



La Gazette



du Carabin

Strasbourgeois

Edition Octobre 2019



Notre Resp Terroir Valentin est parti à la découverte de l'îlot de la Meineau, une ferme urbaine proposant une grande variété de produits : pour en savoir plus, aller directement à la p.3



Cette année grande nouveauté : tu vas pouvoir découvrir chaque mois une interview exclusive d'un interne ou d'un médecin de différentes spécialités afin d'en apprendre davantage sur les divers débouchés après les ECN. Ce mois-ci viens en apprendre plus sur l'anesthésiologie p.4



La célèbre Chronique d'une externe en médecine est de retour! Viens donc p.6 découvrir les ressentis, les pensées et les peurs d'une étudiante à la plume exceptionnelle

Dossier du mois: la PIN'S 2019



Notre superbe GO-reporter a décrit rien que pour toi cet événement phare de la rentrée : pour plus d'infos rendez-vous p.2 !

Et nous te réservons encore plein d'autres surprises : une recette pour faire les meilleurs pancakes du monde, l'agenda culturel du mois, l'horoscope du carabin...
Bonne lecture !

La PIN'S 2019 : La Casa De PACES

Nos Carabins ont vécu il y a quelques semaines, un événement des plus incontournables de ce début de mois de septembre. Plus mythique que les vendanges alsaciennes, plus attendu que le lancement de la Ligue des Champions, plus marquant que la naissance du bébé de Nabil-la, j'ai nommé la PIN'S (Période d'Insertion des Nouveaux étudiants en Santé) !

C'est sous une chaleur torride que lors de la première journée, après un mot de la part des officiels et le ventre rempli par un fameux sandwich du Carabin Affamé (#pouletcurry), nos chers PACES ont pu participer à la visite guidée du Campus de Médecine. C'est ainsi qu'ils ont fait la connaissance des merveilleux GOs (voir Guide du GO ci-dessous) accompagnant les Amicalistes en blouse pour

ce Free Campus Tour. Ils ont également pu rencontrer et commencer à tisser des liens avec leurs futurs Parrains et Marraines, issus des années supérieures.

Ce sont les Pharmas qui ont accueilli chaleureusement les nouveaux étudiants en santé la deuxième journée. C'est après un discours de bienvenue, qu'ils ont pu se familiariser avec l'hospitalité connue de leurs hôtes, autour d'un barbecue et d'un après-midi (voire soirée pour les plus braves) de jeux typiques du lieu.

La troisième journée a, pour ainsi dire, été riche en émotions. Après une matinée en amphithéâtre pour le premier (et pas des moindres) cours de l'année, un cortège s'est dirigé vers le Restaurant Universitaire d'Esplanade pour y déjeuner. Cela s'est poursuivi par un défilé



La célèbre photo devant la cathédrale réunissant les PACES, les GO et les amicalistes

dans les rues de notre belle Strasbourg, mené par nos deux célèbres PIN'S, Alix (aka Energizer) et Thomas (aka Biscotte), et encadré par des GOs débordant d'énergie et de voix. Après un arrêt « rameur » devant la majestueuse cathédrale, un apéro attendait les Première Année de retour à l'Amicale.

C'est au Mille Club à Brumath, privatisé pour la soirée de clôture de la PIN'S, que s'est achevée cette intégration. Une soirée qui fut mémorable : animée par nos renommés DJs et rythmée par les incontournables chorées de médecine, apprises tout au long de ces trois jours par les PIN'S et les autres amicalistes.



Elisa,
GO depuis bien longtemps

Guide du GO

GO (pour Gentil Organisateur) : nom masculin ou féminin. Etudiant.e en santé des années supérieures, qui participe à des apéros GO précédant la PIN'S pour apprendre à mettre de l'ambiance lors de l'évènement.

Il lui faut :

- Une énergie inépuisable à partir de 7h du matin
- Un investissement dans les Pôles Sécu, Ménage, Visite du Campus
- Un fessier sculpté par les aller-retours dans les amphis
- Un pyjama d'hôpital, illustré à l'image de son GO (avec ses ourlets au bas du pantalon)
- Une voix qui porte pour crier à chaque phrase du PIN'S (qui se doit d'être cassée à la fin de la semaine) et pour chanter l'Hymne des carabins
- Un sens du rythme (et une bonne mémoire) pour les nombreuses chorées
- Un sourire à toute épreuve
- Un bon foie pour survivre à la pharma et aux trois apéros GO
- Un potentiel tchatteur pour discuter et rassurer les PACES
- Une certaine souplesse pour jouer au pélican
- Une non-aversion du contact physique pour le rameur



100 pommes = 1 pomme



Quel est encore ce titre putaclic ? Et bien nous allons tout simplement parler de nourriture, notre sujet préféré. Plus précisément de comment manger sainement, dans le but de se sentir bien dans nos corps, avoir des bibis ou juste pour mettre toutes les chances de notre côté pour ne pas choper ce fichu cancer.

