Inès Steimer,
étudiante en DFGSM3



La Gazette du Carabin Strasbourgeois

Édition mensuelle
OCTOBRE 2026



SOMMAIRE

La recette	p.2
Les reco's ciné	p.3
Le point culture	p.4
Le point prévention	p.5
Les horoscopes	p.6
Le point échange : Erasmus	p.8
Le point écolo'	p.10
L'espace gaming	p.11
Le meme	p.13
Le défi du mois	p.13
La pépite du mois	p.14
Le café du mois	p.14
Les évents	p.15
Le photo dump	p.16

Utile en cas de pénurie, la gazette fait aussi papier WC. Pense à notre planète et recycle le journal en le jetant dans la poubelle appropriée !
Le destin de la gazette n'est pas d'envahir les déchèteries de la ville : n'hésite pas à l'emporter avec toi !

LA RECETTE

Elaura Fritsch
Étudiante en DFGSM3



🍂 *La recette d'octobre : le crumble pommes-cannelle* 🍂

En octobre, les pommes sont de saison ! Pour un dessert gourmand, économique et ultra facile, on mise sur un grand classique qui sent bon l'automne. Pas besoin d'être un chef étoilé pour le réussir !

🛒 Ingrédients (pour 4 portions) :

- 4 pommes
- 100 g de farine
- 60 g de beurre
- 50 g de sucre
- 1 cuillère à café de cannelle (facultatif)



👩‍🍳 Préparation : 10 min de préparation, 30 min de cuisson

1. Préchauffez le four à 180 °C.
2. Épluchez les pommes et coupez-les en petits morceaux. Disposez-les dans un plat allant au four et saupoudrez de cannelle.
3. Dans un saladier, mélangez la farine, le sucre et le beurre froid coupé en dés, jusqu'à obtenir une texture sableuse.
4. Répartissez ce mélange sur les pommes.
5. Enfournez pendant environ 30 minutes, jusqu'à ce que le dessus soit bien doré et les pommes fondantes.

Le tout pour seulement 3 à 4€ ! 🐁
Ajoutez quelques noix si vous en avez dans vos placards pour encore plus de croquant !

À déguster tiède, sous un plaid, après une longue journée à la fac ✨

LES RECO'S CINÉ



15/18

La psychiatrie ça t'intéresse ?

Ce film suit un interne qui se retrouve en stage en service de pédopsychiatrie. Il va faire la rencontre de jeunes aux profils divers, qui ont grandi dans des environnements différents et qui, chacun à leur manière, tentent de se reconstruire face à un personnel hospitalier qui, quant à lui, doit faire face à la pression du service.

Entre fragilité, bouleversement et attachement, 15/18 nous plonge dans un service de pédopsychiatrie, qui explore les souffrances des adolescents, les relations humaines mais également les défis et enjeux de la santé mentale.

The social reckoning

En 2021, Frances Haugen, employée chez Facebook, découvre l'envers du décor du réseau social via une série de documents qui cachent des informations préoccupantes sur les pratiques de l'entreprise. Parmi ces informations, se trouve notamment le fait que l'entreprise savait que l'application pouvait avoir des effets néfastes sur les utilisateurs avec notamment des processus de radicalisation chez les jeunes.

De là, l'employé va s'associer à un journaliste d'investigation pour enquêter sur les pratiques frauduleuses de Facebook.

Inspiré de faits réels, ce film, entre révélations et pouvoir, propose une enquête qui permet de questionner la place et la responsabilité des réseaux sociaux.





Les misérables

Tu as sûrement déjà entendu parler de ce classique. Cette adaptation suit l'histoire de Jean Valjean, de retour après 19 ans de bagne. Celui-ci se reconstruit sous une fausse identité et va accepter de veiller sur Cosette, fille d'une ouvrière mourante.

De là, Jean Valjean va s'attacher à la jeune enfant en tentant de l'élever comme sa propre fille jusqu'à ce que son passé le rattrape…

Entre injustice et sacrifice, cette adaptation de l'œuvre de Victor Hugo retrace le destin de Jean Valjean, mêlant espoir, amour et quête de liberté.

