

GUIDE DE LA RECHERCHE DE STAGE EN LABORATOIRE

Parcours Recherche Approfondi

Version 2023

Rédigé par deux étudiantes en double-cursus Médecine-Sciences, ce petit guide vise à partager les méthodes et conseils appris lors de leurs expériences dans la quête d'un stage en laboratoire de recherche, en espérant pouvoir aider les plus jeunes dans leur démarche :)

Rédigé par Pauline Bonadonna & Yamina MejriSSI

Référentes niçoises de l'Association Nationale des Double-Cursus en Santé – 2021/2022

GUIDE DE LA RECHERCHE DE STAGE

I- Trouver un laboratoire

Étape préliminaire : Élaborer des critères de recherche

Avant de rentrer dans le vif du sujet, vous devez vous poser des questions à propos de vos attentes et contraintes pour la réalisation du stage :

- La **période**, vous devez réfléchir à un calendrier prévisionnel en agençant au mieux la période de stage (2-3 mois) avec la fin des partiels et la rentrée et de potentielles vacances (si vous êtes chanceux).
- La **localisation**, voulez-vous rester dans la région ? Partir ailleurs en France ?
Attention, même si les laboratoires les plus « prestigieux » sont à Paris, ils sont souvent difficiles à obtenir pour des gens sans expérience (mais n'hésitez pas à envoyer un mail au contraire) car ce n'est pas une vérité absolue. Il existe de très bons labos partout en France alors ne vous obligez pas à monter à Paris !

NB : Pour la recherche de stage à l'étranger, il est conseillé de commencer les recherches un an environ avant la date présumée de début du stage.

- Le(s) **domaine(s)** qui vous intéresse(nt).
- Le(s) **technique(s)** que vous souhaitez expérimenter, que ce soit des techniques génétiques, de microscopie, de la culture ou même du comportement animal. Certaines techniques seront très valorisées dans vos dossiers si elles sont apprises en stage (techniques de biologie moléculaire comme la PCR, maîtrise approfondie d'un modèle animal technique...)
- Le(s) **modèle(s) animal(aux)/support(s) d'étude**, voulez-vous travailler sur des mammifères ? Des insectes ? Ou encore sur des cultures cellulaires ?

NB : Il est possible que vous soyez plus ou moins à l'aise avec un certain modèle animal par rapport à d'autres (ex : la souris), il est important d'expérimenter pour savoir ce qui vous plaît pour les futurs stages !

Une fois que vous avez répondu, plus ou moins, à ces questions, vous êtes prêts pour commencer la recherche d'équipes !

Première étape : Rechercher un laboratoire

Ce sera sur internet que vous trouverez votre bonheur, tapez des **mots-clés** qui ne seront rien d'autres que vos **critères** définis précédemment ! (Ex : Recherche-Immunologie-Marseille) et laissez-vous guider. Vous devez savoir également qu'il peut exister une expertise dans un domaine particulier dans certaines villes, mais globalement, vous trouverez tous les domaines de recherche un peu partout en France. Vous trouverez alors des sites internets de laboratoires et d'instituts sur lesquels se trouvent différentes équipes, c'est ce qui vous intéresse !

Deuxième étape : Parcourir les équipes de recherche

Au sein d'un laboratoire, les équipes ont des sujets d'étude tous différents. Généralement, pour chaque équipe vous trouverez les informations suivantes : la présentation de la problématique d'étude et des travaux réalisés par l'équipe, la composition de l'équipe (chef, chercheurs, étudiants, ingénieurs, etc.), les dernières publications scientifiques de l'équipe et enfin les financements et récompenses qui lui ont été attribués.

Toutes ces informations sont à lire avec soin, en se focalisant sur certaines d'entre elles, si l'équipe a suscité votre intérêt ! Notamment, les **publications de l'équipe** de ces dernières années (si elles ne sont pas présentes, vous les trouverez sur PubMed en tapant le nom du chef d'équipe) et surtout les **journaux** dans lesquels ils ont été publiés. En effet, certains journaux sont plus garants que d'autres de la bonne qualité d'une publication, on peut citer les principaux : Cell, Nature et Sciences mais il en existe d'autres bien évidemment. Si l'équipe a publié quelques fois dans ces journaux, ça peut être un indicateur de qualité du travail de l'équipe (attention ce n'est absolument **pas un critère absolu +++**). Il faut de plus toujours garder en tête qu'une équipe qui publie beaucoup a souvent beaucoup de financements, beaucoup de projets, et du matériel/ de l'argent pour les réaliser, et ces articles lui ramènent à nouveau encore plus de financements : la recherche c'est un peu un cercle vertueux de publications.