Oui, manger sainement, dit comme ça, ça paraît facile... mais ça ne l'est pas forcément. Tout d'abord

parce que nous avons un petit problème dans notre société ; nous sommes beaucoup trop portés sur l'apparence. Pourquoi dire ça ? Quel rapport y-a-t-il avec notre assiette ? Dans les faits de nombreuses études ont montré qu'à force de sélectionner nos aliments, et notamment les fruits et légumes, pour leur taille, leur beauté et leur goût, nous délaissions d'autres qualités telles que leur teneur en micronutriments. Pour faire simple, nos aliments perdent de leur valeur. Des

dizaines d'études canadiennes, américaines et anglaises ont étudié ce phénomène et pour cela, ont comparé des aliments cultivés dans les conditions actuelles à des aliments cultivés dans les années 50 (par contre comment ils ont trouvé ces aliments des années 50, ça je ne sais pas...).

Attention! Données choquantes! De nos jours, il y a :
 - 100 fois moins de vitamine C dans une pomme.
 - 2 fois moins de fer dans la viande.
 - 20 fois moins de vitamine A dans une orange.

Certes ce ne sont que des chiffres. Mais pourtant, après avoir lu ça, nous pouvons clairement nous demander où est l'intérêt de manger 5 fruits et légumes s'il n'y a plus rien dedans... Alors que faire pour pal-

lier à ces carences ? Est-ce que des compléments alimentaires peuvent nous aider à combattre vaillamment ces dernières ? Oui certainement. Est-ce qu'il y a d'autres moyens ? Oui et surtout ils sont plus durables ! Les aliments bios ont, en moyenne, plus de vitamine A et C, de fer, de magnésium et de phosphore que les autres. Cependant ce n'est pas forcément suffisant car les sols sont eux même appauvris... Alors pour l'instant nous n'avons malheureusement pas de remède miracle. De plus, "bio" ne veut pas forcément dire « éco responsable et durable » sachant que ce sont les mêmes firmes transnationales qui brûlent des forêts et polluent, qui pourtant arborent un super logo eco-friendly! Et il y en a malheureusement de trop (coucou Nestlé).

Ne désespère pas! Il y a des bonnes nouvelles aussi, de plus en plus d'agriculteurs locaux utilisent des engrais et des pesticides naturels, ce qui permet de renouveler et de nourrir les sols et pour augmenter les micronutriments dans nos assiettes. Alors pense un petit peu à notre planète, la seule et l'unique où l'on trouve de la bière, et regarde ce que l'agriculteur du coin propose, même s'il faut payer un peu plus cher. Peut-être que ça t'évitera de dépenser de l'argent dans des compléments alimentaires, qui sont certes très utiles mais qui surfent sur l'effet de mode insta.



Noé

Hummm des Pancakes à l'Américaine:



Ingrédients :

- 150g de farine
- 20 cL de lait
- 1 c. à café de levure chimique
- 2 œufs
- 1 pincée de sel
- 2 c. à soupe de sucre
- Gousse de vanille

Temps de préparation : 15min

Temps de cuisson : 5min

Étapes :

1. Mélange tous les ingrédients secs (farine, sel, sucre et levure chimique)
2. Fait infuser la gousse de vanille dans du lait chaud. Pour cela, fait porter à ébullition le lait (attention ça peut déborder !) en rajoutant la vanille (on la coupe en dos et on récupère les grains avec un couteau)
3. Casse les œufs en séparant les blancs des jaunes en mettant le jaune avec les ingrédients secs.
4. Allez montre nous tes bibis, fait monter le blanc ! Puis incorpore DELICATEMENT les blancs avec la pâte.
5. Laisse reposer 15min
6. Fait cuire les pancakes à feu moyen. (2min sur chaque côté)

Challenge moderne : manger simple

Manger, on y pense tout le temps, surtout quand on est gourmand. Aujourd'hui, avec l'avènement de la société de consommation, il ne s'agit plus de manger à notre faim comme autrefois (si si je parle bien de l'époque où on trimait dans les champs avec des bœufs tout ça tout ça) mais de manger mieux. Ce changement de paradigme est notable. Surtout quand on compare les façons d'agir entre anciennes et nouvelles générations. Tenez, par exemple, quand vous allez chez votre grand-mère le dimanche midi pour vous délecter d'une bonne grosse choucroute des familles. Je ne sais pas vous, mais ma grand-mère à moi, me remplit l'assiette à ras-bord (pas que je m'en plaigne) et à peine fini, HOP je me retrouve à nouveau l'assiette pleine. Il y a une notion de peur du manque qui n'existe plus en occident.

La nourriture ne manque plus de nos jours, mais la qualité, elle, est en chute libre. Que ce soit toutes les calories vides avalées dans les fast-food (même si tacos delice c'est de la

frappe je peux pas le nier) ou le savoureux mélange d'additifs, de sels et de sucre des plats industriels : la santé en prend un coup.

Heureusement, d'autres alternatives existent : manger des produits frais, tout juste sortis du champ et peu transformés. C'est, d'ailleurs, ce genre de denrées que propose l'Îlot de la Meinau, la ferme qui fournit les paniers de fruits et légumes distribués à l'AAEMS (Attention coup de pub : askip prendre un panier c'est bon pour toi). Attardons-nous un peu sur ce petit paradis pour les plantes. Petite ferme urbaine à deux kilomètres de la fac, elle est gérée par la famille Andna et compte 11 salariés à plein temps. Tous les légumes et fruits de la ferme sont ramassés à la main : au total il y a plus de 50 produits qui poussent sur place. Ils n'ont pas le temps niaiser. Pour les produits plus travaillés comme le pesto ou le jus de fraise, c'est un traiteur alsacien qui s'occupe de les cuisiner à partir d'ingrédients issus de la ferme. La particularité de cette ferme : ils pratiquent une agricul-



ture raisonnée en diminuant largement la quantité de pesticides, d'herbicides et d'engrais qu'ils utilisent. Ce qui augmente drastiquement la plus-value santé de ces aliments. A la place des pesticides, ils utilisent notamment des auxiliaires de cultures : des petits insectes qui ont la tâche de se nourrir des parasites.

