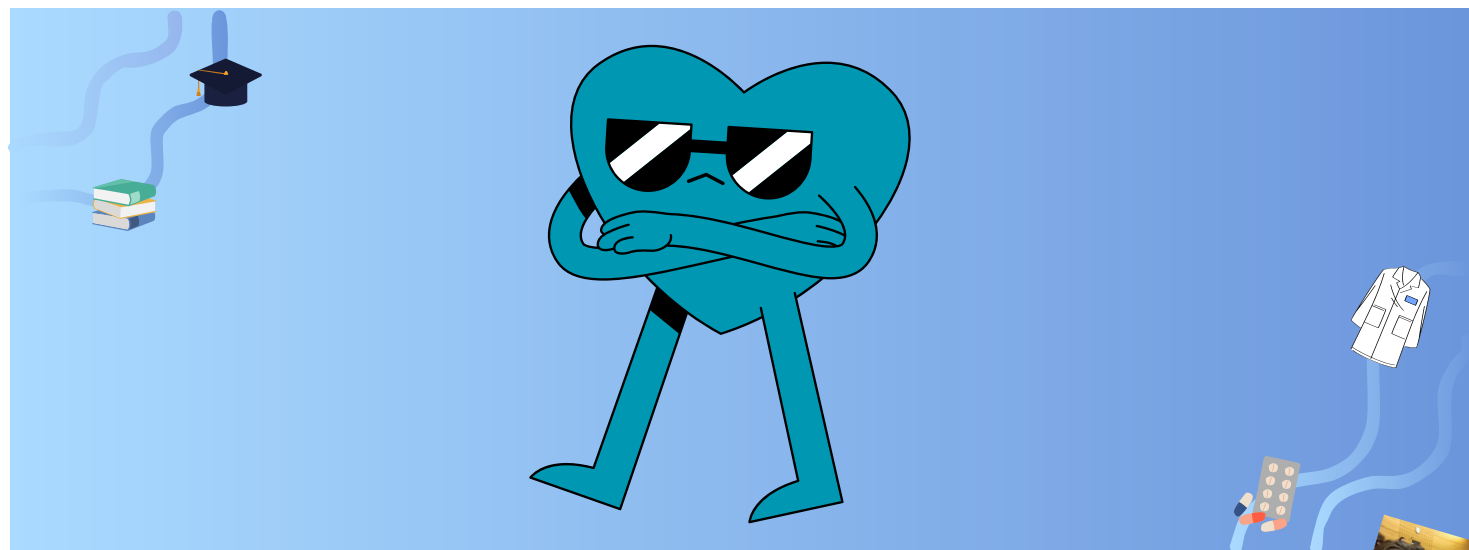




La Chronique Bleue



Tut'news



Les News d'Avril :

Candidatures Tut'Team :

En avril, le Bureau du Tutorat a fait passer des entretiens concernant son renouvellement pour l'année prochaine ! Si certains postes ont été pourvus, d'autres restent libres pour vous, les futur.e.s deuxième années ! De même, les postes de PM, Tuteurs.trices ou encore MA seront ouverts pour vos potentielles candidatures, alors n'hésitez pas, on vous attend !



Préparation à l'oral du S2 :

En mai seront organisés par vos VP Pédagos et Pôle Method'Oraux des oraux blancs pour vous préparer à ce dernier examen qui conclura votre année ! Des sujets types seront ainsi proposés par votre Pôle Méthodo pour celles et ceux concerné.e.s par le recrutement à l'oral !

Point Réseau Mars-Avril :



Congrès ANEMF :

En mars se sont déroulées les JEP* de l'ANEMF*, auxquelles Loha, Solène, Swann, Romane, Evane et Diane ont pu participer, évènement important afin de se former en santé mentale et bien-être étudiant.

"Ça m'a apporté TELLEMENT, mais genre +++ , limite je prends mon retourneur de temps pour refaire l'année !"

- Loha, à propos des JEP

Congrès ANEPF :

Du 4 au 6 avril, vos VP Com', Bien-Être et Réseau ont pris la route direction Bordeaux pour l'Assemblée Générale de l'ANEPF*, en compagnie de la Corpo Pharma !

L'objectif ? S'impliquer dans la vie de la fédération et se tenir au courant des actualités de la filière (avec par exemple la circulation d'une enquête nationale de santé mentale).

Ce congrès était aussi le lieu d'échange entre tutorats, sur des sujets tels que la mise en avant des études de pharmacie ou encore la réforme PASS/LAS.

En bref, cela a été un moment riche en projets, discussions et cohésion !



L'Agrément Ministériel :

Avril, c'est également le mois de remplissage des grilles permettant au Tutorat d'obtenir un Agrément du Ministère de l'Enseignement Supérieur. L'Agrément permet de distinguer la qualité des services proposés par le Tutorat, mais il s'inscrit également dans une volonté constante d'améliorer l'offre d'accompagnement des étudiants dans chaque faculté de santé française (et oui, rien que ça) !

JEP* = Journées Étudiantes du Printemps / ANEMF* = Association Nationale des Étudiants en Médecine de France / ANEPF* = Association Nationale des Étudiants en Pharmacie de France

Gala du congrès ANEMF à Tours avec les membres du réseau national TEES* !



TEES* = Tutorats d'entrée en études de santé

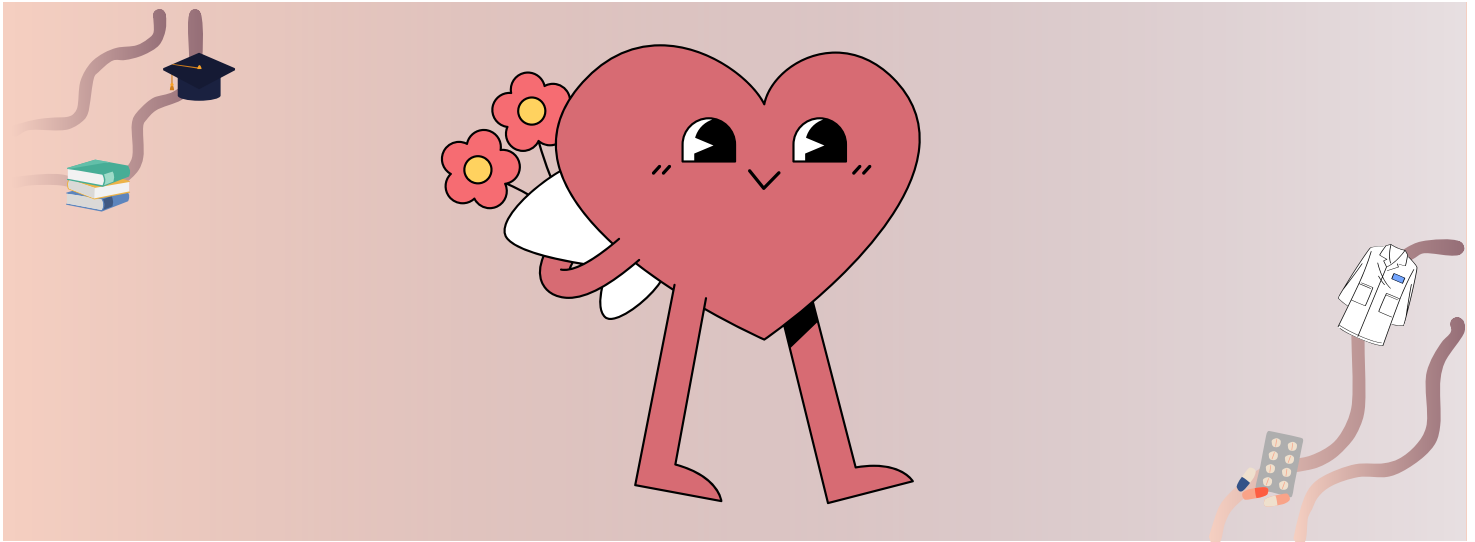
Une superbe photo d'une partie du bureau du Tutorat et de la corpo médecine au congrès ANEMF !



