va baisser puisque les porteurs sains continueront à transmettre mais **les gens seront de plus en plus résistants.** L'épidémie va donc retomber et il y aura aussi peut être un effet saisonnier mais ça on ne sait pas.
La grippe, il y a 2 ans elle a fait plus de 3000 morts donc je ne suis pas trop inquiet mais il faut attendre de voir ce que l'épidémie de coronavirus nous réserve !

Petit message personnel de ma part: merci à tous les PU qui ont accepté, pendant ces 9 numéros de répondre à mes questions, j'espère que cela aura permis de motiver nos PACES pendant cette année difficile et de susciter pour tous les niveaux, des envies de carrière dans la recherche et l'enseignement.
La série continuera l'année prochaine avec la relève !

Maher SALMAN- Med3

Quand je serai grand, je serai...

Neurologue

Ah le cerveau, un des organes les plus fascinants mais qui recèle encore tellement de secrets. Décryptons aujourd'hui la neurologie, qui s'intéresse à cet organe, mais pas que, à l'aide de la Professeure Charlotte Cordonnier.

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

Charlotte Cordonnier, étudiante en PACES à la faculté de Médecine H. Warembourg en 1994 puis interne de neurologie à Lille en 1999 puis cheffe de clinique puis professeure de neurologie depuis 2012 au CHU Lille. Je me considère comme un « pur produit lillois » avec – heureusement- la chance d'avoir travaillé dans d'autres équipes au cours de mon parcours (Paris, Londres, Amsterdam et Edinburgh). Je dirige actuellement le service de neurologie et pathologie neurovasculaire à l'hôpital Salengro du CHU de Lille et exerce mes activités de recherche au sein d'une équipe INSERM.

Comment définirez-vous la neurologie, en quoi est ce différent des autres spécialités ?

La neurologie s'intéresse aux maladies du **système nerveux central** (cerveau et moelle) et **périphériques** (les nerfs). Il s'agit d'une spécialité d'organe comme le sont par exemple la pneumologie, la cardiologie, ou la néphrologie.
Toutefois, en raison de la nature de l'organe et de ses multiples fonctions, les maladies prises en charge par le neurologue peuvent toucher : le langage, le mouvement, la sensibilité, la vision, la concentration, le comportement, la mémoire, etc…

C'est ce qui en fait à mon avis la grande richesse.

D'ailleurs, quelles sont les principales pathologies que l'on peut s'attendre à rencontrer ?

Les accidents vasculaires cérébraux, la maladie d'Alzheimer, la migraine, la maladie de Parkinson, la sclérose en plaques, les tumeurs cérébrales, les encéphalites, les neuropathies, l'épilepsie, les myopathies, le syndrome d'apnée du sommeil, la narcolepsie (liste non exhaustive !)

Y a-t-il un « profil type » de patients en neurologie, ou sont-ils au contraire tous très différents ?

Les profils de patients rencontrés en neurologie sont très **variés**. Les pathologies neurologiques de l'enfant sont prises en charge en **neuro-pédiatrie**.

Le neurologue prend en charge les adultes sans limite d'age. Nous pouvons prendre en charge des patients jeunes sans handicap par exemple dans le cadre de céphalées ou migraine, de malformation vasculaire (type anévrysme ou malformation artério-veineuse) silencieuse ; ou des patients jeunes développant des pathologies neuro-inflammatoires chroniques (comme la SEP).

D'autres maladies toucheront plus fréquemment les personnes **agées** comme pour le Parkinson ou l'Alzheimer.

Il y a aussi tout un champ de pathologies **urgentes** comme les AVC, les crises, les encéphalites.

Quelle a été votre motivation à travailler dans ce secteur ? Comment avez-vous choisi votre spécialité ?

Je suis passée comme étudiante (en Med2 et Med4) dans le service que je dirige aujourd'hui ;) J'étais fascinée par deux choses : l'organe Cerveau (comment se crée la pensée…) et **l'urgence**.

Lorsque j'ai passé l'internat en 1999, je souhaitais également une spécialité où beaucoup de choses restaient à construire et à inventer. De nombreux progrès ont été faits ces dernières années mais il reste encore beaucoup de place pour innover ! J'ai hésité avec la cardiologie. Cependant, on pouvait greffer un cœur mais pas un cerveau ! J'ai donc choisi la neurologie en sachant dès le début de mon internat que je souhaitais faire de la neurologie « d'urgence » donc vasculaire. Je disais d'ailleurs pour justifier mon choix auprès de mes amis que je rêvais de structure comme les soins intensifs cardiologiques mais pour le cerveau : en 2020 nous y sommes !

D'ailleurs à la maison, ma famille plaisante souvent en me définissant par cette phrase :

« sauver les gens de la paralysie, donne du sens à ma vie »

Quand je serai grand, je serai...

Quels sont, selon vous, les aspects les plus positifs du travail de neurologue ?

" La relation avec le patient est intense et complète. "

En raison des nombreuses fonctions du cerveau, les plaintes fonctionnelles, la nature des symptômes sont **divers**. Les maladies neurologiques peuvent toucher des éléments indispensables à nos vies : la capacité à communiquer, à se déplacer, à voir, à ressentir.

Reconstituer l'histoire de la maladie et identifier les plaintes fonctionnelles relèvent d'une sorte d'enquête policière.

L'interrogatoire concerne toutes les activités de la vie et l'examen clinique touche l'ensemble du corps. Cela implique une dimension humaine très importante dans la relation neurologue-malade.

À l'inverse, quelles sont les difficultés rencontrées lors de la prise en charge de ces patients ?

Dans de nombreuses pathologies, le langage et le comportement peuvent être altérés et donc **la communication avec le patient est parfois difficile.**
Certaines maladies chroniques ne peuvent être guéries et engendrent une perte progressive de l'autonomie menant au décès (par exemple la SLA, ou les glioblastomes).

Pensez-vous qu'il est possible d'avoir une vie personnelle lorsqu'on exerce une telle spécialité, ou est-elle trop accaparante ?

Sans aucun doute, la neurologie est compatible avec une vie personnelle ! Tout dépend de ce que l'on souhaite, et ces souhaits peuvent aussi varier au cours de la carrière professionnelle.

L'avantage de la neurologie est que l'on peut choisir un mode d'exercice et des types de pathologies que l'on considèrera comme « compatibles » avec un bon équilibre perso et pro en fonction de ses souhaits.

Quelles sont les différences entre le neurologue à l'hôpital et le neurologue en libéral ?

L'évolution de la neurologie et des traitements a conduit à deux grands profils de prise en charge :

- l'urgence neurologique (par exemple AVC, crises d'épilepsie, Sd de Guillain-Barré, encéphalite) qui se fera en hôpital (public ou privé)

et la prise en charge en ambulatoire avec des structures d'**hôpital de jour** (par exemple tumeur cérébrale, traitements innovants dans les maladies neuro-inflammatoires) ou des consultations (par exemple migraine, Parkinson, neuropathies).

Les neurologues installés en ville font souvent des examens paracliniques comme l'EMG, l'EEG ou parfois des explorations du sommeil, des echodopplers des vaisseaux du cou et transcraniens. En 2020, les internes de neurologie peuvent également se former aux gestes interventionnels comme la thrombectomie mécanique.

Quel serait votre meilleur souvenir ? Et le pire ?

Le pire. Chaque histoire est différente et certaines sont marquantes. Je pense à une histoire douloureuse d'annonce diagnostique. Un patient d'une autre région avait pris un RDV pour une seconde opinion concernant un AVC qui ne récupérait pas suffisamment rapidement à son goût. Son visage ne m'était pas inconnu car il avait été otage pendant plusieurs années. En l'interrogeant et en analysant son IRM cérébrale, j'ai tout de suite compris qu'il n'avait jamais présenté d'AVC.
Il avait une tumeur cérébrale grave. Et j'ai donc dû annoncer à ce patient qui avait survécu pendant des années comme otage, que sa vie était désormais menacée à court terme par une tumeur cérébrale. Cette annonce fut **bouleversante**.

Mon meilleur souvenir est la prise en charge d'une jeune fille ayant une thrombose veineuse cérébrale gravissime, dans le coma en quelques heures pour laquelle nous avons choisi une **technique** de **traitement endovasculaire nouvelle** qui lui a sauvé la vie. Quelques heures après, je suis arrivée dans sa chambre et je l'ai vu entourée par sa famille en train de sourire et rire. Son mari a perçu mon émotion et s'est réjoui avec nous de notre choix thérapeutique même s'il ignore combien il fut difficile.

À qui conseilleriez cette spécialité ?

Il faut aimer la relation humaine avec le patient, aimer faire « de la clinique ». Le neurologue collabore avec de nombreux spécialistes et travaille rarement seul. Il a recours à de nombreux examens paracliniques qu'il doit apprendre à interpréter et parfois à réaliser. Si en plus il aime chercher de nouveaux traitements, alors elle et il sont les bienvenu.e.s !

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

L'anatomie du cerveau sera importante pour comprendre les différents symptômes présentés par le patient. Connaitre cette anatomie prend tout son sens lorsque l'on découvre les maladies et que l'on analyse les examens paracliniques comme le scanner ou l'IRM cérébrale. Il est donc plus ludique au cours des premières années de mettre en perspective les connaissances que l'on nous demande d'absorber avec les maladies que l'on soignera plus tard.
Pour la préparation des examens et concours de fin de deuxième cycle, il faut se rappeler les bases anatomiques pour mieux mémoriser la nature des signes cliniques. Essayer d'avoir un petit cas clinique en tête (voire le souvenir d'un vrai patient rencontré en stage) pour illustrer la maladie étudiée. Quand je fais cours aux Med3 sur le syndrome pyramidal, j'insiste d'ailleurs sur le fait que ce cours leur sera utile pour plusieurs items de l'ECN quelques années plus tard.

Alors courage et never give up !

Valentine Martin-Med3

Remerciements au Pr. Cordonnier pour sa participation !

N'OUBLIEZ PAS LE BILAN DU REDACTEUR EN CHEF DU MST EN PAGE 3

Mon Assó : Bilan du Bureau 2019-2020

Le Bureau élu en avril 2019 est sur le départ et vous livre en exclusivité des extraits de leurs bilans d'activités et moraux ! Faites le tour de chacun des pôles et n'hésitez pas à venir à l'Assemblée Générale Ordinaire et les contacter si vous voulez en savoir plus sur leur expérience !

BILAN DU PÔLE EVENEMENTIEL DE L'ACEML

Bilan d'activités : Un mandat riche en événements variés assez réguliers, qui ont très bien fonctionné, des nouveautés mais aussi de la continuité avec les événements des précédents mandats.

Bilan moral de Violette Dionis (VP) : J'ai adoré la diversité des activités du pôle. C'était une super première expérience dans la Corpo qui va sûrement m'entraîner pour une nouvelle année et j'ai beaucoup appris aux côtés de toute l'équipe.

Bilan moral de Simon Dupuis (VP) : J'ai adoré ce mandat, on a fait plein de choses et c'était super gratifiant. Je suis super content d'avoir pu faire partie de ce pôle de fou.