C'est, à mon sens, ce genre de petites exploitations familiales qu'il faut favoriser quand on fait ses courses. Va faire un petit tour dans leur magasin, tu n'en seras pas déçu. Pour

mon plus grand bonheur, des alternatives de consommation comme celle-là, qui s'opposent à la suprématie des supermarchés et de la malbouffe, fleurissent un peu partout. Sans nul doute une des clés pour faire pousser un futur durable.



Valentin

Le point orientation du mois

Cette année nouveauté ! Ta Resp' Cursus Orlane KRUCH, avec l'aide d'autres bénévoles, va interviewer tous les mois des médecins de différents horizons pour t'informer sur les différents débouchés après les ECN ! (enfin bientôt plus #réforme...). Pour cette première édition nous avons décidé d'interviewer un interne en Anesthésiologie *Mathieu WERNER* !

Pour la prochaine édition nous avons réussi à obtenir une interview avec le célèbre ECSDM, à qui tu pourras poser toutes tes questions sur la médecine générale. Alors si tu as des questions sur cette profession n'hésite pas ! Pose les à l'adresse suivante : journal.aams@gmail.com avant le 15 octobre, tu auras ta réponse à la prochaine édition du journal !

Et sans plus attendre voilà la petite interview :

Peux-tu te présenter ?
Mathieu WERNER, 26 ans. Je suis actuellement en fin de 2e semestre du DESAR (Diplôme d'Études Supérieures d'Anesthésie Réanimation).

Quel était ton classement aux ECN ?
2761.

Quelles ont été tes motivations à choisir cette spécialité ?
Je souhaitais avant tout une spécialité transversale, qui ne se focalisait pas uniquement sur un organe ou appareil. En réanimation, les pathologies prises en charge sont extrêmement variées, allant du choc (septique, cardiogénique, hémorragique), à l'intoxication médicamenteuse volontaire en passant par les décompensations de BPCO, les pancréatites, et j'en passe. L'anesthésie quant à elle est une spécialité à la frontière entre la médecine et la chirurgie : il faut savoir immédiatement identifier des situations à risques et les traiter (défaillance hémodynamique, choc anaphylactique...) mais également connaître les principales complications de chaque chirurgie afin de les prendre en charge. De plus, ces deux disciplines offrent de multiples choix de carrière : réanimateur médical, réanimateur chirurgical, anesthésiste, gestion de la douleur etc. Enfin, c'est une spécialité où des connaissances transversales de physiologie sont indispensables et qui offre de très nombreux gestes (intubation, pose de cathéters centraux, bloc loco-régionale, rachianesthésie, péridurale...)

En quoi consiste ta spécialité ? (A quoi ressemblent tes journées?, spécialité médicale ou chirurgicale ?...)
En Réanimation, les journées dépendent essentiellement du service. Elles débutent toutes par un (loooong) staff le matin. Puis les patients sont vus

individuellement par les internes puis les séniors. Il faut garder à l'esprit la nécessité de toujours avancer dans la prise en charge. Enfin, une visite du service et des transmissions sont effectuées. Les journées sont plus ou moins longues et sont liées au nombre d'admissions et à la gravité des pathologies.

En anesthésie, les journées sont plus courtes, mais commencent aussi plus tôt en général. Le programme est simple : faire le dernier interrogatoire et l'induction des patients au programme, auxquels s'ajoutent de nombreuses urgences à intercaler qu'il faut voir en consultation au préalable.

Quelle est la durée de ta formation pour ta profession ?
Il y a 5 ans d'internat : 1 an de phase socle (1 semestre se réanimation, 1 semestre d'anesthésie) puis 3 ans de phase de consolidation (3 semestres de réanimation, 2 semestres d'anesthésie et 1 semestre libre), et enfin 1 an de préclinat. A cela s'ajoutent 2 ans de clinat ou d'assistanat.

Quels sont les avantages et inconvénients de ton métier d'après toi ?
Les avantages :

- Plusieurs disciplines dans une spécialité.
- Spécialité avec beaucoup de connaissances nécessaires mais aussi de nombreux gestes.
- Collaboration avec de nombreuses autres disciplines médicales.
- Possibilité d'exercice hospitalier ou libéral.
- Beaucoup de demandes d'anesthésistes et de réanimateurs, donc des salaires élevés et une grande liberté d'installation.

Quels sont tes horaires de travail ?

En Anesthésie, environ 7h45 - 15h avec une pause déjeuner de 30 minutes. Je prends en moyenne une à deux gardes par semaine.



Source : sencampus.com

En Réanimation, j'ai eu la chance de tomber sur un service respectant les 48h par semaine. Donc 8h-14h30 avec 30 minutes de pause déjeuner. Et une garde par semaine en moyenne. Au CHU, en réanimation, les horaires sont plutôt 8h-19h30 dans les bons jours.