Justine, Manon et Evane au congrès de l'ANEPF !



Tut'photos :



La Tut'Team en révisions

Le petit message d'Evane et Swann :

"Je n'en peux plus, j'abdique, je veux des vacances, je veux dormir sur la plage et qu'on ne m'embête pas..."

En effet, ces semaines de travail acharné ne sont reposantes pour personne, que ce soit pour vous chers pious, ou pour vos membres du Tutorat Rennais, alors tenez bon, c'est enfin la dernière ligne droite ! Merci encore au photographe Swann, votre VP pédago, pour avoir immortalisé ce moment.

"Le bonheur c'est de dormir suffisamment. Rien que cela."
- Robert A. Heinlein



Le message de Quentin, votre super CM Bien-être :

"Oui, ces semaines de révisions peuvent vous paraître longues et difficiles à tenir, mais sachez que nous sommes aussi passés par là, et c'est un passage marquant de ce 2ème semestre, qui permettra aussi de beaucoup vous forger !

Vous serez fièr.e.s d'avoir donné le meilleur de vous une fois cette période terminée, alors foncez et accrochez-vous les champion.ne.s, ça en vaut vraiment la peine !"

Le petit mot d'encouragement : "Croyez en vos rêves, gardez en tête vos ambitions et essayez de voir chaque jour ce que vous avez entrepris et réussi à acquérir de nouveau !"

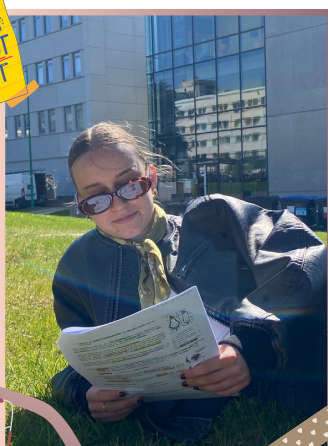


Et voilà maintenant une troisième photo d'une membre de la Tut'Team en pleines révisions : Elo, votre PM gold en train de charbonner la neurologie à l'extérieur de la BU, tout en profitant du beau temps breton !

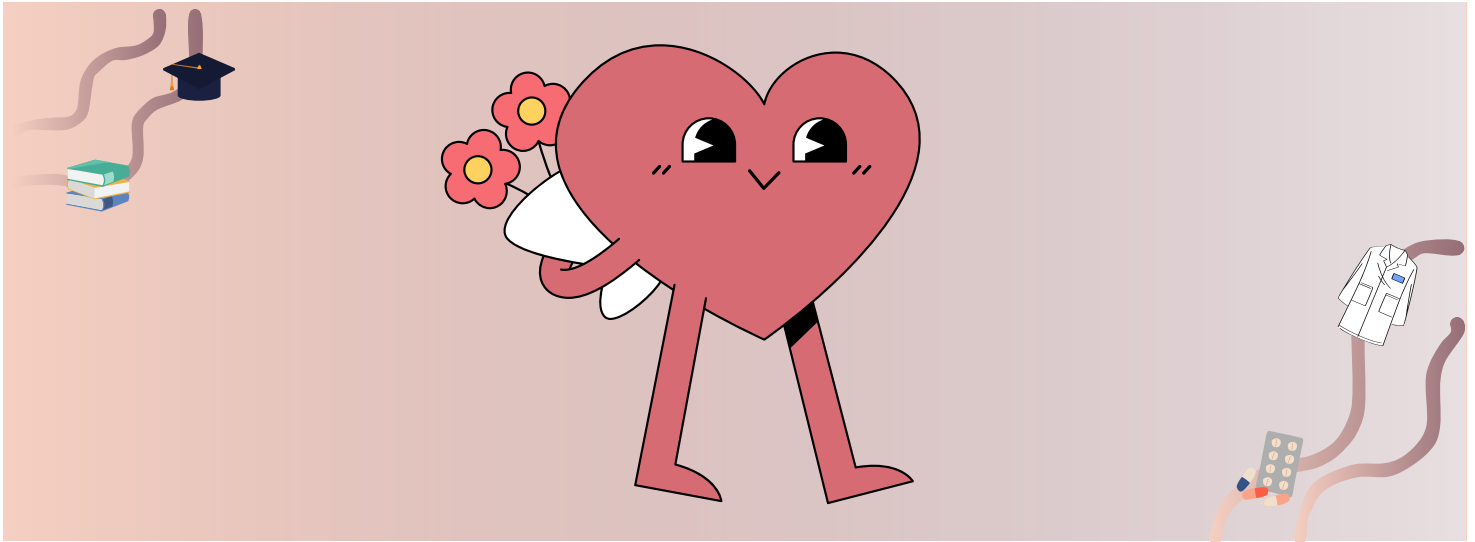
Merci à la photographe Anna, votre Tutrice de SHS adorée.

Le petit mot d'encouragement d'Anna : "Dernière ligne droite sous le soleil, vous verrez que c'est plus fun que la pluie et le mauvais temps !!!"

"Un seul rayon de soleil suffit à dissiper des millions d'ombres."
- François d'Assise



Tut'photos :



La Tut'Team en révisions

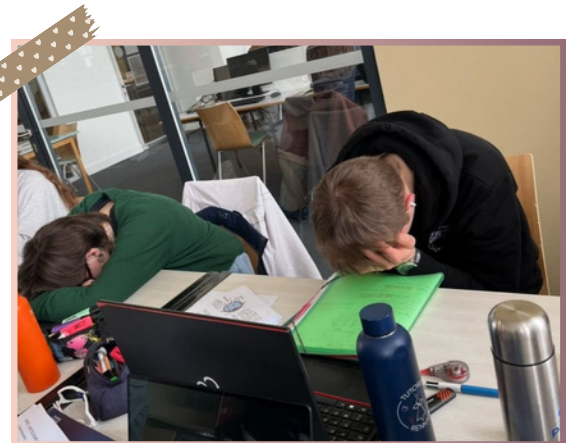


Voici Julie, superbe Marraine, et Estelle, votre incroyable Tutrice de Biostatistiques, à deux moments différents de leur session de révisions ! En effet, vous pouvez voir Estelle en plein craquage après avoir passé un peu trop de temps à revoir l'infectiologie sur anki (*apprendre tous les virus, bactéries, parasites et champignons par cœur, ce n'est finalement pas si fun*), et Julie, avec un grand sourire face à ses cours de nutrition (*et oui, vous verrez à nouveau le métabolisme des glucides en 3ème année de médecine*) !