Bilan moral d'Eglantine Houvenaeghel (VP) : Meilleur mandat de mes années associatives, j'ai aimé travailler avec mes 2 super chouettes co-VP, j'ai adoré organiser plein de choses pour ma promo ainsi que les autres tout en m'amusant dans ce que je faisais.

BILAN DU BAL DE PROMO DE L'ACEML

Pauline Vaillant & Zoé Ternaux (VP)

Bilan d'activités : Quelques mois de préparation, d'imagination et de création pour en mettre plein la vue aux heureux participants du bal de promo 2020. L'anticipation nous a permis de tracer notre chemin sans embûche.

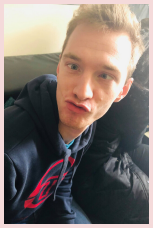
Bilan moral : Organiser un tel événement à deux nous a rendues plus organisées et responsables, fières de ce bal réussi malgré les quelques critiques. Nous ne remercierons jamais assez Sylvie pour l'aide qu'elle nous a apportée.

BILAN DU PÔLE CROUS ET AFFAIRES UNIVERSITAIRES

Bilan d'activités : Améliorer le lien et la transmission d'information entre l'ACEML, l'Université et le CROUS, notamment l'accompagnement des étudiants dans leurs recours, la constitution de leurs dossiers de bourse et d'aides ponctuelles et annuelles.

Bilan moral de Romain Gaudy (VP) : Un travail très enrichissant et agréable notamment avec les équipes du CROUS. Un poste très satisfaisant par l'aide concrète apportée aux étudiants en situation difficile.

BILAN DU PÔLE POLYS DE L'ACEML



Bilan d'activités : les corrections du concours en mai comme en décembre se sont bien passées et les polys de cours sont au top. Malheureusement, je n'ai pas eu suffisament de temps et d'idées pour les kinés pour qui il y a encore peu de ressources à la Corpo.

Bilan moral de Pierre Defives (VP) : J'ai adoré faire partie de l'équipe Corpo avec des gens remarquables même si ma présence ne s'est pas ressentie en deuxième partie de mandat.

BILAN DU PÔLE ORIENTATION DES LYCEENS DE L'ACEML

Mailys Artaud & Mathieu Lenglacé (VP)

Bilan d'activités : Nous sommes intervenus dans plusieurs lycées depuis le début de l'année, de Lille à Cambrai. Malheureusement nous n'avons pas pu nous rendre dans tous les lycées qui nous ont sollicités. Le salon de l'étudiant s'est très bien passé, les journées étaient intenses mais chacun était satisfait en fin de journée.

Bilan moral : Le pôle Orientation est un pôle peu présent au sein de la Fac mais il offre beaucoup de contact avec les lycéens et parents ce qui apporte une très bonne expérience humaine et associative.

BILAN DU PÔLE PARTENARIATS

Bilan d'activités : J'ai pu cette année lancer un nouveau poste et trouver divers partenariats pour l'ACEML afin de vous faire partager et découvrir des bon plans et des sorties, tout en aidant les différents pôles à travers par exemple des cadeaux pour leurs jeux (Lotos PACES, MST ...) !

Bilan moral d'Aglaé Jovenet (VP) : Ce fut une année au top autant sur le plan Partenariats que sur le plan potes, avec la corpo j'ai partagé des moments plus que formidables, l'ACEML c'est dans la famille.

BILAN DE LA REPRESENTATION LOCALE

Bilan d'activités : Le but du poste est de prendre part à diverses réunions (R2C, GdT Vie étudiante, BAREME, CA de la FAEL, élus...) et faire des retours au Bureau. Parmi mes autres projets, on notera les rénovations du bureau de la Corpo et le projet de rénovation de la Cafétaria et des locaux de la Faculté.

Bilan moral de Luc Premji (VP) : La multiplication des réunions, notamment du fait de la R1C et de la R2C, est difficile à goupiller avec les obligations de l'externat. Ce mandat m'a quand même permis de rencontrer beaucoup de personnes investies sur ces mêmes projets.

BILAN DU TUTORAT DE L'ACEML

Bilan d'activités : Cette année le Tutorat PACES ACEML, peut se vanter d'avoir mis en place un stage de pré-rentrée, ajouté l'UE5 au catalogue de matières en soutien (séances), et aux colles.

Le tutorat a aussi accompagné les PACES, lors de l'approche du concours avec un Calendrier de l'avent à destination des étudiants plein de phrases encourageantes. Le tutorat a lancé sa plateforme QCM avec un peu plus de 400 QCM déjà disponibles pour les PACES adhérents au Tutorat. Enfin, le Tutorat est maintenant reconnu par le Ministère de l'Enseignement Supérieur.

Bilan Moral d'Ambre Tanke (VP) : Je peux enfin partir en me disant que le travail est accompli, après le stage de pré-rentrée et la réforme du tutorat (l'ajout de l'UE5 et la bascule en journée des matières) En espérant que cela soit pérenne. J'ai pu rencontrer des gens géniaux et je fus extrêmement bien accompagnée. N'oubliez pas lorsqu'on monte un projet ça a beau être votre idée, tout seul on va plus vite mais ensemble on va plus loin et c'est ce que représente la CORPO.

Bilan Moral de Mathieu Lamy (VP) : C'est avec beaucoup de plaisir que j'ai pris mon poste de VP Tutorat, j'ai pu réaliser les innovations que je voulais mettre en place comme l'obtention de l'Agrément Ministériel des Tutorats et introduire le bien-être à Lille. C'est également une opportunité qui m'a été donnée de travailler avec le corps enseignant et voir nos études d'une autre perspective. C'est un poste prenant, sans horaires certains mais c'est très enrichissant car il permet d'apprendre à gérer des situations de crises. Compte-tenu de l'étendue des missions que j'ai eu à traiter au cours de mon poste, j'ai appris à travailler avec les gens, en coopération ou en délégation. J'aimerais finir par remercier l'ensemble du bureau pour son ambiance, Imane de m'avoir fait confiance et Ambre pour avoir été la meilleure co-VP dont j'aurais pu rêver.

BILAN DE L'HÔPITAL DES NOUNOURS

Bilan de Pauline Sigiez (VP) et Lucie Marguet (VP) : Une semaine intense, pleine d'émotions positives !
Du 3 au 6 février 2020, 300 enfants et leur doudou ont été accueillis, tous sont repartis soignés !
Un record grâce à nos plus de 400 nournoursologues cette année !
Nous remercions donc tous les étudiants bénévoles sans oublier la Faculté de Médecine et l'ACEML sans qui cela n'aurait été possible.

Mon Asso' : Bilan du Bureau 2019-2020

BILAN DE LA REVUE 2020 DE L'ACEML

Bilan d'activités : organisation de la CoronaRevue 2020, parrain apprécié de tous (Pr. Deramecourt dans nos coeurs), chaque pôle se donnait à fond, innovation audiovisuelle prévue pour le jour J mais no spoil on la garde pour l'année pro !

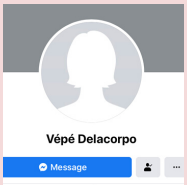
Bilan moral de Yann Ionescu (VP) : J'ai aperçu le travail incroyable derrière l'organisation d'un tel événement, j'ai appris à collaborer avec Matthieu mon co-VP et Sylvie la directrice de la Corpo, et à travailler en équipe avec nos chefs de pôle (vérifier leur avancement, donner des directives etc..). C'était magique nous étions tous en harmonie !

Bilan moral de Matthieu Delemotte (VP) : Une superbe expérience humaine, qui m'a appris à organiser un événement à tous les niveaux: gestion d'un budget, relations avec différents acteurs, gestion d'une équipe, mise en place d'un projet sur le long terme... un projet qui s'achève malheureusement sur la déception de ne pas se produire immédiatement, mais qui ne s'achève pas définitivement...

NDLR : Le VP Général et le VP Journal tiennent à saluer toute l'implication acharnée et le travail conséquent des deux VP et de leur équipe durant toute l'année pour la réalisation de ce beau projet, malheureusement annulé indépendamment de leur volonté. Merci pour tout !

BILAN DE LA COMMUNICATION DE L'ACEML

Bilan d'activités : Continuer à informer les étudiants sur la vie de l'ACEML mais aussi sur la vie étudiante de manière générale. L'idée étant de promouvoir chaque événement, chaque réussite de l'asso en les rendant accessibles à tous !



Bilan Moral de Lila Muchembled (VP) : Planning de com difficile à mettre en place, compliqué de jongler entre les priorités des différents pôles, expérience enrichissante car sujette au point de vue de chacun des membres du bureau.

BILAN DE LA GESTION DE GELULES

Bilan d'activités : amélioration de GELULES (alerte si évaluation pas envoyée, de l'interface des modérateurs etc..) et remontée des évènements indésirables à la Fac qui investigue ensuite.

Bilan d'activités : travail en équipe développé avec les modérateurs et les membres du bureau, ambiance au top et on se soutient tous les uns et les autres #CorpoFamily

NDLR : Evaluez vos stages avant qu'elle vous frappe
NDLR 2 : Elle est à plus de 5000 modérations corrigées maintenant

BILAN DU PÔLE SANTE GLOBALE ET SOLIDARITE DE L'ACEML

Bilan d'activités : 2 collectes de Don du sang : 871 dons en février et 969 dons en octobre. 441 euros ramenés au Téléthon par la vente de crêpes, près de 1600 euros pour le Sidaction grâce au Calendrier. Un projet de potager participatif et un de course solidaire malheureusement abandonnés, mais qui pourront être remplacés par de belles intiatives dans le futur.

Bilan moral de Mélanie Christiaens (VP) : Tout s'est très bien passé. J'ai appris beaucoup de choses, j'ai mûri je pense, je suis devenue plus adulte. J'ai rencontré de belles personnes et je suis contente d'avoir fait partie de ce bureau où on s'entendait tous plus ou moins bien. Je pense que je me suis entendue avec tout le monde et je suis fière de ce qu'on a fait.

Bilan moral de Agathe de Baynast (CM) : Cette année, nous avons appris à travailler en équipe, à monter des projets ensemble, parfois avec succès, parfois sans, mais on arrivait à garder la tête hors de l'eau ensemble. Cependant, on aurait dès le début dû apprendre à se connaitre, autour d'un verre ou autre, au lieu de se lancer directement dans des projets, pour pouvoir bien intégrer tout le monde.

BILAN DE LA SECRETAIRE GENERALE DE L'ACEML : CASSANDRA CHANTELOT

Bilan d'activités : Participer et organiser les réunions et les Conseils d'administration de l'ACEML. Gérer une partie de l'Administratif de l'ACEML (renouvellement à la Préfecture, adhésion ANEMF). Aider les autres pôles de l'Asso dans l'organisation de leurs événements.

Bilan Moral : Se faire plein de nouveaux amis grâce à l'Asso. Apprendre à être plus rigoureux et ponctuel dans son travail personnel. Savoir gérer ses études et l'associatif (même si c'est pas toujours évident).