En AR, des cours sont dispensés à la fac tous les mardis après-midi. Nous avons aussi des podcasts à écouter sur Sides (eh oui, ça existe encore pour nous) et des heures à faire sur un simulateur d'échographie cardiaque.

Sais-tu déjà si tu envisages plutôt un exercice hospitalier ou libéral ?
J'aimerais commencer par un clinat ou assistanat en réanimation, puis m'orienter en anesthésie en libéral.

Comment vis-tu ton internat ? (Ton moral ?, as-tu des loisirs en dehors?...)
Je suis plutôt épanoui. J'ai eu des stages formateurs avec des équipes vraiment agréables. J'ai des horaires assez tranquille (encore un avantage de la spécialité...). Je m'occupe de la vie événementielle de l'internat en parallèle. Les lendemains de gardes sont parfois difficiles néanmoins.

Selon toi l'externat t'a assez bien préparé à l'internat ? (Les stages t'ont été utiles ?...)
Mon stage de réanimation en tant qu'externe m'avait apporté quelques notions d'hémodynamique.

Cependant, je n'étais pas passé par l'anesthésie. Quels que soient les stages effectués, c'est une discipline nouvelle et complexe qui ne peut pas d'appréhender par un ou deux mois de stage d'externe à faire des fax et trier des bios, et qui nécessite un bon moment d'adaptation en début d'internat.

Comment as-tu vécu ton passage en totale autonomie, la prise de responsabilité ?
C'est une autonomie progressive. En début d'internat, j'avais le réflexe de demander un avis au senior pour n'importe quelle décision. Puis les automatismes arrivent avec "l'expérience", aussi courte soit elle pour le moment et les décisions deviennent évidentes. Nous sommes très rapidement envoyés faire des consultations seuls en anesthésie.

Quant aux gestes, ils sont d'abord montrés, puis supervisés quelques fois. A la fin du premier semestre, ils sont globalement assimilés à force de répétition et peuvent être effectués seuls.

Il faut garder à l'esprit que les patients de réanimation sont souvent critiques, et qu'en cas de doute, un senior est toujours disponible pour nous aider.



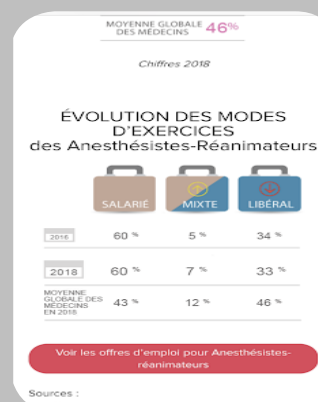
Orlane et Gaëlle

Le saviez-vous ?

Nombres d'anesthésistes réanimateurs en France en 2018 :



Densité moyenne nationale : 17,2 médecins anesthésistes réanimateurs pour 100 000 habitants



Chronique d'une externe en médecine : On n'apprend pas

Nous faisons de formidables études, pleines de joies, de peines, et de surprises. Cette année encore, la chronique d'une externe revient ! Plongez avec nous, chers lecteurs, dans le monde merveilleux du quotidien d'une étudiante en médecine.

Il ne fait plus tout à fait jour. Pas encore tout à fait nuit non plus. La journée débute pour le personnel de garde des urgences pédiatriques. La rentrée a eu lieu il y a quelques jours : fini le temps des accidents de vacances, des brûlures au barbecue, et des infections exotiques. Aujourd'hui commence la saison des gastros et autres maladies contagieuses, des accidents à l'école, et des chutes dans les cours de récréation.

Arriver à une garde est toujours difficile : nouvel environnement, nouveau service, nouveau personnel, fatigue de la journée... Mais ce jour-là, tel un cadeau aux équipes soignantes, le service est calme et la salle d'attente demeure déserte. Le silence. Un présent d'une rareté inestimable pour un service de pédiatrie, a fortiori le service des urgences. Aussi fugace soit-il, le silence est toujours pleinement apprécié ; il laisse place à la concentration, au travail et à la réflexion.

La lune gagne peu à peu son combat contre le soleil, amenant avec elle la première patiente de la soirée, et signifiant ainsi le véritable début de la garde. Le travail de notre étudiante est simple : installer les patients et leurs parents dans un des box, les interroger, les examiner, puis faire son rapport à l'un des internes. C'est un travail simple. Indispensable, certes, mais simple. Simple...

L'immuable rituel de garde commence : l'étudiante prend en main le dossier médical et commence à le lire silencieusement, scrutant chaque détail, se préparant à mobiliser ses maigres connaissances. Alors... Une jeune fille. Oh, 14 ans ? Plutôt âgée, c'est inhabituel, mais c'est bien, ça change ! Tiens... Une histoire de lettre ? A l'école ? Elle vient pour une lettre à l'école ? Qui vient aux urgences pour une lettre à l'école ?... « Idées suici » – La réflexion de notre étudiante se coupe : « Idées suicidaires, tentative de suicide ». Son cœur s'accélère – je sais pas faire ça moi... Je sais pas traiter ça, qu'est-ce qu'il faut faire ? Ou dire ? On n'apprend pas ça, j'ai pas appris ça, moi... - Elle entre dans la salle des internes :