Nouvelle photo de vos merveilleux CMs Bien-Être, Quentin et Maëlle, travaillant efficacement...euh...déprimant efficacement sur leurs nombreuses pages à apprendre pour leurs partiels... (*force à eux*)

Vous pouvez ainsi remarquer que nous sommes finalement tous et toutes dans le même bateau quand il s'agit de réviser, peu importe l'année et la filière. La Tut'team vous envoie donc plein de courage pour surmonter cette période éprouvante et intense !

"J'aime le travail : il me fascine. Je peux rester des heures à le regarder." - Jerome K. Jerome



Voici maintenant Loha et moi, en pleine session de révisions organisée par le Pôle Bien-Être !

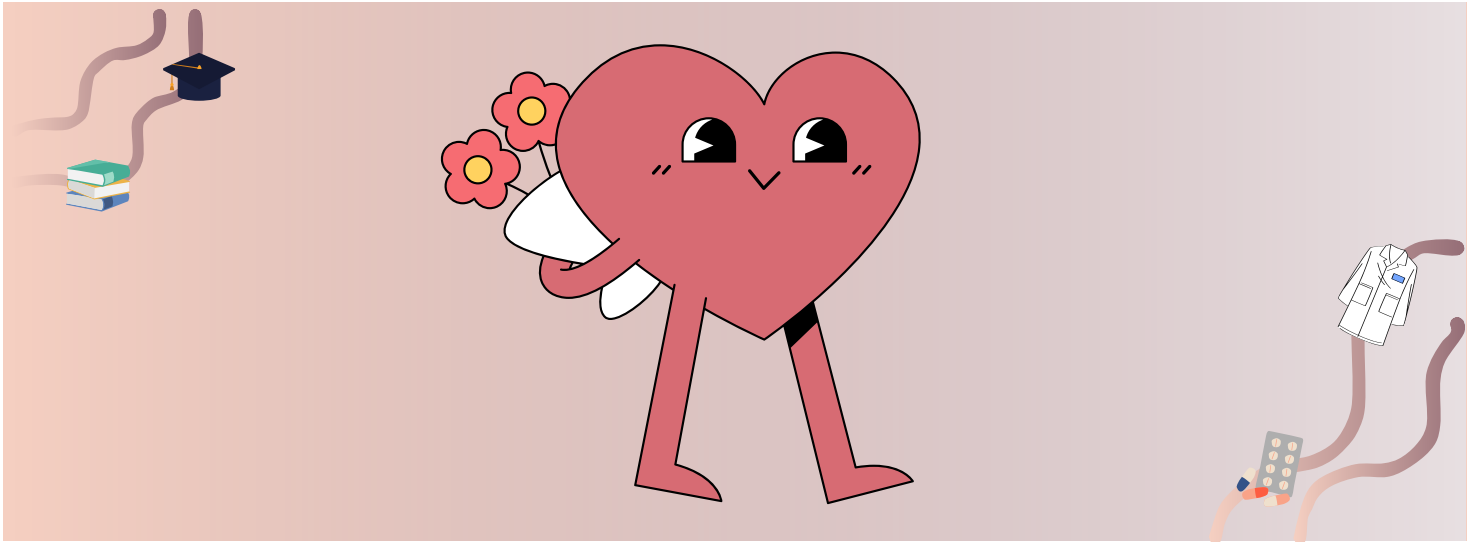
Notre fluo jaune, gourde et ordinateur comme seules armes, il est temps d'en découdre avec ces cours interminables !

Nous vous envoyons donc toute notre force pour le travail que vous avez à fournir avant vos examens du S2 ! Croyez en vous et en vos capacités !

"Il est dur d'échouer ; mais il est pire de n'avoir jamais tenté de réussir." - Franklin Roosevelt



Tut'photos :



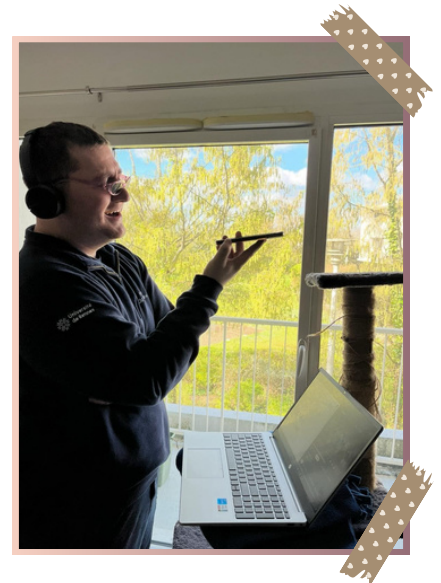
La Tut'Team en révisions

Petite photo de Nathan, votre fantastique CM Bien-Être, en plein enregistrement d'un absolu banger : le Tut'Organisé (disponible la chaîne Youtube du Tutorat Rennais) !

Si vous n'avez pas encore écouté la musique, on vous incite fortement à le faire, car elle vous apportera motivation et énergie pour continuer vos efforts face aux piles de cours qui vous attendent ! (et merci encore au Pôle BE pour tous leurs projets qui mettent du baume au cœur <3)

La Tut'team vous accompagne donc pendant vos sessions révisions, et ce, même en chanson !

"La musique donne une âme à nos cœurs, et des ailes à la pensée." - Platon



Dernière photo de ce Tut'Photos spécial révisions, où vous pouvez apercevoir le Bureau au complet !

Que ce soit vos VP Pédagos, VP Com', OREO, BE, VP Site, Réseau ou encore vos Pilotes, tout le Tutorat est là pour vous, vous accompagner, vous écouter et répondre à vos questions.

Les périodes de révisions sont toujours des moments rudes et stressants, mais n'oubliez pas que vous n'êtes pas seul.e.s, et que nous sommes là pour vous en cas de besoin.

Ne lâchez rien, donnez tout, sans oublier de bien vous nourrir et reposer !

"Choisissez un travail que vous aimez, et vous n'aurez pas à travailler un seul jour de votre vie."