BILAN DE LA TRESORIERE DE L'ACEML : MARINE GOURGUECHON

"Déso pas déso, the job's still mine"

BILAN DU VICE-PRESIDENT GENERAL DE L'ACEML : ZACHARIE SADEK

Bilan d'activités : Seconder la Présidente, gérer le Bureau et accompagner les pôles dans leurs projets, mettre en place des projets transversaux (Loto et Winter PACES...), former le futur Bureau et le Conseil d'Administration, représenter l'ACEML et les étudiants en médecine partout à Lille (FAEL) en France (ANEMF), devant les partenaires publics (Mairie de Lille), facultaires et universitaires.

Bilan Moral : Je suis fier. Je suis fier de mon Bureau pour son travail, fier des 4 employés, fier des anciens qui nous ont accompagnés, fier de toutes les personnes qui ont soutenu cette belle oeuvre collective qu'est l'ACEML. Merci à tous !

BILAN DE LA PRESIDENTE DE L'ACEML : IMANE ECHAABI

Bilan d'activités : Les pôles, les projets et les actions de l'ACEML ont pu connaître un succès considérable grâce à l'investissement sans faille des Vice Présidents. L'innovation, la professionnalisation, et la rigueur d'exécution ont été au rendez vous, toujours dans le respect de l'autre et dans une volonté de porter plus haut l'association tout en étant épanoui dans ses actions. Merci à tous pour ces superbes initiatives et cette foi en la corpo au point d'y consacrer le temps, les efforts et l'énergie que vous y avez consacrés

Bilan Moral : Une expérience incroyablement enrichissante. Des moments de partage inoubliables, des rencontres et des personnes formidables, des moments parfois difficiles mais de l'adversité ressortait une grande résilience et toujours une volonté de construire et d'aller de l'avant. Cette année l'ACEML avec toutes les personnes derrière aura été tout pour moi et vous avez pour cela ma plus grande gratitude. Merci pour tout !

ACEML @acemlille acemlille aceml.com

Le Master Recherche

Cette année j'ai la chance d'effectuer un Master 2 Recherche en immunologie, au sein du Centre de Biologie-Pathologie-Génétique du CHRU de Lille, sous la tutelle du Pr M. Labalette et du Dr P. Varlet, entre la MED-3 et la MED-4 (juste avant l'externat). Comme c'est un parcours assez peu connu, je (en réalité notre rédacteur en chef vénéré) me suis dit qu'écrire un article dessus pourrait être intéressant.

Pour quoi et pour qui ?

Le master (Bac+5) est le diplôme qui suit la licence (Bac+3) et précède la thèse d'université (ou doctorat, Bac+9, à ne pas confondre avec la thèse d'exercice en médecine). Il est composé de deux années (M1 + M2) et est indispensable pour toute personne souhaitant faire de la recherche, dans le domaine de la santé en ce qui nous concerne. C'est un cursus facultatif, il peut donc être entamé ou arrêté à n'importe quel moment du parcours médical ou pharmaceutique (certains moments sont néanmoins plus propices que d'autres).
Le Master Recherche s'adresse aux personnes souhaitant faire un parcours hospitalo-universitaire (soin-enseignement-recherche), aussi bien en pharmacie qu'en médecine, un parcours de chercheur (au sein de l'INSERM ou du CNRS par exemple) ou un parcours dans la recherche industrielle (pour les pharmaciens). Mais il s'adresse également aux personnes curieuses de connaître d'où viennent les connaissances vues en cours de médecine, pharmacie ou odontologie ou voulant tout simplement les approfondir.

Quelles compétences ?

De mon point de vue, la curiosité et l'envie d'apprendre sont primordiales, sinon vous vous ennuierez rapidement. Il faut également savoir communiquer à l'oral (pour des présentations) et à l'écrit (pour la rédaction d'un mémoire de recherche). Il faut enfin avoir un bon niveau en anglais, puisque la communication en recherche (articles scientifiques, congrès, conférences) se fait majoritairement dans la langue de Shakespeare. Mais pas de panique ! Vous avez tout le temps de vous améliorez grâce aux cours d'anglais scientifique dispensés durant le master et à votre travail personnel (https://www.bbc.co.uk/learningenglish/ est parfait pour cela, ceci n'est pas un placement de produit, je vous rassure, but I wish tho).

Comment ?

Les modalités d'enseignement vont changer pour l'année universitaire 2020/2021, vous pourrez les trouver sur le site du M1 de la faculté de médecine (disponible sur http://medecine.univ-lille.fr/master_bs1/?L=176) à travers deux présentations : « Un M1, comment ? pour qui ? pourquoi ? » et « En 2020, le Master Biologie Santé évolue… ».

Pour les étudiant•es en pharmacie, odontologie et médecine souhaitant faire un M1 par curiosité, ou pour faire un M2 durant l'internat, le parcours « Master Biologie Santé » répondra à vos attentes ! Il se fait classiquement en parallèle de la troisième année avec des enseignements fondamentaux (communs) et des enseignements thématiques, à choisir parmi : «diabète&obésité», «médecine de précision», «neurosciences», «oncologie fondamentale et clinique» et «immunité, inflammation et infection». Ces cours sont suivis par un stage de trois semaines en laboratoire, durant les vacances d'été, avec la soutenance d'un mémoire de recherche en septembre. Le M1 n'est toutefois validé qu'à la fin de la quatrième année d'études supérieures.

Pour les étudiant•es en pharmacie, odontologie et médecine souhaitant rapidement faire de la recherche, notamment un M2 avant l'externat, le parcours « Master Médecine/Science » est adapté ! Les cours s'étalent sur deux ans, en parallèle des deuxième et troisième années d'études supérieures. Ils vous apportent des bases solides concernant les modèles animaux, les approches expérimentales et la communication scientifique et dans un enseignement thématique que vous aurez choisi (les mêmes que pour le Master Biologie-Santé).
Le M1 est validé à la fin de la troisième année, après un stage en laboratoire et la soutenance d'un mémoire de recherche, ce qui permet d'enchainer directement avec un M2 (avant l'externat pour les étudiants en médecine par exemple).

Le Master Recherche

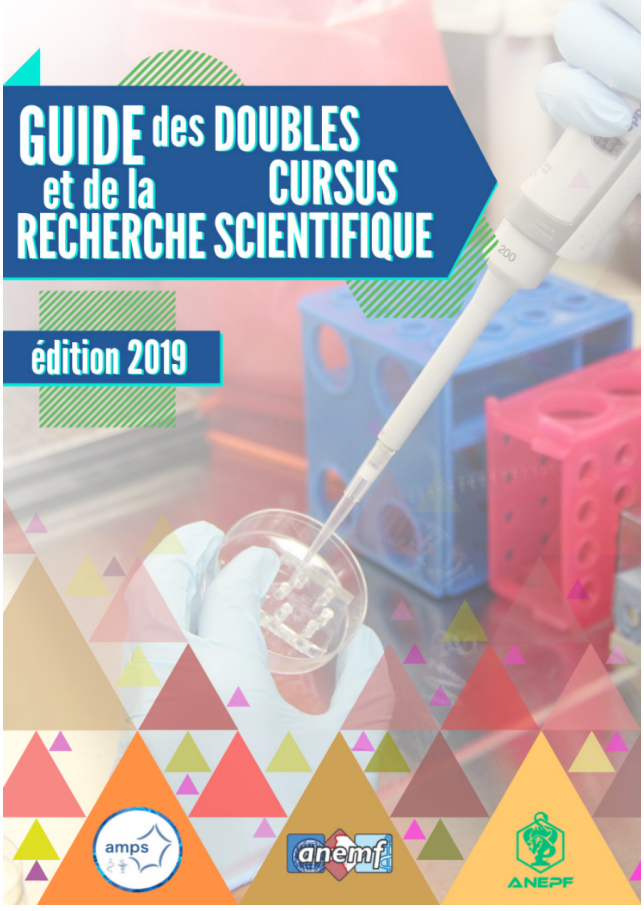
Enfin, pour les étudiant•es ayant déjà effectué un M1, le M2 est composé d'un premier semestre avec des enseignements de spécialité (Physiologie, Neurosciences, Diabète&obésité, oncologie clinique et fondementale, Immunité, inflammation et infection et enfin approches en épidémiologie). Le deuxième semestre (janvier à septembre) est consacré au stage temps plein en laboratoire (dans un domaine et sur un sujet qui vous attire), durant lequel vous devrez mener vos propres expériences, sous la supervision d'un tuteur ou tutrice, avec un mémoire de recherche à soutenir en juin.

Mon expérience personnelle

J'effectue un M2 avant l'externat de médecine car je souhaitais prendre une « pause » de ces enseignements nécessitant un apprentissage par cœur bête et méchant mais surtout car j'en avais l'occasion (c'est vrai, j'aurais pu prendre une pause et suivre une licence 1 de philosophie, ç'aurait été une « vraie » pause).
Et quel bonheur de pouvoir (et même devoir !) enfin se poser des questions et prendre le temps de réfléchir, de se torturer l'esprit à savoir pourquoi telle expérience a fonctionné et pas une autre, à lire en anglais tous les jours (no joke) etc.
Si vous avez déjà validé un M1, que vous commencez à étouffer dans votre cursus et que vous aimeriez y découvrir de nouveaux aspects sans « perdre » une année, nul doute que vous vous éclaterez avec le M2 !

Renseignements

Pour plus de renseignements, consultez le site internet du M1 Biologie-Santé de la faculté de médecine et le site du M2 (disponible sur http://master-biologie-sante.univ-lille.fr/).
Vous pouvez également consulter le site de l'**Association Nationale des Etudiants en Médecine de France** (ANEMF, disponible sur https://www.anemf.org/double-cursus/) ; ainsi que le site de l'**Association Médecine/Pharmacie Sciences** (https://amps-asso.org/ ou https://www.facebook.com/AMPSasso/) : il s'agit d'une association regroupant les étudiants double cursus en pharmacie et en médecine de France qui édite chaque année un guide des double-cursus en collaboration avec l'ANEMF.
Enfin, vous devriez avoir des présentations de la part des responsables du Master d'ici la fin de l'année, pour que vous puissiez candidater, si vous le souhaitez, en juin pour l'année universitaire 2020/2021.
Je reste bien sûr à votre entière disposition si vous avez la moindre question concernant le parcours recherche en médecine (aurelien.grossemy.etu@univ-lille.fr).



SURVIVRE AU COVID-19

S'occuper pendant le confinement !

Si comme 35 millions des français tu te trouvais devant ta télé pour le journal de 20h du lundi 16 mars , tout ouïe devant le discours d'Emmanuel Macron, et bien tu l'as compris, depuis, un seul mot d'ordre : « Reste chez toi».
Mais dans un monde qui tourne habituellement à mille à l'heure, comment vas-tu survivre à ce nouveau mode de vie casanier ? Toutes les réponses dans cet article !

Si depuis le début du confinement, tes journées sont de perpétuels dimanches, tu dois problablement être lassé de ce jour que tu chérissais tant auparavant. Les grasses matinées à profusion et Netflix de midi à la tombée de la nuit te donnent l'impression de perdre le temps précieux que tu pourrais mettre à profit. Alors voici quelques idées pour t'occuper en attendant que l'on remette ton monde sur *Play*.