– Euh... Pour la patiente, euh... Je fais quoi ? Je dis quoi ? J'ai pas fait la psychiatrie, encore. – « J'ai pas fait la psychiatrie, encore »... Des mots qui résonnent comme un bouclier, une ultime parade, un argument irréfutable, brandi là comme pour se décharger de toute responsabilité, et échapper à la confrontation avec la souffrance, la vraie, celle qu'on ne souhaiterait jamais connaître ni pour ses proches ni pour soi-même. – Ben... Tu sais, nous non plus on sait pas forcément quoi faire, hein. Mais en gros, faudrait que tu cherches ça, et ça, et ça, et

La femme à côté de la jeune fille à la tête baissée et au regard vague, tend une feuille à notre étudiante. Une feuille du genre de celles qu'elle n'a plus vues depuis qu'elle a quitté les bancs de l'école, avec de petits trous sur le côté gauche, de grands carreaux, et des tâches de stylo à encre disséminées un peu partout. Une lettre. La lettre.

Quoi dire ? Quoi faire ? L'impact qu'ont les mots et si grand, si puissant, que notre externe n'arrive à en prononcer aucun, de peur de blesser, de peur de graver à jamais des mots maladroits

si se pendre est aussi douloureux que de se jeter sous un train. Non, on n'apprend pas à regarder la souffrance en face, on n'apprend pas à trouver les mots justes, et ce n'est pas parce qu'on ne le veut pas, c'est parce que c'est impossible. Personne n'apprend à parler aux jeunes filles de 14 ans...

Bon ! Tu peux t'asseoir sur le lit qui est juste là, et enlever ton pull, je vais examiner tes poumons, ton cœur, et puis on fera des jeux du style tirer la langue et gonfler les joues – annonce la jeune étudiante, brisant ainsi

lui parler d'une voix calme, et douce. Elle se surprend elle-même : son esprit était en telle effervescence il y a quelques minutes, soumis à un tel ouragan de questionnements et d'incertitudes qu'elle n'en revient pas qu'il soit redevenu aussi paisible et concentré en si peu de temps.

Le temps passe, la jeune fille s'ouvre petit à petit. Elle était en foyer il n'y a pas si longtemps. A l'école, ça ne va pas très bien : elle a longtemps été harcelée, et maintenant elle a du mal à se faire des amis, parce qu'ils se moquent presque tous d'elle étant donné que beaucoup savent ce qu'elle fait à ses avant-bras. Les enfants sont si cruels entre eux. Elle a déjà essayé de partir, elle avait même tout prévu : des médicaments, un endroit où s'endormir paisiblement... Mais elle n'a pas eu le temps. La conversation de nos deux protagonistes est parsemée de silence. Un silence nécessaire. Un silence agréable. Une étincelle de complicité s'installe progressivement. La jeune fille sourit, et rit même parfois aux blagues et aux singeries de notre externe. La discussion est agréable, et le temps, habituellement l'ennemi juré des services d'urgences, passe à une vitesse incroyable. Il faut mettre fin à la consultation...

La jeune fille de 14 ans observe notre externe sortir de la pièce. Leurs regards se croisent. Elles s'échangent un sourire. Un vrai sourire. Tiens... Serait-ce une petite lueur dans ses yeux ? Notre étudiante en médecine ne le saura jamais. Personne ne le saura jamais. La vérité, c'est qu'elle n'a probablement rien changé pour cette jeune fille : sa vie est la même, ses problèmes sont les mêmes...

Mais, si l'espoir est permis, les sourires et les rires du Box 1 auront peut-être été une toute petite étincelle, qui, unis avec une myriade d'autres toutes petites étincelles, formera un jour un gigantesque brasier qui réchauffera son cœur.



puis tu finis par l'examiner, comme tu fais d'habitude, ce sera déjà pas mal. J'te rejoindrai après au pire.

La tactique avait échoué. Dans la salle d'attente, une femme et une jeune fille, entièrement vêtue de noir, cachée dans un sweat à capuche trop grand, la tête baissée et le regard vague, se lèvent à l'appel du prénom inscrit sur le dossier. Elles suivent notre externe jusque dans une pièce dont la porte, se fermant doucement derrière elles, affiche « Box 1 ». Elles s'assoient. Le silence. Un présent d'une rareté inestimable pour un service de pédiatrie, a fortiori le service des urgences. Aussi fugace soit-il, le silence est d'ordinaire pleinement apprécié ; il laisse place à la concentration, au travail, à la réflexion... Mais aussi au malaise. – Ahem, je me présente, je suis étudiante en médecine. Je vais d'abord te poser quelques questions pour le dossier médical, et puis après je t'examinerai, avec le stéthoscope, les poumons, le cœur, tout ça. Ça te va ? – Le silence. – Bon, alors, euh, donc, explique-moi, euh, donc, ce qu'il s'est passé, enfin l'histoire, euh... – Le silence.