Le fantôme de l'Opéra

Christine, jeune chanteuse à l'Opéra de Paris, rencontre une mystérieuse personne, qu'elle appelle l'ange de la musique, qui lui donne des conseils pour améliorer sa voix. Christine va ensuite vouer une sorte de passion obsessionnelle pour cet homme mystérieux, le fantôme de l'Opéra. Mais quand son amour de jeunesse refait surface, le fantôme de l'opéra pourrait bien vouloir la garder pour lui seul…

Entre mystères, passion et tragédie, *Le fantôme de l'Opéra* mêle romantisme et suspense dans les coulisses de l'opéra parisien.



LE POINT CULTURE

Auriane Gervilliers
Étudiante en DFGSM3



L'orchestre du Titanic : ces musiciens qui auraient joué jusqu'au bout

Dans la nuit du 14 au 15 avril 1912, alors que le Titanic sombre dans les eaux glacées de l'Atlantique Nord, huit musiciens auraient continué à jouer pour rassurer les passagers et limiter la panique. Cette scène, rendue célèbre par le film Titanic de James Cameron, reste l'un des épisodes les plus émouvants du naufrage. Mais ont-ils réellement joué jusqu'aux dernières secondes ?

Huit musiciens face à la catastrophe

Dirigé par le violoniste britannique Wallace Hartley, l'orchestre était composé de huit hommes, dont John Law Hume, Georges Krins et Roger Bricoux. Après la collision avec l'iceberg, les musiciens se seraient réunis pour jouer tandis que l'équipage organisait l'évacuation. Leur musique aurait contribué à apaiser les passagers dans cette situation dramatique.



Plusieurs survivants ont témoigné de leur prestation, mais leurs récits divergent. Le passager Algernon H. Barkworth raconte avoir entendu une valse, avant de constater, lors d'un passage ultérieur, que les musiciens avaient disparu. Le colonel Archibald Gracie affirma également qu'ils avaient cessé de jouer avant le naufrage. Il est donc impossible d'affirmer avec certitude qu'ils ont joué jusqu'aux toutes dernières secondes.

Quelle fut leur dernière mélodie ?

La question du dernier morceau reste elle aussi controversée. Dans le film de James Cameron, les musiciens interprètent l'hymne chrétien Plus près de toi, mon Dieu. Pourtant, certains témoignages évoquent plutôt une valse, parfois identifiée comme Songe d'automne. Faute de preuve définitive, la dernière mélodie jouée à bord demeure inconnue.



Aucun des huit musiciens ne survécut au naufrage. Aujourd'hui encore, leur histoire symbolise le courage et le dévouement face à la catastrophe. Même si certains détails restent incertains, leur prestation pendant l'évacuation a durablement marqué les mémoires.

Le bon plan culture

Passionné par l'histoire du Titanic ? Une exposition immersive ouvre ses portes à Strasbourg à partir du 9 octobre 2026. Au programme : plus de 300 objets et artefacts historiques, des reconstitutions du navire, des images 3D et une expérience en réalité virtuelle.

Lieu : Hall Tivoli, avenue Herrenschmidt, 67000 Strasbourg

Une occasion de replonger dans l'histoire du célèbre paquebot et de découvrir la vie à bord avant son tragique naufrage !

LE POINT PRÉVENTION

Resp' SGS
2026-2027

L'Hôpital des Nounours : la prévention au cœur d'un projet national

L'Hôpital des Nounours (HDN) est une action nationale de prévention et d'éducation à la santé destinée principalement aux jeunes enfants. Coordonné en France par l'Association Nationale des Étudiants en Médecine de France (ANEMF) et porté localement par de nombreuses associations étudiantes, ce projet permet de faire découvrir le monde de la santé de manière ludique, pédagogique et rassurante.

Le principe est simple : chaque enfant accompagne son nounours, devenu pour l'occasion un petit patient. À travers un parcours de soins reconstitué, le doudou est reçu en consultation puis orienté vers différents professionnels de santé. Les enfants peuvent ainsi découvrir, selon les organisations, différents espaces de soins comme la radiologie, la pharmacie, le cabinet dentaire, le bloc opératoire ou encore les soins infirmiers.