Le grand ménage

Tant qu'à passer tes journées entières chez toi, autant t'y sentir bien. Et le secret pour un *home sweet home*, c'est d'avoir un intérieur bien rangé. Alors lance ta meilleure playlist, empare-toi de tes meilleurs produits d'entretien, et commence ta session ménage : tout doit briller. N'hésite pas à trier les vêtements qui s'entassent en boule dans ta commode, à faire de l'ordre dans tes placards.
NB : l'occasion pour toi de faire une bonne action en donnant à une association tout ce que tu ne portes plus !

Lire, lire, lire... et écrire

Pour ceux qui n'ont toujours pas intégré la lecture à leur quotidien, cette période où chacun est contraint de se retrouver avec soi-même est l'occasion de se découvrir une passion pour une activité qui devrait être à la portée de tous. On ne présente plus ses bienfaits sur l'ouverture d'esprit, la lecture aurait, selon une étude menée par l'Université de Sussex en 2009, la capacité de **réduire l'anxiété**, de façon plus importante encore que la musique ou un verre de vin. Un investissement à long terme, tel que le disait Eistein : *"L'esprit qui s'ouvre à une nouvelle idée ne revient jamais à sa taille d'origine"*. Cela dit il ne s'agit pas non plus de te faire tous les Rougon-Macquart d'ici la fin du confinement, chaque bouquin a sa valeur...

Visiter des musées et aller à l'opéra

Alors oui, il est vrai qu'en théorie, tous ces lieux où tu adorais passer tes week-ends avant le confinement (ou pas) sont désormais fermés. Et quand bien-même, il n'y a aucune case à cocher sur l'attestation délivrée par le site du gouvernement qui justifierait de sortir pour t'y rendre. Sache qu'il est possible de visiter le **musée d'histoire naturelle de Washington**, la **fondation Mapfre** du musée d'Orsay à Paris ou encore la **Galerie Nationale** de Londres, et tout ça depuis ton canapé... On n'arrête décidemment pas le progrès !
Aussi, l'**Opéra de Paris** a pris la décision de mettre en ligne ses plus beaux ballets et opéras, **du Lac des cygnes** à **Don Giovanni**, en passant par **les contes d'Hoffmann**... de quoi occuper tes fins d'après-midi en musique !

Soirées de type : Projet X

Jusqu'à preuve du contraire, les apéros du jeudi soir ne sont pas prohibés. Bien que tu n'aies pas d'autre choix que de les passer chez toi, rien ne t'empêche de t'entourer de ta meilleure bande de copains comme au bon vieux temps (oui, ça commence à faire long). Alors empresse-toi d'aller télécharger **HouseParty**, l'application du confinement. Elle te permet d'être en visio-conférence avec 7 de tes amis à la fois. Plus qu'à te servir un verre, et laisser un de tes potes gérer la musique.
L'appli existe depuis 2016 mais connaît un succès énorme notamment depuis 2 semaines en Italie !

Se remettre (ou se mettre tout simplement) au sport

Tu as reçu un mail de ton club de sport t'expliquant qu'il fermait ses portes au public jusqu'à nouvel ordre et ainsi vu toutes chances d'enfin obtenir ton *summer body* à temps pour l'été ? Pas de panique ! Tant qu'il y a encore du réseau internet, il y a de l'espoir ! Que tu sois débutant ou sportif confirmé, **Youtube** grouille de vidéos *Abs Workout Challenge* et j'en passe. Alors enfile ta tenue la plus confortable, choisis la vidéo qui t'inspire le plus -oui, la fille qui te montre les exercices paraît sortir tout droit d'un numéro de Vogue, on s'en fiche-, et laisse les endorphines faire leur effet... Bouclé en 30 minutes, alors plus d'excuses ! *Et pour ceux qui détestent l'activité sportive, une séance de yoga fait également l'affaire.*

Enrichir sa culture cinématographique

Oui, il est vrai, tu n'as pas attendu d'être cloîtré chez toi pour passer ton après-midi derrière ta télévision ou ton ordinateur. Mais cette fois, tu as l'occasion de le faire sans culpabiliser *(avis aux amateurs habituels de la procrastination)*. **Allocine.fr** propose une liste assez exhaustive des films cultes à voir ou à revoir pour réviser tes classiques.

Prendre du temps pour soi

Finalement, il y a a des jours où il est bon de cesser cette course à l'**hyper-productivité**. Profiter des premiers rayons de soleil depuis son jardin , prendre un bain, se faire tous les masques possibles... Après tout, **ne rien faire** n'a jamais tué personne !

Note de fin : un grand merci à notre personnel soignant pour le courage et le dévouement dont il a fait preuve ces dernières semaines et qui témoignent de la beauté du métier. Merci également à tous les étudiants mobilisés pour leur venir en aide.
Vous êtes les vrais héros.

Et comme si on ne l'avait pas encore assez dit :
SAUVEZ DES VIES : RESTEZ CHEZ VOUS !!!

Halima Laouadi - Med2

The Chronic

Ca y est, nous y sommes, le dernier numéro de The Chronic paraît ce mois-ci. Rangez vos mouchoirs et profitons de cette édition pour explorer un thème peu abordé en général : Comment notre consommation musicale influe sur la façon de composer ?

This is the End

Écouter de la musique pour s'enjailler, ce n'est pas l'apanage de notre siècle puisque aussi loin que l'anthropologie puisse remonter, on retrouve des traces d'instruments et de sessions "live".
Sauf qu'en 1887, l'allemand Emile Berliner invente un procédé qui va littéralement révolutionner le monde : l'enregistrement sonore sur un support matériel. Comme Guthenberg l'a fait avec le papier, Berliner développe un procédé permettant d'imprimer du son et de pouvoir le diffuser et réécouter avec un appareil spécial. On est au tout début de l'histoire du vinyle audio.
Si je parle de révolution c'est parce que pour la première fois la musique peut s'écouter chez soi, entre amis et plus obligatoirement au bal.

> *"Pour la première fois la musique peut s'écouter chez soi, entre amis et plus obligatoirement au bal"*

Cette façon de consommer de la musique, nous l'avons faite perdurer pendant un bon siècle, les CD ayant certes remplacé le vinyle pour une écoute plus numérique. Mais le principe est le même : les artistes enregistrent leur son sur un support solide, et le vendent directement aux radios et particuliers. Ainsi, la musique occidentale s'est développée autour de deux schémas fondamentaux : l'EP et le LP. L'EP, c'est un album "single", ces chansons uniques qu'un artiste va sortir, généralement pour vendre le titre en masse. Et de l'autre côté le LP c'est l'album complet, qui dure bien souvent environ 45 minutes et se compose dans le temps. Les LP s'écrivent comme un film, avec une histoire constituée d'un début, d'une fin, et d'une évolution au fur et à mesure des titres. L'un des plus beaux albums du monde, "Dark Side Of The Moon" de Pink Floyd est un bel exemple. On y retrouve des titres travaillés, avec des introductions si longues qu'elles forment un titre entier.

> *"Les LP s'écrivent comme un film, avec une histoire constituée d'un début, d'une fin, et d'une évolution au fur et à mesure des titres"*

sDans les années 2010 est apparue une nouvelle révolution, directement liée à internet : le streaming. Maintenant, peu importe où vous vous trouvez, ce que vous faites, vous avez accès à un catalogue infini de musiques. Fini les seuls 10 CD dans la voiture, les quelques téléchargements mp3 en soirée. Aujourd'hui, vous pouvez tout écouter, tout le temps.

> *"15% des 15-25 ans n'ont jamais écouté un album en entier"*

Et cette nouvelle manière de consommer de la musique est en train de bousculer les codes de la composition musicale. Puisque l'on a accès à tout facilement, toute la problématique est de trouver rapidement quelque chose à écouter. Cela signifie donc que le titre doit être efficace, vous donner envie tout de suite de l'écouter.
Les chiffres le prouvent déjà : moins de 15% des 15-25 ans n'ont jamais écouté un album en entier. Ils se contentent de quelques chansons par-ci par-là qu'ils apprécient directement. Une étude menée par Hubert Léveillé Gauvin de l'Université d'Etat de l'Ohio montre d'un côté une réduction de 78% des introductions musicales, correspondant en moyenne à 23 secondes d'enlevées avant les premières paroles.
L'économie de l'industrie de la musique est entrée ainsi dans une ère de l'attention et du marketing.

Doit-on y voir une évolution négative ? Pas forcément, car le numérique a aussi permis à de nombreux artistes de pouvoir s'exprimer et faire écouter leurs titres au plus grand nombre. Sans cela vous n'auriez peut-être jamais entendu parler de Fakear, Bon Entendeur et autres "indépendants" pour qui l'internet est une aubaine.

Je souhaiterais pour finir remercier tous les lecteurs de cette chronique, en espérant vous avoir fait voyager dans cet univers parfois complexe !

Clément Bournonville- Med4

Cinéma

1917

Un trésor de guerre

Synopsis

L'histoire débute en France, pendant la Première Guerre Mondiale, avec deux camarades de régiment anglais, Blake et Schofield, qui entreprennent une mission de haute importance s'avérant être une course contre la montre. En effet, il leur est attribué l'ordre d'empêcher l'assaut de plus de 1600 hommes sur le front ennemi, qui se lancent dans un piège tendu par les allemands. L'un des deux personnages est d'autant plus impliqué dans la mission qu'il veut sauver son frère, faisant parti du régiment suicidaire. Les 2 hommes vont traverser ce no man's land avec pour seuls alliés une carte et leur attirail.

Le plan-séquence

Le film utilise une technique de réalisation déjà bien introduite dans le monde du cinéma mais qui n'a jamais été aussi bien mise en valeur : le plan séquence. Il consiste à donner l'impression au public que le film a été tourné en une seule prise. Cela nous permet de rester en immersion pendant toute la durée de l'histoire, de rester aux côtés des soldats pendant leur périple et donc de ressentir avec eux l'angoisse procurée par la traversée des tranchées ennemies, des villages détruits qui renferment encore un peu de vie, mais surtout de pouvoir presque palper le temps qui passe, qui les presse et qui les pousse à aller encore plus vite.

Cinématographie

Une scène m'a particulièrement frappée de par la superbe association des couleurs et de la musique. Au milieu du film, Sco se retrouve dans une course poursuite à travers le village d'Ecoust en feu. La lumière y est si bien maîtrisée : tout d'abord elle est créée par les fusées éclairantes lancées par les avions pour piéger les fugitifs, puis elle est mélangée au feu des maisons meurtries par la guerre. Cela donne une sensation d'oppression, de suffocation qui se rajoute à l'angoisse, celle d'éviter les balles ennemies. Puis, d'un seul coup, le feu n'est plus, un « bleu-aube » éclaire les ruines et laisse s'échapper le protagoniste de la cavale.

Musique

Oui, la musique (Thomas Newman) tout au long de cette histoire nous prend aux tripes, certes fortement romancée, elle est tout autant un chef d'œuvre que la réalisation du film en elle-même. Notamment lors de la grande scène finale, le compte à rebours de la mission, qui est sur le point de s'achever, celui qui nous a tenus en haleine pendant près de 2h, démarre. Le suspens, l'espoir de venir à bout de cette course, la peur et en même temps le courage des hommes qui attendent leur moment dans les tranchées et ceux en sortant pour aller combattre au prix de leur vie, se mélangent et nous amènent vraiment vers l'apothéose d'une victoire, et d'un grand film.