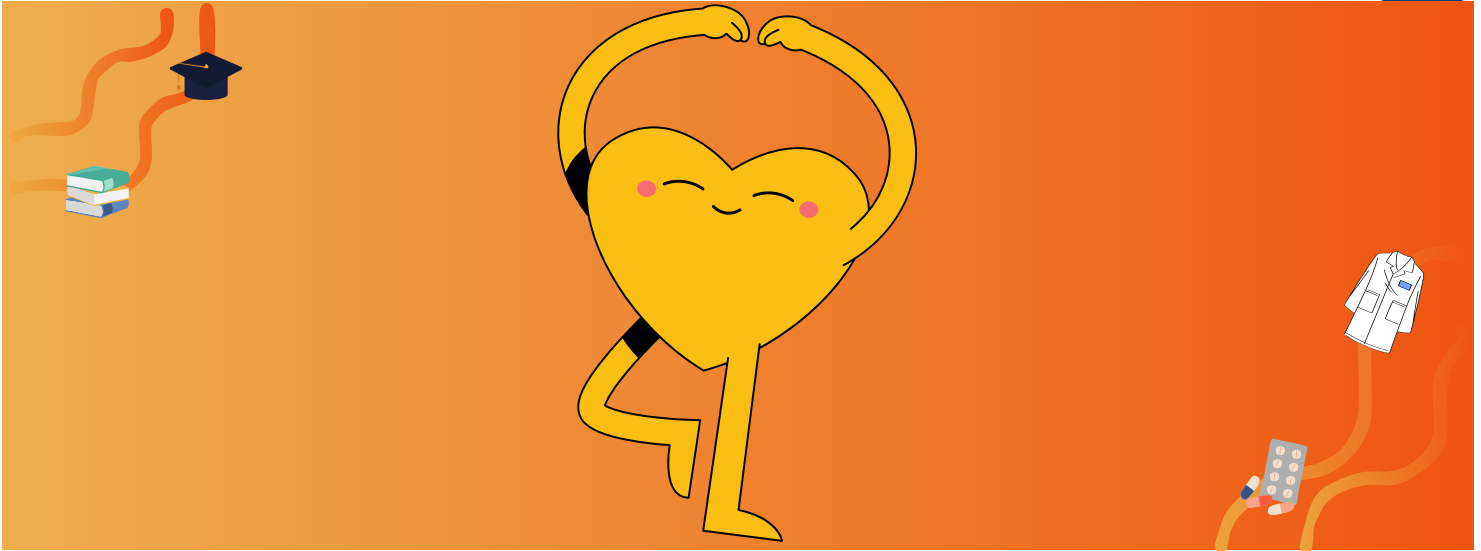
- Confucius



Bon courage pour vos épreuves !



Tut'testes :



À quelle maison de Tut'Poudlard appartiens-tu ?

Quelle filière souhaites-tu intégrer ?

- Dentaire, meilleure filière !
- Médecine, quelle question !
- Pharmacie bien évidemment !
- Kiné ou maïeutique pardi !

Face à un examen :

- Tu connais tes cours sur le bout des doigts ! Comme quoi, les nocturnes à la BU depuis janvier, ça fonctionne !
- Tu as tout revu au dernier moment, mais tu sais que ça passera, donc tranquille !
- Tu triches sur ta voisine, en espérant qu'elle ait mieux révisé que toi...
- Tu arrives avec un peu d'avance et es confiant.e. Après tout, tu as écouté attentivement chaque cours, donc il n'y a pas de raison !

Ton personnage préféré dans la saga Harry Potter serait :

- Le professeur Rogue, car tu adores son sarcasme et son ironie !
- Hermione Granger, pour son intelligence et sa perspicacité à toute épreuve !
- Luna Lovegood, car comme elle, tu es un peu rêveur/rêveuse...
- Le professeur Lupin, pour son courage et l'amour qu'il éprouve envers ses amis et sa famille.

Tes matières préférées seraient plutôt :

- L'anatomie et l'histologie, car ce sont les matières les plus concrètes.
- Les matières scientifiques comme les biostatistiques, la physiologie ou la biophysique !
- Les matières littéraires, comme la SHS par exemple !
- L'embryologie et la biologie cellulaire, car tu trouves les cellules trop mignonnes !

Après l'examen de fin d'année, tu aperçois un collègue P1 pleurer seul :

- Tu vas le voir et le réconfortes comme tu peux, lui disant qu'il a fait de son mieux, et qu'il peut être fier de lui !
- Tu l'ignores et continues de discuter avec tes ami.e.s des réponses que vous avez mises au QCM 37 item C.
- Tu lui offres ton goûter, et lui conseille de s'adresser au Pôle Bien-Être en cas de besoin.
- Tu lui susurres "ssssssélection" à l'oreille...

Si tu étais au Tutorat Rennais, tu serais :

- Tuteur.trice, pour pouvoir transmettre tous tes merveilleux et passionnants savoirs !
- Parrain/Marraine, pour pouvoir aider au max les P1 et les rassurer !
- Pilote, car tu es polyvalent.e et que tu as une vraie âme de leader !
- VP pédago, pour pouvoir taper sur les doigts des tuteurs.trices (muahahahaha)...

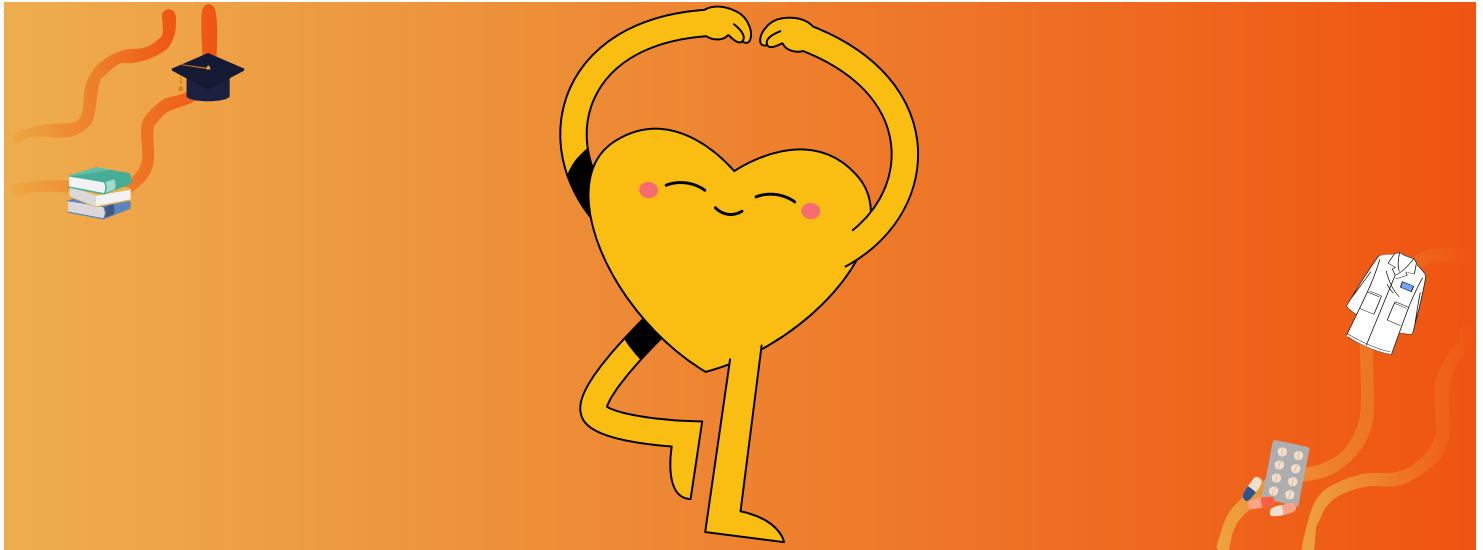
Si tu devais renommer "le Tutorat Rennais", tu l'appellerais :

- Le Tutorat Renié
- Les Tutos de René
- Le Tutorat Renaît
- Le Tutorat Rennais

Ton sort préféré serait :

- Wingardium Levioooooosaaaaaa, pour impressionner tes potes par ton élocution impeccable (même Hermione est émerveillée) !
- Alohomora, pour te faufiler partout dans la faculté...
- Expecto Patronum, pour combattre les ténèbres par la lumière.
- Épiskey, pour soigner n'importe qui en un coup de baguette magique !