En prenant le rôle d'accompagnateur de leur nounours, les enfants découvrent progressivement un environnement qui peut parfois être source d'inquiétude. L'un des principaux objectifs du projet est ainsi de dédramatiser le monde médical et hospitalier et de réduire la peur de la « blouse blanche ». Grâce au jeu, à l'observation et aux échanges avec les étudiants, les enfants peuvent mieux comprendre le déroulement d'une consultation ou d'un soin.

L'Hôpital des Nounours constitue également un véritable outil de prévention primaire. Différents messages de santé, adaptés à l'âge des enfants, peuvent être abordés tout au long du parcours : l'hygiène, l'alimentation, le bon usage des médicaments ou encore la santé bucco-dentaire. Le projet permet notamment de sensibiliser les enfants à l'importance du brossage des dents tout en contribuant à réduire leurs appréhensions face au dentiste.

À Strasbourg, c'est l'AAEMS qui gère et coordonne le projet, en collaboration avec des étudiants issus de différentes filières de santé. Cette dimension pluriprofessionnelle permet aux enfants de découvrir la diversité des métiers du soin et de mieux comprendre le rôle de chacun dans leur prise en charge.

L'Hôpital des Nounours existe sous deux formats complémentaires. L'HDN Volant permet aux étudiants et bénévoles de se déplacer directement dans les écoles maternelles afin d'aller à la rencontre des enfants dans leur environnement habituel. L'HDN Fixe, quant à lui, accueille les classes de maternelle au sein de la faculté, où un véritable hôpital miniature est installé pour l'occasion.

Au-delà de la prévention auprès des enfants, le projet constitue également une expérience particulièrement enrichissante pour les étudiants bénévoles. Il leur permet d'apprendre à adapter leur communication aux plus jeunes, à utiliser des mots simples, à se mettre à leur hauteur et à instaurer une relation de confiance.



L'Hôpital des Nounours démontre ainsi que la prévention peut commencer dès le plus jeune âge et prendre une forme ludique. En permettant aux enfants de mieux comprendre leur santé et de découvrir le monde du soin sans appréhension, le HDN contribue à construire une relation plus sereine avec les professionnels de santé.

Tu souhaites aussi participer à l'aventure ? N'hésite pas à suivre l'AAEMS sur ses réseaux sociaux, ainsi que le groupe Facebook de l'Armée SGS, pour ne manquer aucune information sur les prochaines actions et rejoindre les bénévoles du projet !

LES HOROSCOPES

Bélier ♈
Général : tu as envie de te mettre des objectifs toujours plus hauts, c'est bien, mais n'oublie pas de ne pas te mettre trop de pression.
Côté santé : tu sais, tu n'es pas obligé de toujours vivre à cent à l'heure. Le repos, parfois, ça peut aussi faire du bien.
Côté amour : tu aimes séduire, mais il faudrait arrêter de se lasser au premier date, ça devient redondant à force.

Taureau ♉
Général : tu as besoin de temps pour démarrer, mais en persévérant, qui sait, tu réussiras peut-être à enfin atteindre tes objectifs.
Côté santé : le froid revient, mais non, dépenser tout ton argent en goûters ne te permettra pas de le vaincre.
Côté amour : il est grand temps de sortir de ta tanière pour faire de nouvelles rencontres, qui sait, une belle histoire est peut être à ta portée.

Gémeaux ♊
Général : le semestre a déjà bien avancé et tu t'efforces toujours à faire mille tâches à la fois… tente plutôt de te focaliser sur un seul objectif après l'autre.
Côté santé : toutes les sorties de début d'année c'est bien, mais il est grand temps de te reconnecter avec ton lit et de rattraper toutes ces heures de sommeil perdues.
Côté amour : octobre sera parsemé de rencontres, mais tu fais quand même attention à ne pas trop s'éparpiller.

Cancer ♋
Général : arrête de tout prendre personnellement, c'est pas parce que le mec assis en face de toi à la bu te regarde qu'il te déteste !
Côté santé : ose sortir de ta coquille et octobre aura plein de belles choses à t'offrir.
Côté amour : charme et délicatesse priment en toi ce mois-ci, alors n'hésite pas à t'en servir.