Certains diront qu'il s'agit d'un autre blockbuster de guerre, comme avec *Dunkerque* de Christopher Nolan qui avait reçu toutes sortes de critiques (positives et négatives). Mais non 1917 est une véritable performance visuelle qui nous laisse simplement stupéfaits.

Le réalisateur

Sam Mendes s'est fait connaître avec le chef d'œuvre qu'est *American Beauty,* une critique de la société américaine dépeinte en 1999. Ce tableau vivant (littéralement) prend forme, encore une fois, sous la musique de Newman, qui capture l'atmosphère du film avec brio.
Ce film remporte 5 oscars et permet à Sam Mendes de se faire une place dans l'industrie du cinéma.

Enfin je terminerais avec *Skyfall* (2012), qui est pour moi l'un des meilleurs James Bond. Encore une fois Mendes réussit à utiliser la couleur, les « wide » plans pour les associer avec l'histoire de cet opus atypique par rapport aux autres, dont l'ambiance est à la fois lourde et douce.

Eléonore Petit - Med3

Une Blouse et Une plume

Mes Mille et Une nuits, de Ruwen Ogien

Depuis le temps que je voulais vous parler de cet homme, ce sera chose faite à la fin de cet article. Je l'ai découvert par hasard en lisant *L'influence de l'odeur des croissants chauds sur la bonté humaine* (rien que le titre devrait vous donner envie), mais je n'ai pas trouvé comment rendre un livre sur la morale attrayant. En revanche, j'espère y réussir pour un livre portant sur la relation médecin-patient, le vécu de la maladie et la fin de vie.

Ruwen Ogien

Ruwen Ogien (1947-2017) est un philosophe français, ancien directeur de recherche au CNRS, titulaire d'un doctorat en philosophie et en sociologie. Ses travaux portent sur la philosophie morale. Il est d'ailleurs à l'origine de l'éthique « minimale », esquissée en 2003 dans son livre *Penser la pornographie*. Il la développera ensuite au fil de ses écrits. Libertaire et anti-paternaliste, elle peut être résumée par la phrase « ne pas nuire aux autres, rien de plus ». Ethicien éclectique, il a abordé des thèmes tabous comme la prostitution, la fin de vie, les pratiques sexuelles ou encore la consommation de stupéfiants.

L'éthique minimale

L'éthique minimale est donc une théorie morale développée par Ruwen Ogien, inspirée du "principe de non-nuisance" du philosophe John Stuart Mill. Elle propose d'une part que tout comportement individuel soit permis, sous réserve qu'il ne nuise pas à autrui. Ainsi, contraindre quiconque pour son propre bien, physique ou moral, n'est pas justifié (adieu le devoir moral envers soi-même de Kant). Un autre principe de cette théorie est celui de la neutralité vis-à-vis des concepts de « bien », entendu qu'il est impossible de s'accorder sur ce qui est bon ou mauvais. Le dernier principe consiste à accorder une importance égale aux voix et intérêts de chacun•e (égalité). Cette éthique minimale est donc profondément libertaire et anti-paternaliste (le paternalisme est, rappelons-le, le fait de vouloir le bien d'autrui sans lui demander son avis). Elle n'a cependant rencontré qu'un modeste succès depuis sa genèse, peut-être trop révolutionnaire dans le domaine de la morale ?

Ses mille et une nuits

Ruwen Ogien vient d'apprendre qu'il est atteint d'un cancer du pancréas, ou plutôt d'un « adénocarcinome canalaire pancréatique » comme le dit son oncologue. Le philosophe va alors nous conter son parcours, comme Shéhérazade conta ses histoires au prince Chahriar. Sans jamais verser dans le pathétique, il nous parle de son vécu du cancer, s'interroge sur les métaphores de la maladie (comme guerre, combat, défi, métier etc.) et la cruauté sociale envers le malade (être un « bon » malade, vaillant et conciliant, pour que l'argent public dépensé en vaille la peine [*sic*]). Il évoque son histoire personnelle certes, mais il s'appuie également sur les travaux d'autrices et auteurs ayant également travaillé sur la maladie. C'est donc un livre idéal pour débuter des recherches personnelles sur cette notion.

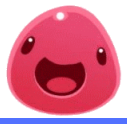
Pourquoi ce livre ?

Dès la PACES, on entend parler de la relation médecin-patient et de maladie. Beaucoup de théorie, aucune pratique avant les premiers stages hospitaliers (et encore....) ; tout cela ne nous avance pas beaucoup. Ce livre me parait être un juste entre-deux. L'objectif principal de Ruwen Ogien était d'argumenter contre le dolorisme, courant de pensée qui voit en la maladie un défi enrichissant qui procure un avantage moral aux malades (« Ce qui ne me tue pas me fortifie » de Nietzsche). Il délaisse peu à peu cet objectif et ces raisonnements théoriques pour des réflexions plus pragmatiques sur le « métier » de malade. Il s'y livre entièrement, sarcastique, désinvolte, meurtri. Son écriture est limpide, richement documentée, et saupoudrée d'humour, ce qui la rend d'autant plus accessible.

Références

Droit, Roger-Pol, *Ruwen Ogien, « Ne pas nuire aux autres, rien de plus »*, Le Monde [en ligne], juillet 2009 [consulté le 15 mars 2020]. Disponible sur https://www.lemonde.fr/livres/article/2009/07/16/ruwen-ogien-ne-pas-nuire-aux-autres-rien-de-plus_1219322_3260.html
Mill, John Stuart, *De la liberté*, trad. Laurence Lenglet à partir de la traduction Dupont White, Paris, Gallimard, coll. Folio Essais, 1990, 256 p.
Ogien, Ruwen, *Mes Mille et Une nuits, la maladie comme drame et comme comédie,* Paris, Albin Michel, 2017, 256 p.
Ogien, Ruwen, *L'influence de l'odeur des croissants chauds sur la bonté humaine*, Paris, Grasset, coll. Essais Documents, 2011, 336 p.
Ogien, Ruwen, *Penser la pornographie*, Paris, Presses Universitaires de France, coll. Questions d'éthique, 2008, 183 p.

Aurélien G - Césure Master 2



J'ai joué, J'ai aimé

Slime Rancher

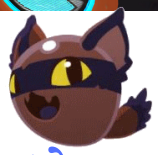
Salut tout le monde !
On s'intéresse aujourd'hui à un jeu tout mignon pour pallier cette période, un jeu de farm pour passer quelques heures de confinement dessus ! Slime Rancher, un jeu indépendant développé par Monami Park disponible sur Xbox one, PS4 et PC

Pourquoi j'y jouerais ?

Alors le gameplay n'est pas le plus phénoménal, il est vrai, les joueurs qui aiment la difficulté, ben y en a pas. Il se joue comme un FPS (First person shooter) où vous avez un genre de pistolet aspirateur relié à un inventaire qui vous permet d'aspirer la nourriture et les slimes que vous rencontrez à l'extérieur pour pouvoir les recracher dans le ranch. Lors de l'exploration, les graphismes sont plutôt cartoony avec des couleurs pastel pour calmer ses nerfs. Vous rencontrerez des slimes géants parfois, qui possèdent des clés vous permettant d'ouvrir des portes vers de nouveaux recoins, pour qu'ils vous la cèdent une seule solution: leur filer votre bouffe. Une fois tout ce beau monde dans le ranch, il faudra acheter des améliorations, d'abord de vos cages à slime, éventuellement faire des plantations, acheter des extensions de terrain... Parmi les améliorations il y a un jetpack qui rend l'exploration nettement plus drôle et facile pour explorer tous les recoins (et éviter de mourir en tombant dans la mer).

Synopsis

Dans ce jeu, vous êtes une "rancheuse" : Béatrix LeBeau qui est partie de la Terre pour s'installer dans le Far Far Range pour y élever des slimes et faire fortune.
Votre aventure consistera à explorer le monde en quête de slimes et de nourriture pour les élever dans votre ranch. Certains slimes sont amicaux, d'autre un peu moins (oui on pense à toi le slime tarr).



C'est quoi le but?

Eh ben c'est un jeu de farm, donc le but concrètement c'est d'amasser le plus de thunes. Quand vous nourrissez vos slimes, ils donnent des "plorts" qui sont des genres de cristaux que vous pouvez vendre contre de l'argent pour acheter vos améliorations.
Pour vous aider dans cette tâche vous pourrez fusionner des slimes entre eux et combiner leurs propriétés. Même si en vrai on va pas se mentir, c'est surtout pour voir ce que ça fait quand on combine ses deux espèces préférées (spoiler parfois on est déçu). Personnellement je fais fusionner le slime radioactif (Huglo rpz) avec le slime explosif. Ou alors des slimes roses dans le même enclos (sans toit) qu'un explosif, et quand il explose ils s'envolent tous ! (bon après faut les récupérer par contre).

Pierre Defives-Med2

Accords à Corps

Qui sommes-nous?

Nous sommes un collectif d'étudiant·e·s en médecine (MED3, MED5), en lettres modernes et en psychomotricité.

Notre projet, notre démarche

Nous nous sommes réuni·e·s autour de la volonté de créer un **événement culturel et artistique** sur la thématique du **corps**.

"Nous sommes alors parti·e·s en quête de **témoignages**."

A chaque "interview", nous avons trouvé d'autres facettes et pistes de réflexion sur le thème.

"De ces réflexions, s'est créé un **spectacle** court, mêlant la danse, le théâtre, la musique..."

Nous avons voulu mettre en valeur les personnes qui ont accepté de nous raconter leur "histoire corporelle" à travers une **exposition photos-témoignages.**
Finalement, pour un événement plus interactif qui offre l'opportunité d'expérimenter "artistiquement et corporellement", des **ateliers participatifs** se sont mis en place.

Quand? Où? Comment participer?

La date n'est pas encore fixée, nous attendons la ré-ouverture de la faculté de Médecine. Tout aura lieu à proximité de la Salle de Spectacle.
Si vous êtes intéressé·e·s, suivez notre page facebook où il y aura toutes les informations prochainement!

"Quelles sont les limites du corps ?
Quelle place accordons nous à notre corps dans notre vie ?
Quelle image avons nous de ce corps, est-ce pour nous seulement un outil, ou un vecteur de notre personnalité ?
Comment parler à son corps? Comment en prendre soin?
Quelle vision du corps ont les soignants?"

LE CORPS DANS TOUS SES ETATS...

PROGRAMME

Un événement à la fois culturel, artistique et participatif !

@Accords à corps

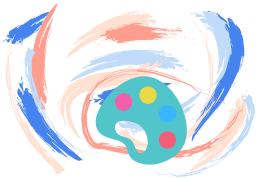
RESERVATIONS & DATE SUR NOTRE PAGE FACEBOOK

SPECTACLE

25 min de théâtre, danse et musique explorant et questionnant le thème du "corps"

PSYCHO-CORPOREL

Atelier participatif : douches sensorielles, auto-massages, jeux et écoute corporelle...