Tut'testes :



À quelle maison de Tut'Poudlard appartiens-tu ?

Si la plupart de tes réponses sont de couleur **violette**, tu fais partie de la maison **Serpentard** !

Maison fondée par **Salazar Serpentard**, elle accueille les personnes ambitieuses, rusées et ingénieuses !

En effet, tu es plein.e de malice et n'hésites pas à dire ce que tu penses. Tu n'as peur de rien, et ce n'est pas l'examen de fin d'année qui va contredire cela !

Tu es destiné.e à être un.e futur.e professionnel.le de santé excellent.e, cherchant toujours à s'améliorer et se perfectionner.

Par ailleurs, comme bon nombre de tes camarades Serpentards, tu as fait LV2 Fourchelang, et ne te gênes jamais pour chuchoter "ssssssss" à tout va dans la BU, ce qui n'est pas sans stresser les autres P1... Fais tout de même attention à ne pas basculer du côté obscur de la force, et veille bien à utiliser tes atouts pour le bien commun !

Si la plupart de tes réponses sont **roses**, tu fais partie des valeureux **Gryffondor** !

Maison fondée par **Godric Gryffondor**, elle accueille les personnes courageuses, déterminées et braves !

En effet, rien que ta capacité à affronter une première année de santé atteste de ta force mentale et ta persévérance sans limite !

En tant que professionnel.le de santé, tu n'hésiteras jamais à donner le meilleur de toi-même pour soigner tes patients : en fait, tu es un peu ce preux chevalier défendant les plus démunis face aux maladies !

Néanmoins, tu peux parfois te montrer impatient.e et impulsif.ve. Reste calme, fais fonctionner tes méninges et fais le bon choix !

Enfin, ta devise est "Plus grand est l'obstacle, et plus grande est la gloire de le surmonter." de Molière.

Si la plupart de tes réponses sont **cyan**, tu fais partie de la maison **Poufsouffle** !

Créée par **Helga Poufsouffle**, cette maison accueille les personnes sincères, justes et humbles.

Ici, tout le monde est la bienvenue, et même si l'effigie de blaireau ne fait pas vraiment rêver, votre salle commune à côté des cuisines attire les jalousies, tout comme l'installation d'une cafet' dans le bâtiment dentaire a rendu envieux.ses les étudiant.e;s en médecine et pharmacie...

Bienveillant.e et loyal.e, tu seras un.e professionnel.le de santé à l'écoute et désireux.se de remplacer les larmes par les sourires, et les pleurs par les rires.

Profondément gentil.le, tu as du mal à dire non, ce qui laisse souvent les gens profiter de ta sympathie à tes dépends. N'hésite donc pas à t'affirmer, car malheureusement, le monde n'est pas rempli que de bisounours...

Si la plupart de tes réponses sont **vertes**, félicitations, tu es un.e **Serdaigle** !

Maison fondée par **Rowena Serdaigle**, elle regroupe les personnes sages, douées et érudites.

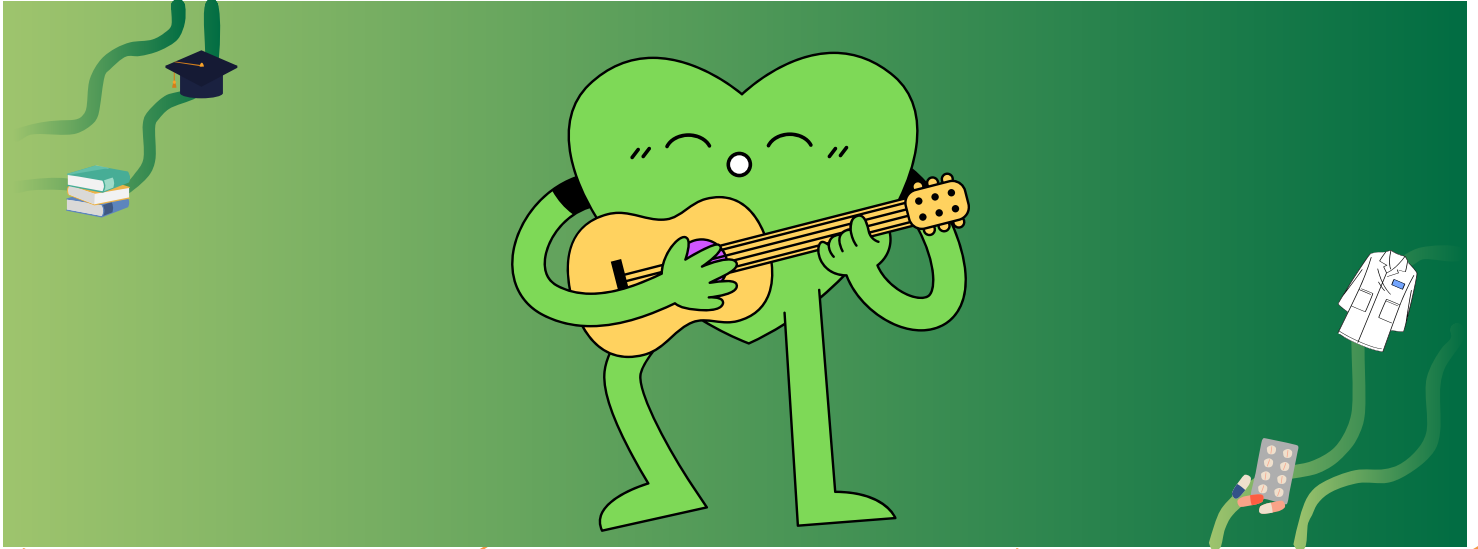
En effet, ton temps passé à la BU n'est qu'une preuve supplémentaire de ton amour pour les mots et les livres (surtout quand il s'agit des livrets du Tutorat).

En tant que professionnel.le de santé, tu seras très observateur.trice et n'aura pas de mal à faire les bons choix pour soigner les patients que tu verras.