Lion ♌
Général : fais preuve de persévérance, et accomplissement et réussite seront à ta portée.
Côté santé : en octobre, ralentis un peu le rythme, penser un peu à toi te fera le plus grand bien .
Côté amour : on me dit à l'oreille qu'une nouvelle rencontre est sur le point de faire son entrée dans ta vie, alors saisis ta chance, qui sait, c'est peut-être le début d'une belle histoire.

Vierge ♍
Général : il est grand temps d'arrêter de stresser pour tes plannings à rallonge, lâcher un peu prise te fera un bien fou.
Côté santé : tu veux tellement bien faire que tu oublies de profiter, alors respire, tout va bien se passer !
Côté amour : n'aie pas peur de sortir de ta coquille, un simple message pourrait te réserver bien des surprises.

Balance ♎
Général : l'indécision est un vilain défaut, car non, ne pas savoir de quelle couleur surligner ton cours ne te permettra pas de l'éviter éternellement.
Côté santé : être motivé c'est bien, mais attention à ne pas compenser ton sommeil par le café. Repose toi, c'est plus important.
Côté amour : arrête de te tracasser avec ce que les gens pensent de toi, tu es parfait(e) comme tu es, tu n'as pas besoin de faire attention au regard des autres !

Scorpion ♏
Général : il est grand temps de faire un peu de rangement dans tes pensées non ? Un peu de changement te fera repartir de plus belle !
Côté santé : en octobre, accorde-toi des moments de détente, tu les as bien mérité ! Mais fais quand même attention à ne pas hiberner jusqu'à tes examens…
Côté amour : prendre le temps de réfléchir avant d'agir t'évitera bien des tensions inutiles.

LES HOROSCOPES

Sagittaire ♐
Général : octobre te réserve plein de surprises, mais évite quand même de vider ton compte à chaque sortie.
Côté santé : sortir c'est bien, mais attention aux lendemains de soirée, peut être que si tu n'avais pas négligé l'eau, tu aurais moins mal à la tête.
Côté amour : arrête de fuir dès que ça devient sérieux, ce n'est que repousser le problème à plus tard.

Capricorne ♑
Général : on n'est qu'en octobre et tu as un emploi du temps plus chargé que celui d'un ministre ? Accepter des soirées tous les soirs c'est bien mais il serait bien de commencer à jeter un coup d'œil à tes cours juste au cas où !
Côté santé : travailler c'est bien, mais il faut aussi savoir prendre un peu de repos
Côté amour : arrête de chercher l'amour partout, il est temps d'apprécier ta compagnie et de prendre soin de toi !

Verseau ♒
Général : fais un peu confiance à toi et à tes idées, elles pourraient bien te mettre sur le chemin de l'épanouissement et de la réussite.
Côté santé : et tes objectifs de rentrée, tu les as déjà oubliés ? Le but c'était de reprendre le sport, non ?
Côté amour : arrête de faire genre que tu n'as pas de sentiments, il va falloir apprendre à briser ta carapace.

Poisson ♓
Général : il est grand temps de sortir de ta zone de confort et octobre pourrait bien te mettre à l'honneur !
Côté santé : prends un peu de recul, ça te fera le plus grand bien.
Côté amour : se faire des scénarios c'est bien, mais tente plutôt de faire le premier pas. Qui sait, une belle histoire est sûrement à ta portée.

Signe	Symbole	Passage du soleil dans le signe
1 Poissons	♓	20 février - 20 mars
2 Verseau	♒	21 janvier - 19 février
3 Capricorne	♑	22 décembre - 20 janvier
4 Sagittaire	♐	23 novembre - 21 décembre
5 Scorpion	♏	23 octobre - 22 novembre
6 Balance	♎	24 septembre - 22 octobre
7 Vierge	♍	24 août - 23 septembre
8 Lion	♌	24 juillet - 23 août
9 Cancer	♋	22 juin - 23 juillet
10 Gémeaux	♊	22 mai - 21 juin
11 Taureau	♉	21 avril - 21 mai
12 Bélier	♈	21 mars - 20 avril

POINT ÉCHANGE

Léna Scheffknecht
Étudiante en DFGSM3

Hello cher P2 ! Tu as envie de découvrir le monde tout en restant un pro de l'anatomie ?
Je pense que j'ai le programme parfait pour toi : un ERASMUS !!!