ARTS PLASTIQUES

Atelier participatif : "le corps comme oeuvre d'art" à travers les époques et les mouvements artistiques

EXPOSITION

Visite libre : Portraits, témoignages "Que dirais-tu à ton corps?"

Adeline Lebrun, Assia Kherbouche, Cécile Martin, Océane Traisnel, Quentin Vanpeene

L'équipe Accords à Corps

POINT INFOS ELUS

Depuis notre prise de fonction en décembre, de nombreux sujets nous occupent : projets étudiants, réformes...
Voici un tour d'horizon de nos missions!
Néanmoins, pour convenir au format de ce magnifique journal géré par un VP incroyable, nous avons pu raccourcir nos propos : retrouvez plus de détails sur le boulot de vos élus dans notre Newsletter !

ça c'est nous !

HELLO

On est 17 étudiants en médecine, 2 étudiantes en orthophonie et 1 étudiante en Sage-Femme.

Notre rôle c'est de vous représenter et de vous défendre, notamment au Conseil de Faculté.
Mais c'est pas tout ! On porte aussi des projets initiés par des associations mais également des projets mis en place par l'administration ou par nous !
On travaille en collaboration avec toute l'équipe du doyen et l'équipe pédagogique pour améliorer nos conditions d'études.

Pour avoir plus de détails et toutes les infos :

Allez consulter la Newsletter !

sur la page Facebook Elus Etudiants Médecine-Orthophonie-Sage-Femme !

Election d'un Vice-Doyen Etudiant

Ce nouveau poste créé depuis l'élection du nouveau doyen, a été attribué à Mathieu Lefief (MED4) .
Son rôle:
-Assister le doyen afin de défendre les intérêts des étudiants
-Présider la commission vie étudiante, qui permet de porter les projets étudiants et d'améliorer la vie sur le campus
-Participer à l'élaboration des statuts de la nouvelle faculté de santé (fusion des facs santé)

Vie de campus

Les aménagements de la Kfet vont être rénovés et on travaille sur ce projet pour avoir des prix plus intéressants pour les étudiants.
Il devrait aussi y avoir de nouveaux aménagements extérieurs dans peu de temps....

Fusion des facs

Les facultés de Chirurgie-dentaire, Pharmacie, ILIS, Sport et Médecine vont bientôt fusionner pour former la nouvelle unité de formation et de recherche des Sciences de la Santé et du Sport (U3S) ! Plus d'infos sur la newsletter ;)

Stages et gardes

La gestion des stages est assurée par la veille permanente des stages sur GELULES.
Les terrains posant problème sont abordés en Commission Stages et Gardes deux fois par an. Celle du 20 janvier a permis notamment de discuter des terrains décriés dans les événements indésirables sur GELULES, et de parler des terrains les moins bien notés afin d'y envoyer moins d'externes, au profit de terrains demandeurs d'externes et bien notés.

Co-Vid 19

Comme vous le savez peut-être déjà, nous avons pu mettre en place plusieurs choses concernant la crise sanitaire du Co-Vid 19: la garde des enfants du personnel soignant par les 2ème et 3ème années, la régulation des appels Covid19 au centre du SAMU, et l'appel au volontariat des externes pour permettre la continuité des soins à l'hôpital ou pour la prise de gardes dans des terrains en tension.
Nous souhaitions vous remercier pour votre mobilisation exceptionnelle !
Près de 1300 étudiants sont volontaires à Lille pour la gestion de cette crise ! Nous sommes fiers de vous représenter et de vous aider durant cette période.

La team élus

Un repas toujours parfait

Le Flam's chez soi

Envie de pécho ta/ton coloc en cette période de confinement ?
Ne t'inquiète pas Chef Nicolas est là pour t'aider !

Attention, cette recette nécessite un four ou une machine qui s'y apparente.

Flammenküche

Ingrédients (pour 6 pers environ) :

- 500g de farine
- 200 mL d'eau
- 1 sachet de levure de boulanger
- 4 cuillères à soupe d'huile d'olive
- 200g de fromage blanc
- 200g de crème fraiche
- 4 oignons
- 200g de champignons
- Muscade et Poivre

Chapitre 1 : La pâte

- Incorporer l'eau tiède à la levure et attendre qu'elle gonfle.
- Ensuite mélanger la à la farine.
- Ajouter l'huile et pétrir à la main jusqu'à former une boule.

Tips :
Si la pâte est trop collante, rajouter de la farine.
Si elle est trop granuleuse, rajouter de l'eau tiède.

- Laisser ensuite reposer 2 heures à température ambiante, la pâte doit alors doubler de volume.

Chapitre 2 : La garniture

- Couper en tranches les oignons et les champignons.
- Les faire revenir dans une poêle beurrée à feu doux.
- Mélanger la crème fraîche et le fromage blanc dans un bol.
- Ajouter le poivre, la muscade, les champignons et les oignons.
- Mélanger.

Chapitre 3 : Finish it

- Faire chauffer votre four à 180°C, chaleur tournante.
- Étaler la pâte sur une plaque de cuisson recouverte d'une feuille de papier sulfurisé.

Attention, ne pas remplacer la feuille de papier cuisson par une couche de farine sauf si vous souhaitez incorporer la plaque à la pâte. Ce qui est, je vous l'assure, indigeste.

- Garnir la pâte de la garniture et placer le tout dans le four.
- Attendre 15-20 mn que la flammenküche cuise (elle doit dorer sur le dessus) et la sortir du four.
- Servir chaud.

Tips :

Servir avec un vin blanc type gewurztraminer pour renforcer le coté alsacien.
Vous pouvez aussi apprendre l'allemand et vous habiller en tenue traditionnelle si vous souhaitez jouer le jeu jusqu'au bout.

Nicolas F-Medy qui tient à remercier Maher pour son super travail ! Merci Chef !

La Goutte d'Encre Internationale

Le Projet Bénin

Pour clôturer les projets de 2019, découvre le projet Bénin. Même s'ils n'ont pas pu aller sur place, ils ont mené leur projet jusqu'au bout !
Entre préparation et suivi des travaux, tout cela imprégné de leur motivation débordante, découvre les coulisses de leur projet !

Vente de crêpes et présentation du projet dans la galerie Auchan d'Englos.

La naissance du projet :

Nous sommes 6 étudiants de la faculté de médecine de Lille animés par le même désir de solidarité internationale.
Nous nous sommes engagés en septembre 2019 au sein de l'association La Goutte d'Eau dans le Projet Bénin!

Une équipe était déjà partie il y a quelques années dans une autre région du Bénin, mais jamais dans le village de Boukoumbé, c'était donc un tout nouveau projet !

Nous sommes d'abord entrés en contact avec Séverine Mongrenier, infirmière à Marseille et présidente de l'association « coeur universel » qui agit pour la santé au Bénin, qu'une ancienne trésorière de la Goutte d'Eau a rencontré au cours d'un de ses voyages.

Très vite, celle-ci nous a mis en contact avec les béninois du village de Boukoumbé avec qui nous avons construit le projet main dans la main.

Au sein de notre groupe, une dynamique positive et entrainante s'est rapidement créée. Nous faisions régulièrement des réunions durant lesquelles chacun mettait au profit du groupe ses compétences.

De gauche à droite : Camille, Léo, Maxime, Charlotte, Margaux et Valentine

Les plus grandes richesses, selon nous, sont la communication, l'entraide et la solidarité .
Elles permettent l'épanouissement de chacun dans le respect et la fraternité.

Il était important pour nous que ce projet naisse d'une discussion, d'un échange. Nous nous sommes donc entretenus fréquemment avec nos partenaires béninois afin que ce projet colle véritablement à leurs besoins et envies.

Nos partenaires, le BVEH de la fac (bureau vie étudiante et handicap), et l'organisation CapSolidarité ont, à travers leur expérience dans les projets de solidarité, attiré notre attention sur des points fondamentaux pour rendre le projet viable et durable.
Après beaucoup d'échanges avec eux et en réunion d'équipe, nous avons construit un projet pérenne.

Notre plan était donc de construire un centre culturel comportant 5 salles (salle d'étude, bibliothèque, salle d'art, infirmerie et bureau d'accueil).
L'autre objectif était de nous rendre sur place, afin de mener des actions de prévention avec les acteurs de santé locaux, (comme les premiers gestes à effectuer sur une plaie).

Le financement du projet :

Motivés à bloc, nous avons investi cette énergie pour boucler les différents dossiers de subvention, le FSDIE (fonds de solidarité et de développement des initiatives étudiantes), et le JSI (jeunesse solidarité internationale) ainsi que la BIJ (bourse initiative jeunesse).

De même pour les actions d'autofinancement (emballages cadeaux chez Nocibé pendant le Black friday et à Noël, vente de bonbons à la course Paris-Roubaix, et présentation de notre projet dans la galerie Auchan-Englos).

Rechercher des actions d'autofinancement, tenir un budget prévisionnel, communiquer sur notre projet, gérer les devis, tenir un planning…

La Goutte d'Encre Internationale

Un imprévu majeur...

En mai 2019, deux touristes français ont été enlevés alors qu'ils visitaient le parc naturel de Pendjari au nord du Bénin, à la frontière du Burkina Faso.
Lors de l'opération militaire destinée à leur sauvetage, deux militaires français ont été tués.

De ce fait, les cartes des zones à risque du Ministère des Affaires étrangères ont été modifiées : le village de Boukoumbé se trouve à présent à la frontière d'une zone formellement déconseillée par les autorités françaises.

Nous avons été profondément touchés par ces événements et après plusieurs entretiens avec les dirigeants de l'association, le ministère des affaires étrangères et l'ambassade française du Bénin, nous avons finalement décidé de ne pas nous rendre sur place mais de suivre la construction à distance.

Plusieurs subventions (dont celle du Ministère des Affaires étrangères) nous sont alors refusées.
Par conséquent, nous avons été contraints de modifier notre projet : il s'agit désormais de la construction à distance d'un centre culturel comportant deux pièces : une salle « art, bibliothèque et étude » ainsi qu'une salle de soin.

..... qui n'a pas empêché le projet de se concrétiser !

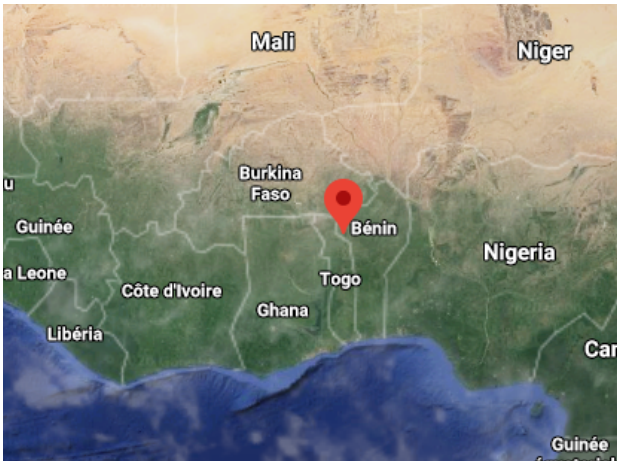
Nous avons récemment reçu quelques photos de nos partenaires locaux .
Il est difficile de mettre des mots sur les sentiments que nous avons eu à la réception de ces images : de l'excitation, une grande satisfaction et également beaucoup de reconnaissance.