aux conséquences douloureuses dans l'esprit d'une jeune fille de 14 ans ou dans celui de sa mère. On voit tellement de scandales, partout, tout le temps, de patients expliquant que leur médecin les a blessés, qu'il n'avait pas le comportement approprié, qu'il a dit ceci, qu'il n'a pas dit cela... Les pensées de la jeune externe semblent défiler à toute vitesse. « Mais, on ne vous apprend pas à parler avec vos patients quand vous êtes en cours ? C'est pourtant un minimum d'être empathique » Non. Non, on n'apprend pas à parler avec une jeune fille de 14 ans qui explique dans une lettre qu'elle ne veut plus vivre, parce qu'elle n'en peut plus, parce qu'elle se sent trop mal, parce que les scarifications ne lui suffisent plus, et que de toutes façons elle ne manquera à personne. Quatorze ans, bordel. Quatorze ans et déjà la lueur dans ses yeux a disparu. Quatorze ans et au lieu de se demander avec son groupe d'amis si Marie a enfin embrassé Victor sur la bouche hier soir, ou si Mégane a enfin avoué ses sentiments à Amélie, elle se demande si ça ira plus vite avec du tramadol ou de la codéine,

le silence devenu pesant qui s'était installé. Elle ne sait pas où elle va, mais elle sait que lorsque l'on est perdu, il faut se raccrocher à ce que l'on maîtrise. L'entretien prend peu à peu la tournure d'une consultation classique chez un médecin, la maman de la patiente et l'étudiante discutant tranquillement de tout et de rien. – Je vais sortir un peu et vous laissez discuter – annonce-t-elle. Ces mots sonnent comme une évidence : c'est là. C'est maintenant. La porte claque tandis que la femme sort de la pièce.

On n'apprend pas à parler aux jeunes filles de 14 ans. Il n'y a pas de bonne manière de faire, il n'y a pas de bonne manière de dire. Aussi, chacun se débrouille comme il peut, avec son expérience, son empathie, et sa compassion. La patiente est assise sur le rebord du lit, ses yeux sont toujours vagues, éteints, sa tête est baissée, et elle mâchonne frénétiquement son pouce. Ses avant-bras, auparavant dissimulés par son sweat trop large, sont couverts de cicatrices, et de plaies longilignes. La jeune externe vient s'asseoir à ses côtés, et commence à



L'Elue

50 nuances de héros

Le héros et surtout son mythe ont évolué au cours du temps et de l'histoire. Attend là jeune freluquet je sais qu'en lisant cette phrase tu viens d'avoir des flashbacks en mode syndrome post traumatique de ta prof d'histoire-géo de 3ème. Mais t'inquiète ça va être bien on parle de films et tout !

En gros pendant l'Antiquité le héros était mythologique mais avant tout cathartique. Le but était que le héros représente par dessus tout les qualités mais également les défauts des hommes (et femmes, mais restons honnêtes à cette époque les femmes avaient certes un pouvoir métaphorique fort, les héros étaient majoritairement de bon gros bonhommes). On retiendra par exemple les célèbres textes d'Homère, comme l'Odyssée et l'Illiade.

En avançant un peu dans le temps (en mode fast forward t'as vu), on arrive au Moyen-Age. Alors là gros morceau pendant lequel le héros devient un modèle de code de conduite un peu idéalisé. C'est un homme possédant les qualités de la chevalerie. (Ces qualités sont fortement influencées par les textes religieux, majoritairement en Europe, même si au Moyen-Orient se sont des codes assez proches qui sont mis en avant; après tout Saladin était considéré comme plus noble et respectueux que nombre de Croisés). Le héros devient donc un chevalier brave engagé dans

une quête noble et souvent métaphorique elle aussi. Homme parangon de vertus le chevalier est le héros le plus pur du Moyen-Age. Il représente la bienséance et la force, tant physique que morale.

On fait un gros bond et boum, aujourd'hui (nan pas vraiment aujourd'hui ahah, mais notre époque). On va commencer par l'émergence des médias numériques. L'arrivée des écrans va permettre la montée de nouvelles icônes (ok y'a Starsky et Hutch mais pas que). On va être honnête : la démocratisation de la télé aux Etats-Unis a surtout servi de coup de pub patriote (ou plutôt nationaliste, si vous connaissez pas la différence, Romain Gary l'a plutôt bien expliquée). Le timing était parfait pour promouvoir à la fois les Trente Glorieuses et la toute puissance américaine en diffusant partout dans le monde l'alunissage. Le héros sert de "bannière" et d'outil au service d'une certaine forme d'idéologie voire de "dictature" (après tout la dictature repose sur le culte de la personne, et une personne virtuelle reste une personne et donc un symbole de ralliement).



Encore un peu plus tard : la destruction du mythe. Cette notion reste assez moderne, on utilise souvent le terme d'anti-héros donc là, gros sujet les gars ! Pour moi l'archétype de l'anti-héros serait Bel Ami de Maupassant, le personnage est par essence le héros de son récit (issu d'un milieu défavorisé il va s'élever dans la société #PrayforBelami), mais il ne le fera plus par le code et par ses qualités mais par la ruse et l'usurpation. L'anti-héros est le reflet du héros, mais pas forcément son négatif. Il reste vertueux et surtout capable de repentir. Batman par exemple est classiquement un anti-héros. On pourrait l'imaginer comme un pinacle de jus-

tice et de droiture, mais il reste un homme hanté par le meurtre de ses parents et atteint de troubles psychologiques (paranoïa, isolement social, incapacité à accepter le deuil...)