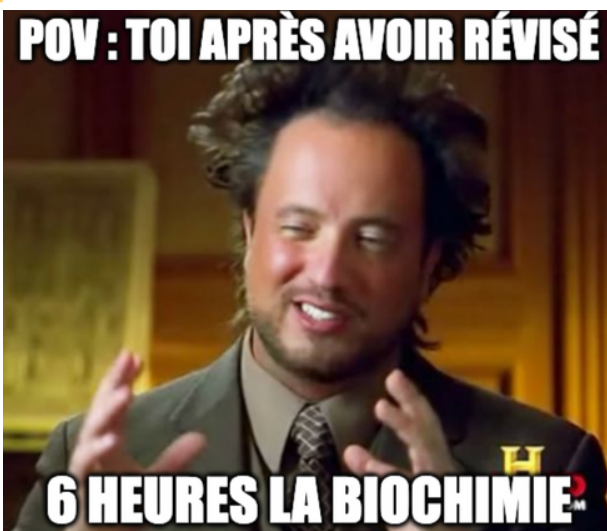
Cérébrale dans l'âme, tu analyses tout ce qui t'entoure, mais méfie-toi de ne pas trop vivre enfermée dans tes pensées. Un conseil : Carpe Diem, (ou Hakuna Matata pour les fans de Disney).

Enfin, ta citation préférée est "Si la matière grise était plus rose, le monde aurait moins les idées noires." de Pierre Dac.

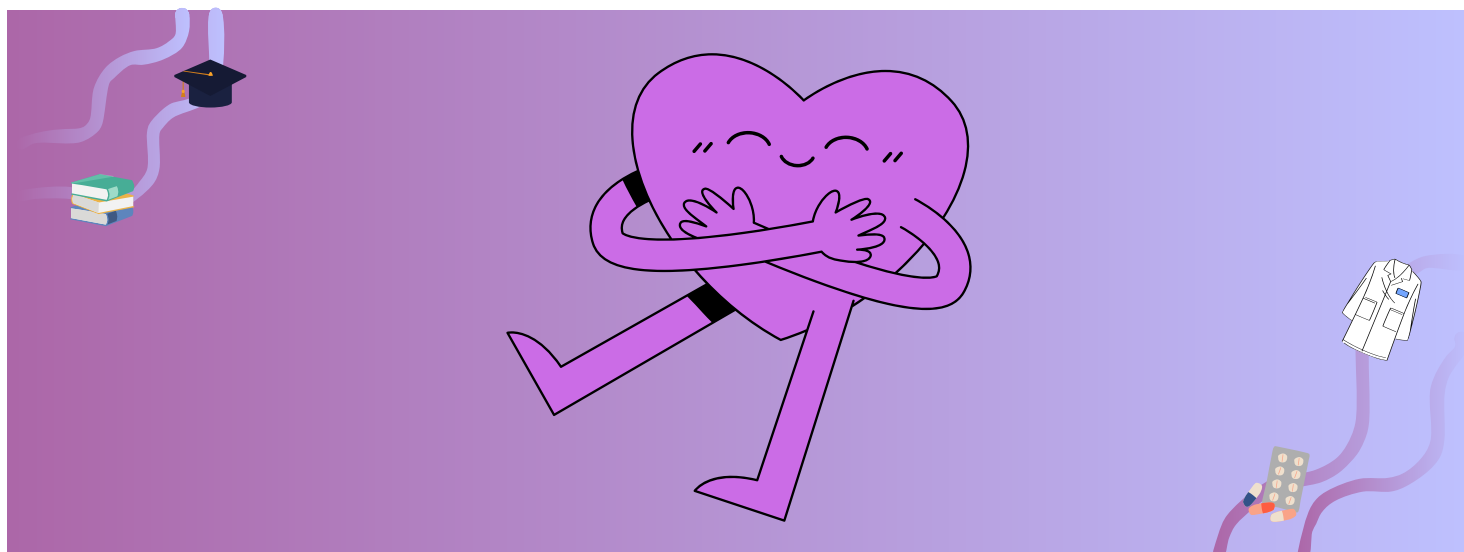
Tut'marres



Instant Mêmes



Tut'motives



La Playlist Bien-Être



La Playlist Tut'Concentres (90 titres, 4h40 de pure concentration) :



Pas facile de rester concentré.e toute la journée et de suivre la cadence pendant ces jours intenses de révisions ?

Et si tu essayais la playlist **Tut'Concentres** pendant tes sessions de travail ou sur les moments qui te semblent propices à la focalisation et l'attention maximale !

Parfois, il peut suffire de quelques notes musicales pour rester attentif.ve et mobilisé.e ; alors n'hésite pas champion.ne !



"Il y a deux moyens d'oublier les tracas de la vie : la musique et les chats." - Albert Schweitzer

La Playlist Tut'Motives (74 titres, 4h40 de motivation on fire !) :

Tu ressens une petite baisse de motivation ou simplement une envie soudaine de t'ambiancer en te levant le matin, dans les transports ou même entre deux cours ?

Cette playlist **Tut'Motives** est faite pour toi !

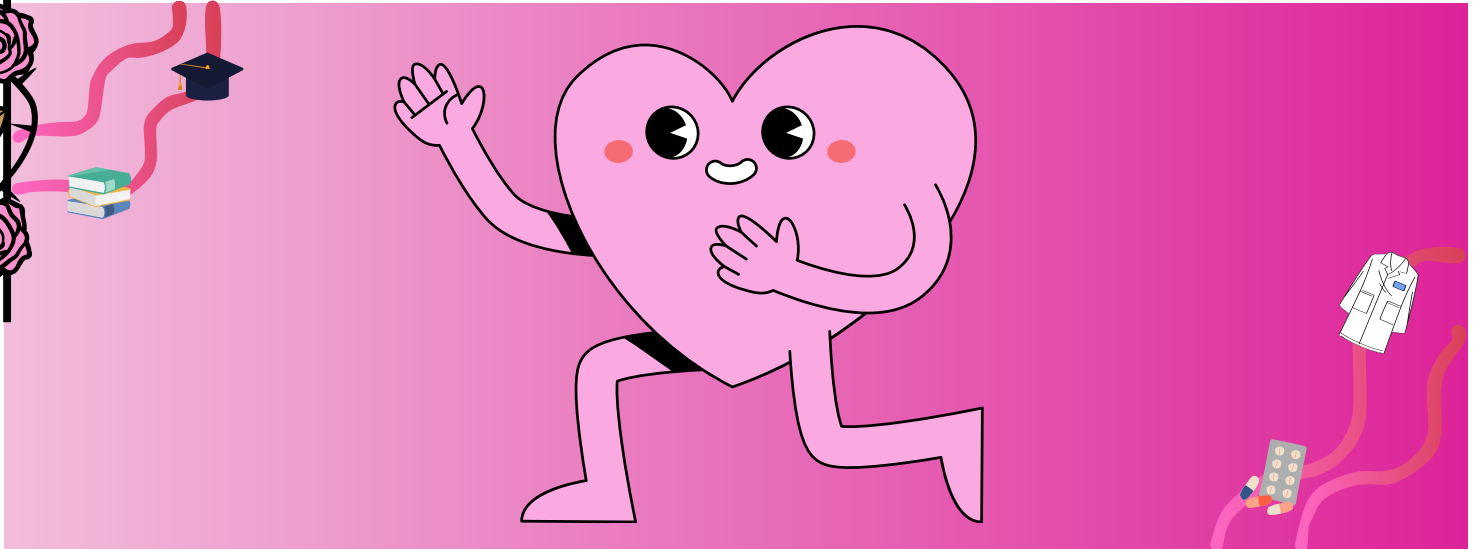
Avec ces différents titres musicaux que nous avons sélectionnés pour toi, tu pourras refaire le plein d'énergie pour te donner à fond sur tes sessions de révisions et garder la détermination à toute épreuve !