En effet, nous devons beaucoup à nos correspondants béninois, à nos partenaires publics et privés qui ont financé notre projet, à nos amis et notre famille dont le soutien a été sans faille.

Le soutien, les mots d'encouragement, l'aide humaine, matérielle et financière que nous avons reçus nous ont montré que la solidarité est une valeur forte qui nous rassemble tous autour de beaux projets.

Le petit mot de la fin :

Les projets de La Goutte d'Eau, locaux comme internationaux, sont source d'enrichissement et d'épanouissement. Nous vous invitons grandement à nous contacter pour plus d'informations sur les actions menées et nous serions heureux de vous accompagner dans vos différents projets.



L'emplacement du village de Boukombé.

Les fondations du chantier au début du mois de Janvier 2019.

Le centre culturel prend forme !

La Goutte d'Encre Locale

Pôles locaux vs Corona, who would win?

En ces temps de fermeture universitaire, quelques projets ont dû être suspendus, voici les projets qui reprendront une fois les facultés ouvertes !

Les projets reportés

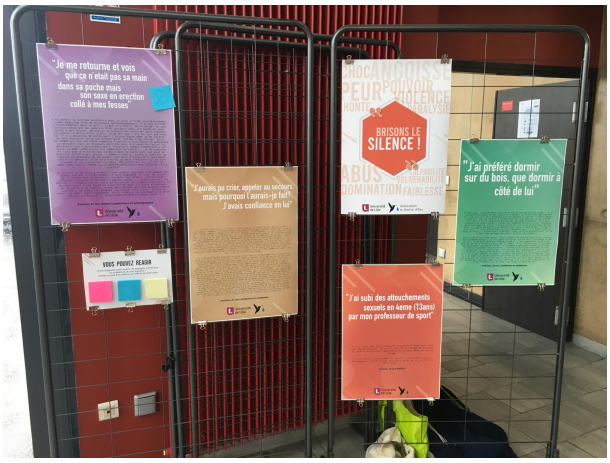
Les trois pôle locaux de la Goutte d'Eau ont dû suspendre leurs évènements prévus ou en cours, à cause d'un petit trublion.

L'exposition "Brisons le silence! " , qui a été réalisée à partir de témoignages de violences sexuelles (cf le MST de mars) sera reportée.

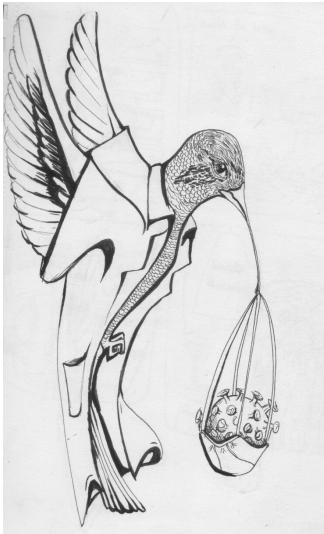
Elle est actuellement présente en BU Droit, à Pont de Bois, à ILIS et à la maison des étudiants de Cité scientifique (mais tu ne peux pas y aller pour l'instant hihihi).
Elle devait arriver à la faculté de Pharmacie et de Dentaire mi-mars et à celle de Médecine en mai.
En fonction de la suite des événements, l'expo à la faculté de Médecine sera peut-être maintenue, on te tient au courant !

Une semaine d'événements surprises a été préparée par le pôle éco', elle sera probablement reportée à l'année prochaine aussi !

Pour ce qui est des maraudes, nous avons pris la décision difficile de les suspendre pour l'instant.



Une partie de l'expo "Brisons le silence, qui attend sagement la réouverture des facs dans le hall d'ILIS.



Dessin magnifique de notre emblème en train de mettre une dérouillée au Corona, par Laure Albrecht.

Les denrées périssables du bureau distribuées

En ce temps de confinement, les plus précaires ont plus que jamais besoin d'aide.

Le pôle précarité a donc pris la décision de donner les vêtements, les produits d'hygiène et les produits alimentaires (qu'il fallait donner sous peine de retrouver notre bureau couvert de moisissures à la réouverture de la fac), à l'épicerie solidaire "La passerelle", basée rue d'Arras, dans le quartier de Moulins.

En tant que daltonien, j'ai galéré, mais il est marqué "L'épicerie solidaire et sociale " !

Very Instagrammable

On s'est dit que tu aimerais nous voir, du coup on s'est fait tout beaux pour la création de notre insta : asso_la_goutte_deau

Abonne-toi pour découvrir nos différents projets en images, ainsi que le quotidien de la vie de l'association !

EEEEEEEEET : petit event spécial confinement : nous allons publier chaque jour un petit tuto zéro déchet sur l'insta, va donc y jeter un oeil pour passer le temps !

Romain Delcroix-Medz feat les pôles locaux

L'Horoscope de la Mama

Avril 2020

BELIER

En avril, vous n'avez plus le temps de céder aux caprices des uns et des autres. Vous foncez dans le tas, pour faire valoir vos droits et vous faire entendre de tous. Et vous avez raison.

GEMEAUX

Patience, patience! Tout rentrera dans l'ordre sous peu. Si vous avez un peu de temps devant vous, faites-en bon usage. Cette frustration permanente ne vous sera d'aucune aide, croyez-moi.

LION

Tel un roi, vous estimez avoir le droit d'être au centre de l'attention de ceux qui vous entourent. Et avec l'âge, vous devenez bien plus ronchon lorsque l'on ne satisfait pas vos désirs. Avril est le mois parfait pour arranger tout ça.

BALANCE

Avancer quand la vie vous met des bâtons dans les roues peut parfois vous sembler impossible. Mais ne serait-ce pas plutôt que vous ne voyez que le mauvais dans tout ce qui vous arrive ?

SAGITTAIRE

Une communauté se crée autour de vous et cela ne vous déplait pas le moins du monde. Jamais auparavant vous n'avez ressenti autant d'amour et de joie.

VERSEAU

Si tu es un verseau à l'esprit créatif, le mois d'avril sera pour toi le meilleur moment pour t'épanouir dans ton art favori. Pour les autres, tout dépendra de votre volonté … Faites du sport tiens !

TAUREAU

Les astres se sont bien rendus compte de votre propension à prendre les choses un peu trop à la légère. Il est clair que cette attitude vous desservira complétement ce mois d'avril.

CANCER

A défaut de sortir ce mois-ci, trouvez-vous une activité qui vous permettra de vous épanouir. Mettez la console de côté et « retournez à l'essentiel … à la lecture » … Ou le tricot. C'est bien le tricot aussi.

VIERGE

Vous arrive-t-il de penser que vous êtes à l'origine du malheur des gens que vous aimez ? Peut-être est-il encore temps de prendre un peu de recul. Car, au moins, ce mois-ci, vous êtes sûr(e) de ne rien faire de travers … Quoique…

SCORPION

Les personnes de votre entourage vous reprochent de vous éloigner. Bien sûr, cela vous semble absurde, car vous ne prenez que votre point de vue en compte. Comme toujours.

CAPRICORNE

Bien que la situation actuelle ne le permet pas, vous brillez dans le romantic game. « Comment cela se fait-il ? » vous demandez-vous surement. Cela est possible grâce à cette nouvelle ouverture d'esprit que vous apporte une récente introspection.

POISSON

Plus les jours avancent et moins les choses vous paraissent compréhensibles. Vous vous enfermez dans une bulle et risquez de ne plus pouvoir en sortir.

Citations du mois :

« Faut que je maigrisse »
« Faut que je bosse »
« J'ai faim, y'a vraiment rien à manger ? »
- Le VP Journal.

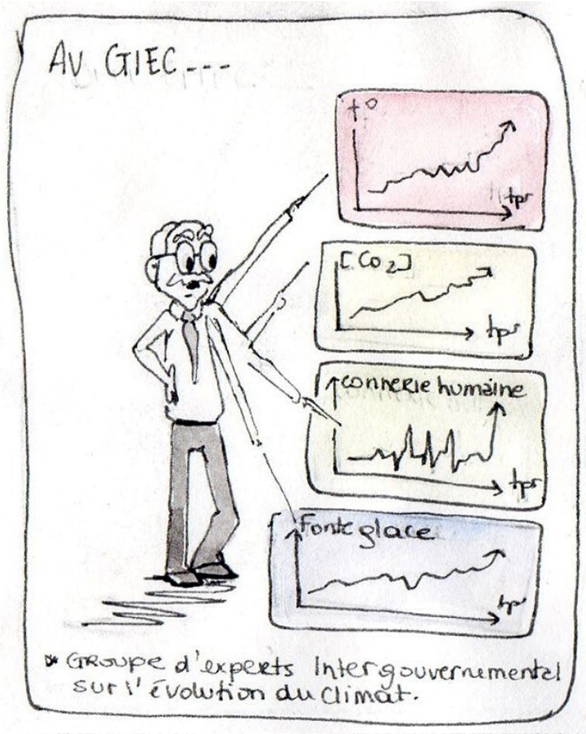
Voila une bonne attitude du chef face aux contraintes que nous impose le confinement. IL FAUT SE MOTIVER !

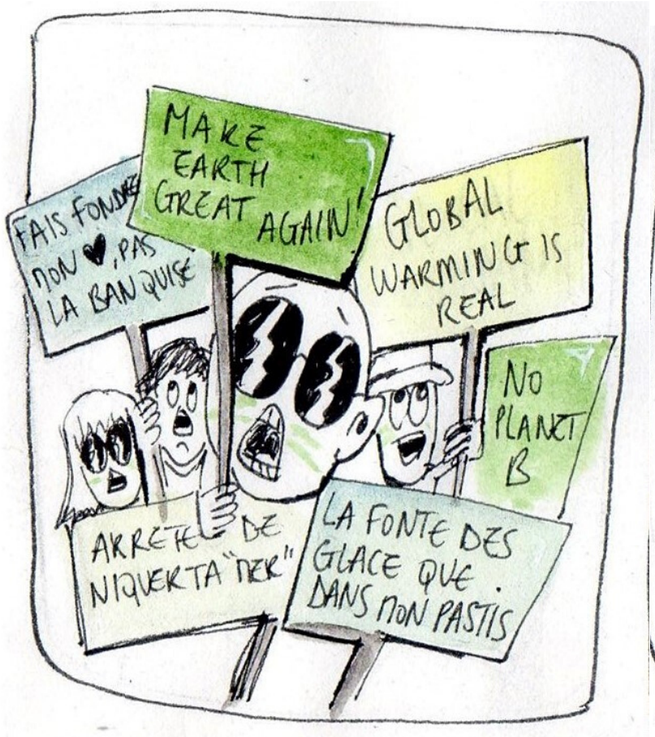
Petit message d'amour

Le voilà ! Il est arrivé le fameux…
C'est le dernier horoscope de la Mama, made in Mama, écrit et délivré par la Mama dans les règles de l'horoscopologie.
Merci à tous ceux qui ont suivi cette rubrique cette année. Une bonne fin d'année universitaire.
Les astres annoncent une amélioration de la situation actuelle. Promis !