Un ERASMUS, quèsako ?

C'est un programme qui te permet d'étudier pendant 6 mois ou 1 an dans un pays d'Europe.

À quoi ça sert ?

Le programme te permet de découvrir un nouveau système de santé, une nouvelle manière de travailler, mais surtout il t'offre l'opportunité de vivre dans le pays de ton choix en découvrant sa culture, ses traditions, ses paysages et sa vie étudiante ^^



Pour qui ?

Pour tous les étudiants de la faculté mais très recommandé en DFGSM3 avant l'externat.

Où ça ?

Tu as le choix entre 47 destinations parmi l'Allemagne, l'Italy, l'Espagne, le Portugal, l'Autriche,le Pologne, la Suisse, la Grèce, la République Tchèque, la Slovaquie et la Slovénie ;)

Comment ?

Prépare ton départ 1 an à l'avance en choisissant le pays, la ville et en remplissant ton dossier d'inscription. Fais bien attention à la langue d'enseignement et au niveau demandé ! Une fois que tu sais où tu veux partir, il va falloir trouver des matières équivalentes aux matières à avoir en D1. Si tu ne trouves pas toutes les matières équivalentes, pas de panique ! Il te suffit de prendre le ronéo correspondant, de l'apprendre pendant ton ERASMUS et de te présenter à l'examen à Strasbourg :)

Parce qu'étudier à l'étranger, c'est pas assez cool, tu es dispensé de certaines matières obligatoires pour tes potes qui restent à Strasbourg, comme anatomie sur le vivant, l'anglais, l'enseignement complémentaire et SSES !!!



Les aides financières

Pas besoin de te couper un bras et de manger des pâtes à l'eau pour le restant de tes études pour faire un Erasmus ! Plusieurs bourses sont disponibles pour t'aider :

- Bourse Erasmus+ : pour tous les étudiants partant en mobilité Erasmus+ études
- AMI : pour les étudiants bénéficiant de la bourse sur critères sociaux du CROUS
- IdEx bourse d'excellence : en fonction de l'excellence du dossier académique de l'étudiant

T'es enfin convaincu et tu veux absolument savoir quand et comment t'inscrire ?!
Fin octobre-début novembre, tu recevras un mail dans ta boîte mail UNISTRA de la responsable administrative des échanges internationaux, Agnieszka KOPCZYNSKA, pour t'annoncer l'ouverture des inscriptions. :D

J'espère t'avoir éclairé sur ce programme ou même t'avoir convaincu de partir ;)
Si tu as des questions n'hésite pas à me contacter par mail : echange@benevole.aaems.org ou l.scheffknecht@benevole.aaems.org, ou par messenger : Lena scheffknecht
Tu peux aussi directement envoyer un mail à la personne en charge du programme : kopczynska@unistra.fr

POINT ÉCHANGE

Nicolas JORDACIJEVIC
Étudiant en DFASM1

Un an à Pavie : l'aventure Erasmus en médecine
L'Erasmus est peut-être fait pour vous !

Pourquoi?

Je me présente : Nicolas JORDACIJEVIC, actuellement en DFASM1 (emoji triste). Heureusement, ma DFGSM3 s'est déroulée sous le soleil italien, à Pavie, une charmante petite ville du nord de l'Italie, au cœur de la Lombardie. J'y ai passé une année entière dans le cadre du programme Erasmus. Étudier à l'étranger, découvrir une autre culture et suivre des cours dans une langue étrangère était un rêve que je nourrissais depuis longtemps. À Pavie, j'ai pu le réaliser en étudiant en anglais, tout en apprenant progressivement l'italien au fil des mois et des rencontres.

Avec un peu de recul, je peux affirmer que cette expérience a été l'une des plus enrichissantes de ma vie. Tout s'est déroulé si rapidement et si naturellement que j'ai encore parfois l'impression d'avoir vécu un rêve éveillé !

Comment ça marche?

Avant de partir, il est nécessaire de préparer un tableau d'équivalences entre les matières enseignées à Strasbourg et celles que vous suivrez dans votre université d'accueil. Ce tableau doit ensuite être validé par la correspondante des relations internationales de la faculté de médecine de Strasbourg.