"La vie sans musique est tout simplement une erreur, une fatigue, un exil." - Friedrich Nietzsche



Merci au **Pôle Bien-Être** pour ce projet musical, et à **Quentin** pour la rédaction de cette page feel good spéciale révisions !

On vous souhaite une bonne écoute !



Ode au Tutorat <3

Mille mercis

Le soleil adoucit les visages,
 Apaise les traits, et les nuages.
 La fin d'année se profile,
 Les heures filent,
 Et face aux partiels je me défile...
 Un coup d'œil en arrière,
 Je vois le Tutorat et sa bannière,
 Imperceptiblement mon cœur se serre.
 Les merveilleux moments,
 Me reviennent en un instant,
 Les amis, les évènements,
 Les rires, l'examen blanc,
 "Sois fier, sois grand".
 Comment définir une aventure telle ?
 Plus belle que les étoiles dans le ciel,
 Ou les gouttes d'une pluie torrentielle ?
 Deux ans de projets et de rencontres,
 Mais le temps s'échappe de ma montre.
 Merci le bureau pour votre confiance,
 Et pour m'avoir donnée cette chance.
 Merci les pious pour votre motivation,
 Et le Pôle Bien-Être pour les bonbons.
 Merci le Tutorat pour ce voyage inoubliable,
 Et votre bienveillance inégalable.
 Je vous souhaite une belle continuation,
 Et des larmes de joie,
 Comme seul émoi.

Et voilà, c'était la dernière Chronique Bleue de l'année. J'espère sincèrement que ce concept vous aura plu. J'ai été heureuse de pouvoir le mettre en place avec le Bureau 2024-2025 !

Merci aussi à mes co-tuteurs et aux VP Pédagos pour ces deux ans en tant que tutrice de SHS ! Le droit va me manquer haha

Je vous souhaite à vous les pious, et aux actuels membres de la Tut'Team, le meilleur pour la suite ! Bon courage pour vos cours et le reste de votre parcours !

"Exister, c'est oser se jeter dans le monde." - Simone de Beauvoir

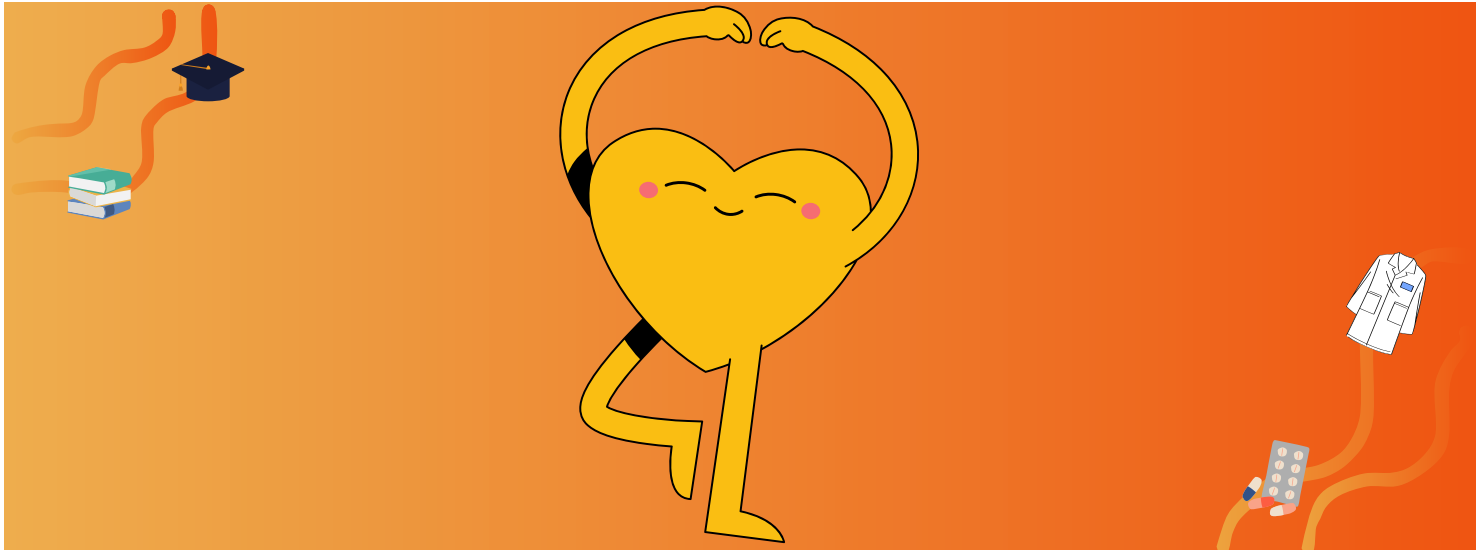
Des bisouuuuuuuus !

-Marie



**Via della Fortuna = Rue de la Chance*

Bonus :



Quel.le membre de la Tut'Team es-tu ?

Ta principale qualité serait :

- Ta pédagogie : tu adores expliquer les cours à tes ami.e.s en difficulté.
- Ton empathie sans faille : tu es toujours là pour remonter le moral des autres.
- Ta joie naturelle : tu es un vrai petit rayon de soleil !
- Ton sens de l'organisation incroyable : tu utilises Excel comme personne !

Quand tu ne travailles pas tu :

- Cuisines un bon petit plat, tout en regardant Top Chef.
- Tu lis un bon livre tout en buvant ta tisane.
- Regardes une série sous ton plaid préféré !
- Dors profondément tellement tu es fatigué.e...

Ta couleur préférée est :

- Le bleu marine, couleur du Tutorat !
- Le vert, couleur de l'espoir !
- Le jaune, comme le Soleil !
- Le rose, car tu vois la vie en roooooose !

Ta matière préférée est :

- Impossible de choisir, tu les adores toutes (oui, oui, même la biophysique !)
- Les biostatistiques, bien évidemment !
- La SHS, et surtout les cours sur la psychologie !
- Les cours de cuisine de Quentin, ça compte ?

Ta dernière recherche Internet serait :

- "5 conseils pour bien optimiser son temps de travail"
- "Comment rédiger des mails pour envoyer au Professeur Belaud ?"
- "Cours de yoga facile, 30 minutes"
- "Comment cracker canva pro ?"