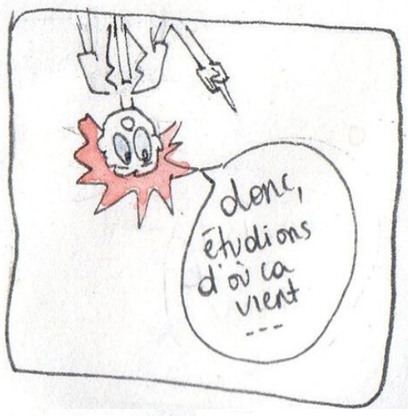
Et à la prochaine !
La Mama.

S. Valsaint - Med 4

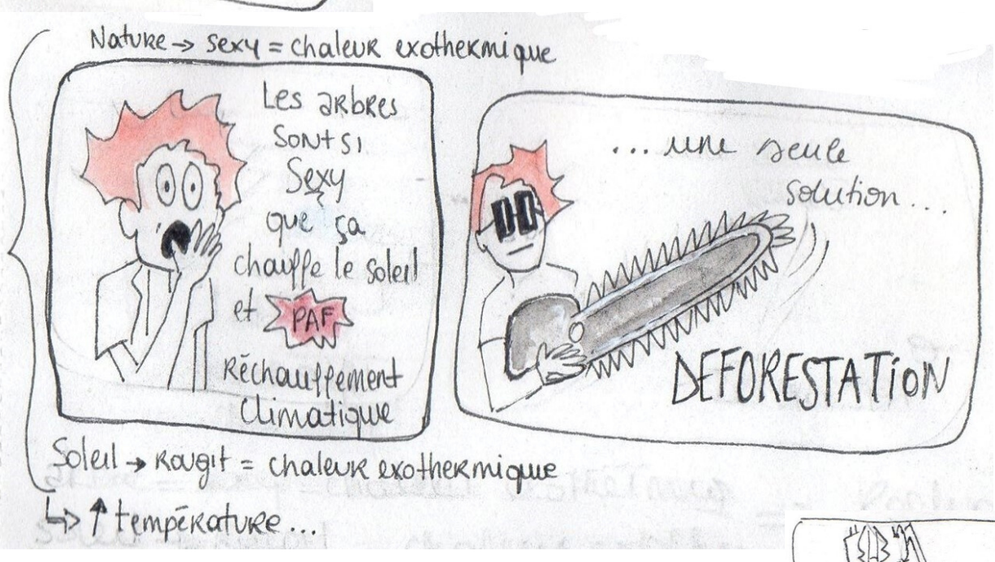




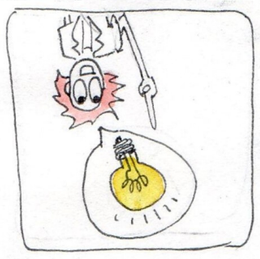
Alors, on a des théories à laccon...

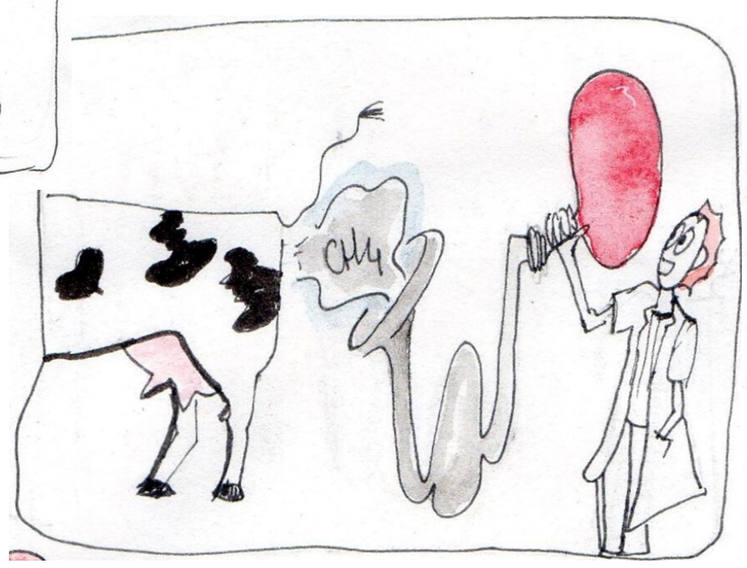


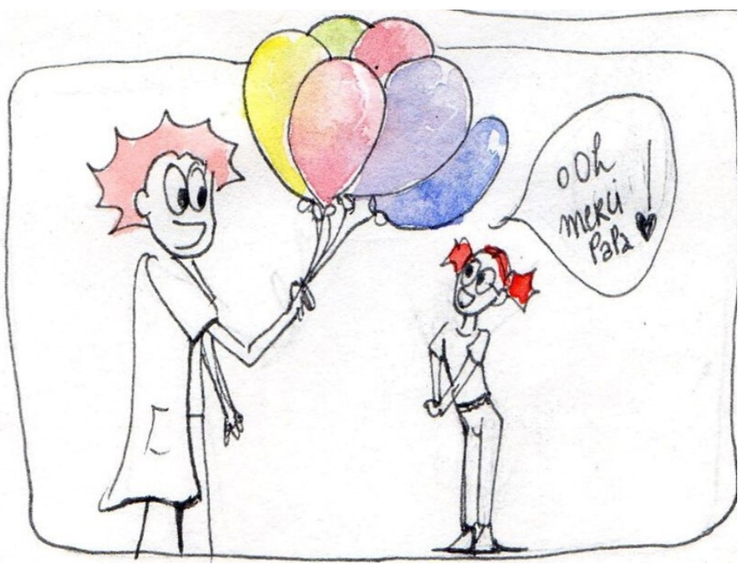
Obs n°1 : Le réchauffement de l'air...



Obs n°2 : Le méthane c'est le shetan.

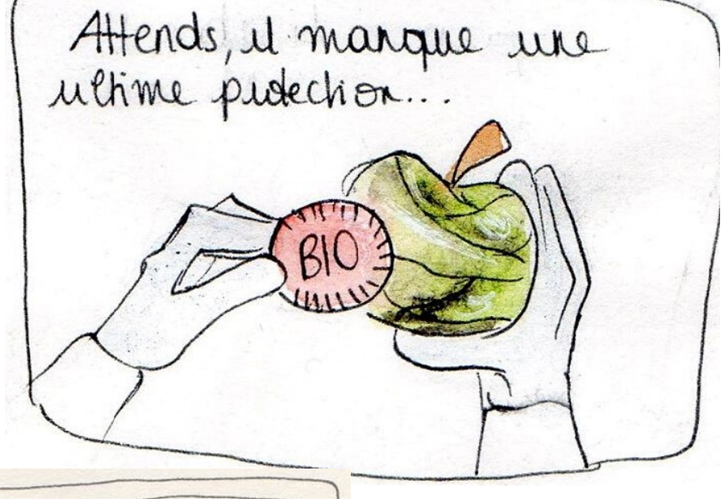


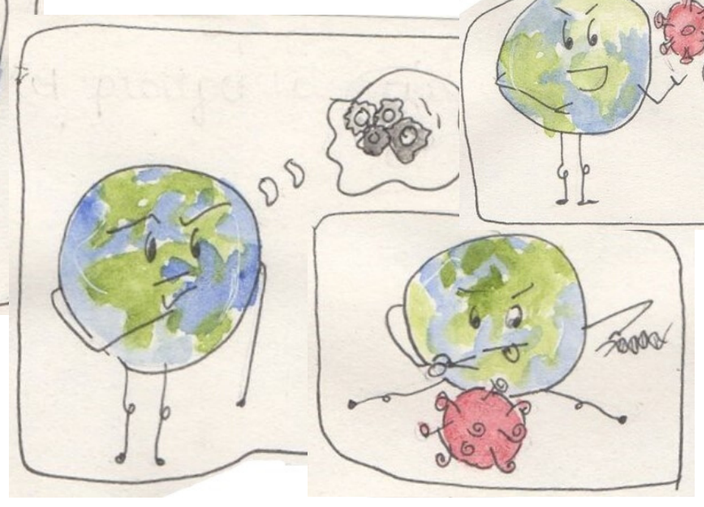


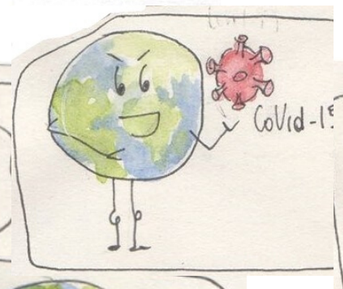


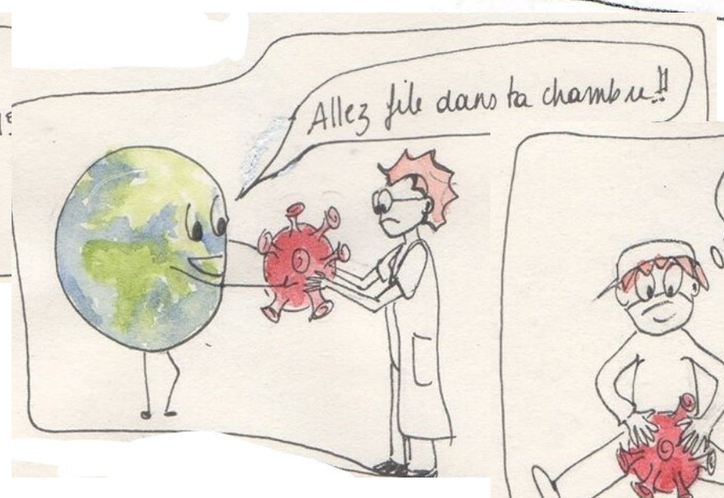
Obs n°3 : il faut proteger la nature.

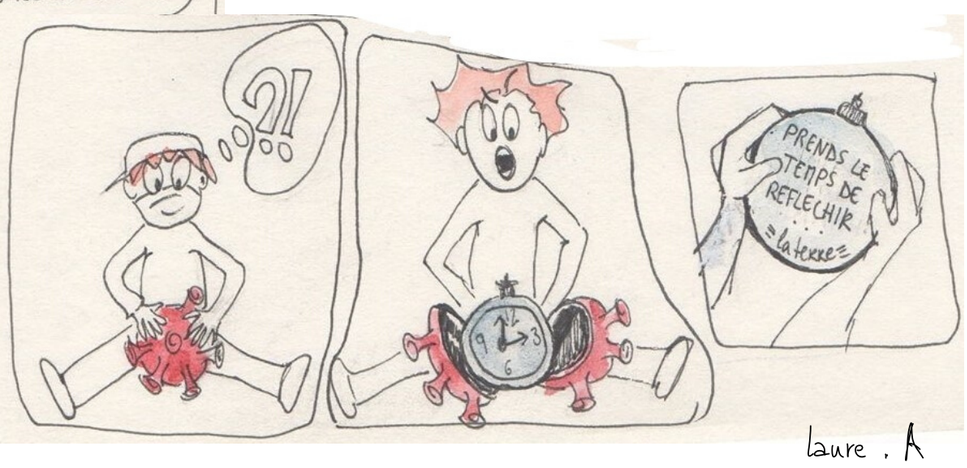
Ce que le stupide hobbit joufflu décida de faire...











Laure . A