Cet article est malheureusement déjà beaucoup trop long. Mais je tenais à partager avec vous qu'aujourd'hui nous vivons dans une époque de diversité et de nouveauté. Les codes sont modifiés et les lignes deviennent floues. Les médias et notamment les sites de streaming (Prime vidéo, Netflix, Hulu...) permettent une libération de la créativité et l'émergence de modèles sociaux différents. L'anti-héros est devenu plus standard

mais surtout plus toléré socialement (on aime tous voir Lucifer, Dexter ou Doctor House...). Les films comme Watchmen ou Chronicles (voire même Hancock) ont su mettre en lumière ce que le statut de "Héros" et son pouvoir impliquaient (c'est un peu ce que l'on retrouve dans Pathology d'ailleurs). L'anti-héros d'aujourd'hui ne deviendrait-il pas le héros d'hier ? Si ces valeurs deviennent des normes partagées par le plus grand nombre, leur actes deviennent alors tolérés et idéalisés...



Gaëtan

Le défi sang limite

Les 24 et 29 octobre prochains se tiendra à la faculté de médecine un événement de la plus haute importance. Effectivement, il est temps pour vous tous de devenir des héros !

A l'heure actuelle, rien ne peut se substituer au sang humain. Cet acte volontaire et bénévole reste donc irremplaçable. En France, les besoins pour soigner les malades nécessitent 10 000 dons de sang par jour et ce chiffre ne cesse d'augmenter. Ces dons permettent de soigner chaque année plus d'un million de malades en France.

Les mois de décembre et janvier avec les vacances de Noël et les épidémies de grippe constituent des périodes particulièrement sensibles pour les réserves de l'EFS. De plus en juillet et en août, en raison d'une offre de collecte moins importante l'EFS se sert dans ses réserves. Puisqu'en septembre, la rentrée signe la reprise d'une activité hospitalière soutenue (opérations programmées...), et donc la hausse de la consommation en produits sanguins, les collectes organisées courant septembre et octobre sont particulièrement importantes !

Nous comptons donc sur vous et vous attendons nombreux les 24 et 29 octobre prochains, de 11h45 à 17h à la mezzanine de la Faculté de Médecine pour venir donner votre sang et devenir des héros ! Après ce court effort, vous aurez le droit à une collation proposée cette année par la Mie Câline le 24 octobre, et par Lacocina le 29 octobre ! N'hésitez pas à suivre la communication et à venir car d'autres surprises vous attendent !

Et n'oubliez pas, tout le monde peut être un super héros !

Julien aka 00sang



L'agenda culturel

La culture te botte? Moi aussi! En tant que VP culture je serai là pour t'apporter les bons plans sorties culturelles sur Strasbourg et en dehors :) Entre musée, cinéma, opéra, théâtre, soirée oenologie et encore bien d'autres activités, ton année sera riche en sorties!

La bise et à très vite,
Jean

Soirée Pink Rooftop au Black and Wine Bar le 2 octobre :

Soirée spéciale pour les filles sur le thème du rose, en veux-tu en voilà.

La Rentrée Culturelle à la Faculté de médecine de Strasbourg le 3 octobre :

Moment de partage où différentes structures (Opéras, TNS, musées...) viennent présenter leur saison d'animations sous forme de petits stands

Grand My Barathon de rentrée à strasbourg le 3 octobre :

Venez profitez de prix réduits dans une dizaine de bars de Strasbourg pendant toute une soirée! Pour plus d'informations, rendez-vous sur la page Facebook de l'événement.

La Strasbourgeoise le 6 octobre:

c'est la course à pied féminine qui rassemble le plus de participantes dans la capitale alsacienne. Et ceci pour la bonne cause : la lutte contre le cancer du sein !

Strasbourg Craft Beer Festival à la salle des fêtes de la bourse de Strasbourg les 25 et 26 octobre :

c'est l'occasion de rencontrer 20 brasseries artisanales qui représentent avec brio le renouveau de la scène brassicole française et internationale.

Les événements à venir de l'asso



Visite de la cave des hospices de Strasbourg :

Venez le 22 octobre à 18h15 pour cette visite exclusive lors de laquelle vous aurez le droit à une dégustation et ceci en association avec l'amicale de dentaire.

Soirée Halloween : Cette année, Halloween est en avance! Le Gold Club te fera frissonner de plaisir le 24 octobre. Viens te faire peur lors de LA soirée inter-asso de santé !



Atelier cuisine : Le 24 octobre à 16h30 aura lieu le premier atelier cuisine en partenariat avec l'Ilot de la Meinau et l'association Chef Art'East. Ce sera l'occasion de visiter l'Ilot de la Meinau puis de cuisiner leurs produits (sur place) avec de grands chefs cuisiniers.

Soirée oenologie : Le 29 octobre aura lieu la première soirée oenologie de l'année dont le thème sera "Découverte des différentes typicités viticoles".



Météo : mercredi 01 octobre 1975 à Strasbourg



- Température minimale de la journée : **9.7°C**
- Température maximale de la journée : **16.3°C**
- Durée d'ensoleillement de la journée : **2h**
- Hauteur des précipitations : **6.4mm**