Si tu étais un super-héros, tu serais :

- Santé Mentaliste : capable de comprendre les émotions de n'importe qui, et de trouver les mots justes pour les aider !
- Parraimbow, pour créer des arcs-en-ciel partout où tu passes, et égayer chaque nouvelle journée, même la plus triste !
- Téléportuteur, pour pouvoir te téléporter dans n'importe quel amphi, toujours accompagnée de ton adaptateur, utile pour connecter ton ordinateur au vidéo projecteur !
- Pilote de chasse : Avec ton jet pack intégré, tu peux voyager où tu veux, et quand tu veux !

Ta boisson préférée est :

- Le café, rien de tel pour recharger les batteries !
- Un jus d'oranges, source de vitamines !
- Un thé matcha, accompagnant à merveille ton goûter !
- Une boisson énergisante : Redbull donne des aiiiiiles !

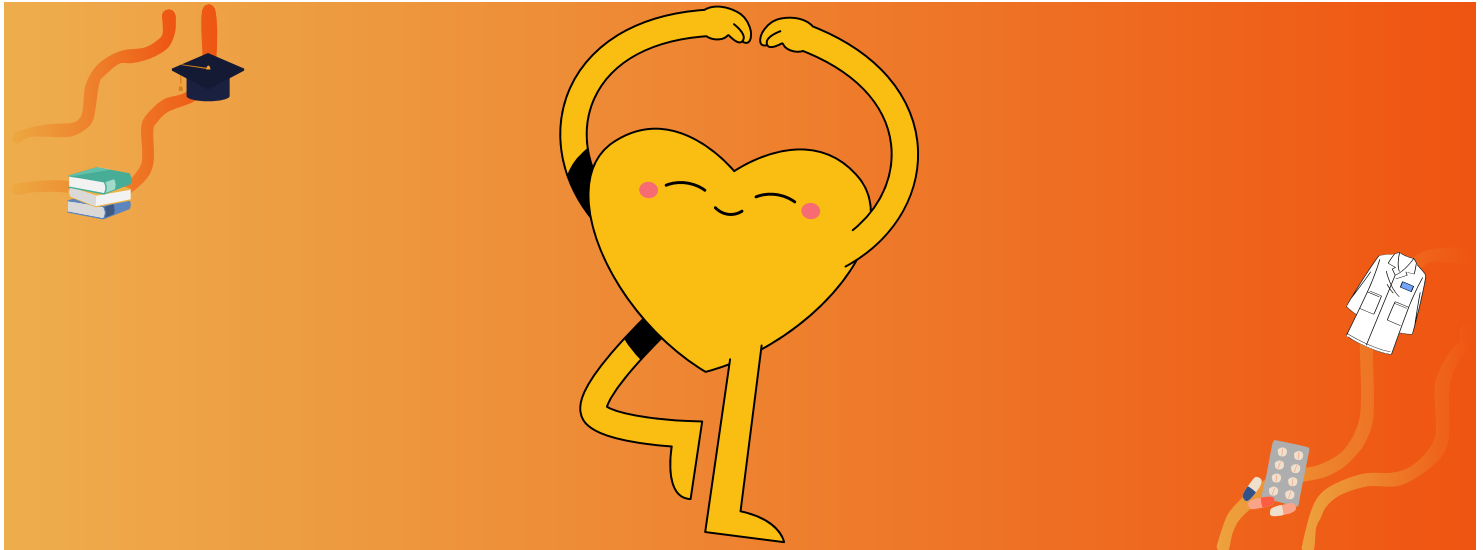
Le livre qui te servirait le plus serait :

- "Faire des memes drôles en 3 étapes"
- "Comment remonter le moral de son piou volume 1"
- "100 recettes faciles à faire chez soi"
- "Les 12 secrets de la comptabilité"

Le meilleur moment de la journée est selon toi :

- La pause goûter !!!
- La nuit, idéale pour être plus au calme.
- Le matin, quand tu es encore plein.e d'énergie.
- Le midi, quand le Soleil est au zénith.

Bonus :



Quel.le membre de la Tut'Team es-tu ?

Si la plupart de tes réponses sont de couleur **orange**, bien joué, tu serais un.e futur.e membre idéal.e du pôle Bien-être !

Très empathique, tu es toujours à l'écoute des soucis des autres, et aimes résoudre les conflits. Tu apaises les tensions partout où tu vas et tout le monde apprécie passer du temps avec toi.

Par ailleurs, tu ne rates jamais une émission culinaire, et connais toutes les saisons du Meilleur Pâtissier par cœur ! Tu rêves même un jour d'enfin y participer, et d'écrire ton propre livre de recettes. Tu maîtrises le tempérament du chocolat comme personne, et tu as toujours une rozell dans ta poche !

Enfin, ton Disney préféré est "Ratatouille" et ton idole est Cyril Lignac.

Si la majorité de tes réponses sont **bleu marine**, tu serais parfait.e au poste de Pilote du Tutorat Rennais ! Polyvalent.e et organisé.e, tu manies Excel et Microsoft Word comme personne. Tu préfères les mails aux messages, et tu envoies des google forms à ton/ta crush pour pouvoir lui demander de sortir avec toi...

Tu es également un.e expert.e en comptabilité : la trésorerie n'a plus aucun secret pour toi !

Si tu n'avais pas fait médecine, le secteur de l'économie ou de la finance t'auraient bien plu !

Enfin, ton idole est "Le Professeur" dans "la Casa de Papel", car tu as toujours rêvé de voler une banque, et tes livres préférés sont les magazines Picsou !

Si la plupart de tes réponses sont **roses**, tu ferais le/la tuteur.trice idéal.e !!!

Pédagogue, attentif.ve et patient.e, tu n'hésites pas à expliquer chaque notion de cours. Toujours là quand on a besoin de toi, tu prends toujours de ton temps pour aider celles et ceux dans le besoin. Tu as même des petites vidéos de toi en train d'expliquer la stéréoisométrie à tes ami.e.s.

Très souvent connecté.e sur la BU virtuelle, tu adores répondre aux questions, et es bien souvent le/la plus rapide à fournir une réponse !

Cependant, tu es un peu maléfique sur les bords, et rêves de créer un sujet de conférence impossible à réaliser...

Enfin, ton film préféré est "E.T., l'extra-terrestre", et tu écoutes en boucle "On m'appelle Hitti" sur Youtube (*disponible sur la chaîne du Tutorat Rennais, on vous conseille vivement d'aller l'écouter*) !

Si la majorité de tes réponses sont de couleur **verte**, alors tu ferais un parrain ou une marraine incroyable : les futurs P1 se bousculeraient même pour te choisir comme PM en début d'année !

Toujours de bon conseil, tu es altruiste dans l'âme et n'hésites jamais à aider quiconque te le demande ! Tu es un peu cet.te ami.e discret.e, mais sur qui on peut toujours compter, et ce à n'importe quelle heure de la nuit ou de la journée.

Avec toi, on sait qu'on peut se confier sans aucun jugement, et toujours avec bienveillance.

Enfin, ton film préféré est "Le Parrain", et ton personnage préféré est La Fée Marraine dans "Cendrillon".