Une fois sur place, vous découvrirez des modalités d'examen parfois assez différentes de celles auxquelles nous sommes habitués : présentation orale avec PowerPoint, petit essai écrit, QCM ou encore examen oral au cours duquel il faut présenter et expliquer une pathologie à un professeur.

La charge de travail et les exigences peuvent varier par rapport à Strasbourg, mais rassurez-vous : il est tout à fait possible de consacrer suffisamment de temps aux études tout en profitant pleinement de son année à l'étranger. Entre les cours, les révisions, les soirées et les voyages, vous aurez de quoi remplir votre amusez !

Prendre du retard sur le programme?

C'est probablement l'une des principales inquiétudes avant le départ.

Cette question est légitime, surtout lorsqu'on sait à quel point le programme des EDN peut être dense. Pourtant, avec le recul (d'étudiants partis avant moi), il n'y a pas un décalage aussi important que ce que l'on peut s'imaginer avec les étudiants ayant effectué leur DFGSM3 à Strasbourg.

Bien sûr, chaque expérience est différente et il faut s'organiser sérieusement, mais cette crainte ne devrait pas vous empêcher de saisir une telle opportunité !

Envie de se lancer ?

Quelques lignes dans un journal étudiant ne suffisent évidemment pas à raconter une année entière ni à résumer tout ce qu'un Erasmus peut vous apporter. Au-delà des études, c'est une expérience humaine qui permet de gagner en autonomie, de sortir de sa zone de confort, de découvrir de nouvelles façons de vivre et, surtout, de se créer des souvenirs inoubliables.

Si vous hésitez encore à franchir le pas, j'espère que mon témoignage vous donnera envie d'y réfléchir sérieusement !

Et si vous avez des questions sur l'organisation du départ, les cours, les examens, la vie étudiante à Pavie ou simplement envie d'en savoir plus, n'hésitez surtout pas à me contacter sur Messenger. Je répondrai volontiers à vos questions !

LE POINT ÉCOLO'

Tu as sûrement déjà entendu : "tu devrais utiliser une gourde, c'est réutilisable donc ça pollue moins." Ou encore "tu devrais privilégier les cosmétiques et savons solides". Mais est-ce que ce sont de vraies solutions ?

"Ces dernières années, nous avons pu assister à l'essor des cosmétiques solides. En effet, ceux-ci sont conçus pour avoir un impact environnemental moindre, et de ce fait, être plus durables et équitables. Les cosmétiques solides possèdent de nombreux avantages. En effet, ils sont déshydratés, leur teneur en eau est supprimée ce qui conduit à la formation de produits compacts fortement concentrés. Grâce à cette forte concentration, ces cosmétiques auront une durée de vie plus longue, et en plus d'un gain écologique, représentent également un gain économique. De plus, la suppression de l'eau permet également de transporter des quantités plus importantes de cosmétiques, pour un volume moindre, ce qui réduit les émissions de CO_2 liées au transport. Enfin, le dernier avantage est la suppression des emballages en plastique de ces produits au profit d'emballage en papier ou en carton, plus écoresponsables, voire de l'absence totale d'emballage.



Cependant, un seul point reste à nuancer concernant l'origine des composants des cosmétiques solides. En effet, si les matières premières sont cultivées ou produites à l'autre bout du monde, l'empreinte écologique liée au transport va monter en flèche et le bénéfice écologique deviendra très limité voire nul. Il est donc important de vérifier la provenance des produits que nous consommons.

Les gourdes sont massivement utilisées pour lutter contre les bouteilles en plastique. En effet, la production de plastique est très énergivore et demande de nombreuses matières premières. De plus, une grande quantité de plastique n'est pas recyclée et 10% de celui-ci finit dans les océans et participe à la pollution marine. Cependant, la fabrication d'une gourde est beaucoup plus énergivore et demande beaucoup plus de matières premières qu'une « simple » bouteille en plastique. Son bénéfice d'un point de vue écologique est donc censé être compensé par une utilisation fréquente et une longue durée de vie.