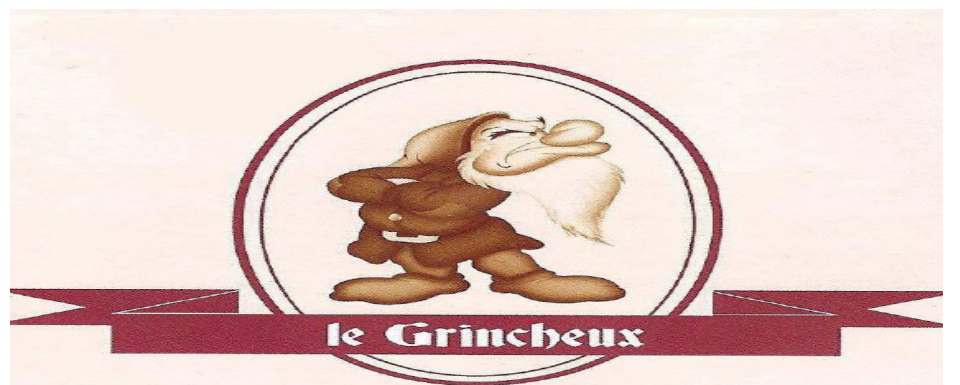
Le mercredi premier octobre 1975 à Strasbourg vous auriez dû porter un petit pull en laine tricoté par votre tante Nathalie afin de vous protéger du froid, ainsi qu'un K-way vert pomme pour vous abriter de la pluie. Pour vous réconforter de cette météo vous auriez pu écouter le 45 tours le plus vendu de l'année "La bonne du curée" de Annie Cordy.

Tu as apprécié cette première édition de la GCS ? Tu as envie de participer à la prochaine édition ? Que ta passion soit l'écriture, le dessin ou encore l'orthographe, nous sommes prêts à t'accueillir à bras grands ouvert dans notre comité journal : tu pourras participer à la rédaction de certains articles, les illustrer ou encore faire le ou la grammarnazi en partant à la chasse aux fautes d'arthographes! N'hésite donc pas à nous écrire un mail à l'adresse journal.aaems@gmail.com ou à envoyer un message sur Facebook à moi-même, Larissa Luttringer, votre Resp Journal.

Je vous fais pleins de bisous,
Larissa



Happy Hours de 17h prolongés jusqu'à 22h sur présentation de la carte amicaliste



Happy Hours prolongés de 16h30 à 23h sur présentation de ta carte amicaliste (sauf les jeudis et vendredis)

Horoscope du carabin



Bélier

Il y a des jours productifs, voire très productifs... et il y a aujourd'hui.



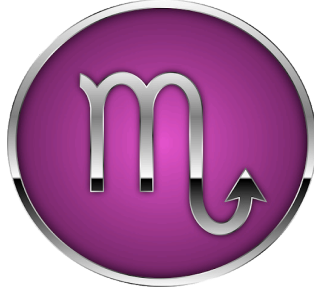
Balance

Vos centres énergétiques balancent au gré de vos déambulations. Ce mois permettra de les alléger considérablement.



Taureau

C'est l'automne, l'année prend des rides quand j'écris ces rimes. L'orage arrive.



Scorpion

En couple, mettez un peu de piquant dans votre vie. Célibataire, attention à ne pas utiliser votre dard à mauvais escient.



Gémeaux

J'aime, j'aime, j'aime, Gémeaux !



Sagittaire

Vous n'êtes peut-être pas une flèche mais au moins vous avez plusieurs cordes à votre arc.



Cancer

Vous vous sentez un peu fatigué en ce moment. Mangez un peu plus léger vous aurez moins mal au ventre.



Capricorne

"La PACES c'est de l'eau" - Voltaire.



Lion

Intégrité, Népotisme et Gratitude ne font pas bon ménage. N'ayez pas peur d'être un peu plus direct.



Verseau

Vous ferez un choix qui pourrait s'avérer intéressant pour votre avenir. En gros le poulet curry c'est peut-être un bon bail.



Vierge

C'est quand que vous allez mettre des paillettes dans ma vie ?



Poisson

Ce mois-ci, ne faites pas de vagues, attendez avec patience que l'eau coule sous les ponts.

Doctissimo: les perles

1. "Bonjour, Je suis enceinte depuis 6 mois et je me pose énormément de questions. Mon bébé peut elle tomber enceinte si je fais l'amour pendant que je suis enceinte ? Par exemple si je fais l'amour pendant ma grossesse, le sperme peut aller dans mon bébé et l'as mettre enceinte ? J'ai posé la question a mon docteur, il m'as certifié que non, mais je ne le crois pas à 100%."

"Uniquement si c'est une fille je crois."

2. "Bonjour, je me suis inscrite sur Doctissimo pour parler de mon problème. Il y a quelques mois, j'ai fait l'amour avec un cheval, et ça fait 4 mois que je n'ai plus mes règles, et j'ai couché il y a 4 mois avec le cheval! J'ai peur d'accoucher d'un poney ou d'un poulain! Peut-on tomber enceinte d'un animal ? Que dois-je faire? Accoucher ou avorter ? Je n'ai passé aucune échographie."

3. "SLT lé gens c rebecca. En fête je sui pal et jadorle noire le sen et souven jé peur de l'ail je j=kroi ke je ss un vampirre vs en pensé koi?"

"Un bon dico, et tout devrait s'arranger."



Le Ricard à 2€, la pinte de bière du moment à 3,90€, le verre de vin blanc à 2,50€, le verre de punch à 3,50€, le mètre de shooters à 25€

(offre non valable le vendredi et le samedi)

YUME SUSHI
sushis & japanese food

OLA!

- 20% de réduction sur l'addition, hors menus/ boissons/plats du jour (l'offre ne s'appliquera pas pendant la période du marché de Noël à Strasbourg, du 22/11 au 30/12)