Par ailleurs, il existe plusieurs types de gourdes. Tout d'abord, il y a des gourdes en plastique. Elles nécessitent moins d'énergie et de matières premières pour leur fabrication, mais sont également moins résistantes et il faut accorder une attention particulière à leur nettoyage car elles peuvent être à l'origine d'une prolifération de bactéries.
De plus, nous pouvons également trouver des gourdes en verre. Elles sont plus solides que les gourdes en plastique et présentent moins de risques de contamination. Cependant leur production a un impact environnemental plus important et pour que les gourdes en verre aient un bénéfice écologique par rapport aux gourdes en plastique, il faut deux mois d'utilisation exclusive d'une gourde en verre.
Enfin, le dernier type de gourde est la gourde en inox. Ce matériau permet de garder l'eau fraîche sur une longue durée. Néanmoins, son empreinte carbone est très importante, bien plus que celle des deux autres types de gourdes. Pour tirer un bénéfice écologique des gourdes en inox il faudra donc trois ans d'utilisation pour compenser l'impact de leur fabrication.



Pour finir, les gourdes sont soumises à des effets de mode. En effet, les différentes marques créent de nouveaux modèles chaque saison, chaque année, ce qui pousse le consommateur à la surconsommation et donc à acheter toujours plus de gourdes. Cependant, pour que les gourdes, en inox par exemple, soient écologiquement rentables, il faut que celles-ci soient utilisées pendant trois trois ans. Ainsi acheter une nouvelle gourde chaque année ne présente plus de bénéfice écologique, mais, au contraire, augmente l'impact environnemental.

L'ESPACE GAMING

				6			4	
6			1		8	9	3	
				7	4	2		
2			9	8			5	
5			7		6			2
	1			5	3			6
		8	4	1				
	6	4	8		2			1
	5			3				

				5	1	2		
4		2				7		6
		5	6					8
		4					6	
7				1				2
	8					4		
8					2	6		
6		7				3		9
		9	8	3				

				5	1	2		
4		2				7		6
		5	6					8
		4					6	
7				1				2
	8					4		
8					2	6		
6		7				3		9
		9	8	3				

				4			7	
7			6				8	
		9			2			6
	1	5				4		
	4			5			1	
		7				2	5	
9			3			1		
		2			5			8
		8		1				

L'ESPACE GAMING

5	4	9	6	3	8	1	2	7
6	2	7	1	4	5	3	8	9
8	3	1	9	7	2	6	4	5
2	8	3	5	6	9	4	7	1
7	5	6	4	1	3	8	9	2
1	9	4	2	8	7	5	6	3
3	7	5	8	2	4	9	1	8
4	1	2	3	9	8	7	5	6
9	6	8	7	5	1	2	3	4

5	4	9	6	3	8	1	2	7
6	2	7	1	4	5	3	8	9
8	3	1	9	7	2	6	4	5
2	8	3	5	6	9	4	7	1
7	5	6	4	1	3	8	9	2
1	9	4	2	8	7	5	6	3
3	7	5	6	2	4	9	1	8
4	1	2	3	9	8	7	5	6
9	6	8	7	5	1	2	3	4

3	7	8	4	1	9	6	2	5
4	2	1	7	6	5	9	3	8
9	5	6	3	2	8	1	7	4
6	9	7	1	8	4	2	5	3
2	4	3	9	5	6	8	1	7
8	1	5	2	3	7	4	6	9
1	8	9	5	7	2	3	4	6
7	3	4	6	9	1	5	8	2
5	6	2	8	4	3	7	9	1

1	5	2	6	3	7	4	8	9
3	6	4	8	9	2	5	7	1
9	7	8	4	1	6	9	2	3
4	1	7	2	5	3	8	9	6
5	8	9	7	4	6	3	1	2
2	3	6	9	8	1	7	5	4
8	9	1	3	7	4	2	6	5
6	4	5	1	2	8	9	3	7
7	2	3	5	6	9	1	4	8

LE MEME



LE DÉFI DU MOIS

J'ai un nombre à deux chiffres.
La somme de mes chiffres vaut 9.
Si tu inverses mes chiffres, le nouveau nombre est inférieur de 27 au premier.
Quel est mon nombre ?

Tu as la solution ? Rends-toi au plus vite au Carabin Affamé … les trois premières bonnes réponses seront délicieusement récompensées ;)

LA PÉPITE DU MOIS

À la recherche de bons plans à Strasbourg ? Le site *Strasbourg aime ses étudiants* te propose un large panel de services qui pourront te faciliter la vie. Tu pourras aussi trouver des idées de sorties culturelles ou de loisirs à des prix vraiment accessibles, parce qu'on le sait, sortir et profiter, ça représente quand même un gros budget.

Parmi les activités qu'ils proposent, tu trouveras des expositions, des visites, des matchs et des événements sportifs à prix vraiment réduits, voire gratuits, sur simple présentation de ta carte étudiante. Enfin, si tu es à la recherche de bons plans pas chers pour t'acheter du matériel, des vêtements ou de la déco, tu trouveras toute une liste de commerces solidaires qui te permettront d'acheter tout ce dont tu as besoin sans te ruiner.

Alors n'hésite plus et fonce sur le site strasbourgaimesesétudiants.eu ! En plus, leur site est vraiment bien fait et tu trouveras tout ce dont tu as besoin en un claquement de doigts !



LE CAFÉ DU MOIS

Laura De Meyer
Étudiante en DFGSM3

Au fin fond de la Krutenau se trouve un petit café discret niché dans une charmante maison alsacienne : Tomiso Café.

Bien que l'extérieur s'apparente à une enseigne locale, l'intérieur nous raconte toute autre chose : un univers plongé dans la culture coréenne. La décoration, l'atmosphère et la carte nous y font directement voyager.

Alors, si tu as un petit creux, je te conseille vivement d'y aller et de goûter leurs kimbap, un plat typiquement coréen, à la fois frais et réconfortant. Il me fait un peu penser à un sushi, mais les apparences sont trompeuses. La combinaison de la douceur de l'omelette avec le riz presque boisé et la fraîcheur des crudités et de l'algue est inédite mais a tout pour plaire.





Pour les plus grandes faims, ils proposent également des bibimbap ! Tu peux évidemment également y aller pour bosser tout en te rafraîchissant avec leurs iced coffees/ matcha lattes avec un très large spectre de choix de sirops. Ils les proposent aussi en version chaude, parfaite pour les jours froids qui arrivent. Si t'es curieux et que tu ne veux pas être déçu, le matcha latte au sésame noir a été une super découverte pour moi. À toi de tester maintenant ! 😉

LES ÉVENTS

[SOIRÉE HALLOWEEN 2026 : RITUEL 🕯️🖤]
La pierre froide, la lueur d'un cierge et l'ombre des corps sous la voûte.
Jeudi 12 novembre, l'obscurité s'installe au R Club, de 23h à 6h, plonge dans l'immersion totale du sous-sol. Emporté par une mélodie envoûtante, abandonne tes doutes à la surface et laisse-toi porter jusqu'à l'aube. 🎼🔊

À l'occasion de cette soirée, toutes les personnes déguisées ou vêtues de noir se verront offrir un verre avant 00h30, et un shooter au choix pour les retardataires. 🍷🥂

Au programme, un cocktail élaboré spécialement pour l'occasion, une ambiance intimiste et la promesse d'une soirée mémorable. 🖤

[STAND SAM 🚗]
Si tu comptes venir en voiture, ne prends pas de risques et assure toi de rentrer en sécurité. Pour l'occasion, le stand SAM t'offrira trois softs en échange de tes clés, de quoi te garder hydraté et en forme toute la nuit.

📍 Infos
- Horaires : de 23h à 6h
- R Club, 24 places des Halles 67000 Strasbourg
- Tram A/D Ancienne synagogue, les Halles

🎟️ **BILLETTERIE & TARIFS**
- Ticket tarif adhérent AAEMS : 7€
- Ticket tarif non-adhérent : 9€
- Caisse du soir : 10€

Ton resp'soirées, Jules aka Blackjack 🕯️👄



LE PHOTO DUMP


Barathon SEC



F3E


Fermeture de la SEC


Ouverture de la SEC


Soirée k'fet FIFA



Réunion armée SGS


Rentrée Culturelle


BBQ de rentrée