De plus, s'intéresser aux **financements** et aux **récompenses** que possède l'équipe est un bon moyen de connaître la considération et la valeur qui sont attribuées à leurs travaux. Très peu de financements montrent une difficulté de les obtenir et donc un manque à gagner au niveau matériel et humain notamment. Au contraire, la présence de bons financements et de récompenses est un indicateur positif sur l'équipe !

NB : Tous les stages d'une durée supérieure à 2 mois se doit d'être rémunéré, c'est une obligation légale, si le laboratoire vous refuse ou négocie votre rémunération ce n'est pas bon signe.

Enfin, dans la composition de l'équipe, vous pourrez voir des **étudiants en Thèse ou en Master** dans l'équipe. Il peut être une bonne idée de les contacter car ils sont les mieux placés pour vous décrire la vie de l'équipe et l'ambiance qui y règne.

Petit conseil : Une fois la recherche effectuée, relevez les noms et contacts des différentes équipes dans un document pour ne pas vous perdre au moment de l'envoi des mails de candidature !

Exemples de structures de Recherche :

- Institut de Biologie de Valrose (IBV), Nice : [iBV – Institut de Biologie Valrose \(unice.fr\)](http://ibv.unice.fr)
- Centre Méditerranéen de Médecine Moléculaire (C3M), Nice.
- Institute for Research on Cancer and Aging of Nice (IRCAN): [IRCAN Institute for Research on Cancer and Aging, Nice - Home](http://ircan.inrae.fr)
- Cognitive Behaviour Technology (CoBTeK, Nice) : [CoBTeK – FR | Innovation Alzheimer \(innovation-alzheimer.fr\)](http://cobtek.innovation-alzheimer.fr). Moyennement conseillé, recherche très translationnelle surtout avec des médecins/ psychanalystes et des ingénieurs.
- Institut de Pharmacologie Moléculaire et Cellulaire (IPMC), Nice : <https://www.ipmc.cnrs.fr/cgi-bin/site.cgi>

- Laboratoire de Physio-Médecine Moléculaire (LP2M), Nice : [LP2M \(univ-cotedazur.fr\)](http://LP2M.univ-cotedazur.fr)
- Institut de Pharmacologie Moléculaire et Cellulaire (IPMC), Nice : (<https://www.ipmc.cnrs.fr/cgi-bin/site.cgi>)
- Centre Scientifique de Monaco (CSM): [Biologie Médicale \(centrescientifique.mc\)](http://Biologie.Médicale.centrescientifique.mc)
- Institut de Biologie de l'ENS (IBENS), Paris: Les équipes - IBENS - ENS
- Institut Curie, Paris : Institut Curie - Centre de recherche et traitement du cancer en France
- Institut Pasteur, Paris : Research • Institut Pasteur - Institut Pasteur
- Institut de Biologie Paris-Seine (IBPS), Paris : (<https://www.ibps.sorbonne-universite.fr/fr/Recherche>)
- Institut Imagine, Paris : (<https://www.institutimagine.org/fr/equipes-4#scrollNav-2>)
- Institut du Cerveau et de la Moelle (ICM), Paris : (<https://institutducerveau-icm.org/fr/>)
- Institut de Neurosciences Paris-Saclay (NeuroPSI), Paris : (<https://neuropsi.cnrs.fr/equipes/>)
- Institut de Neuroimagerie (NeuroSpin), Paris : (<https://joliot.cea.fr/drj/joliot/recherche/neurospin>)

II- Contacter un laboratoire

Première étape: La prise de contact

Une fois que vous vous êtes décidés sur quelques équipes qui vous intéressaient, la première étape est de prendre contact avec les chefs d'équipe. Il est important de noter que vous pouvez solliciter plusieurs équipes sans attendre la réponse de chacune, et ce même si elles travaillent dans le même laboratoire.

Pour prendre contact avec une équipe, il faut donc bien évidemment envoyer un email, qui ne soit ni trop succinct (votre interlocuteur doit pouvoir comprendre pourquoi vous cherchez un stage et quel est votre parcours), ni trop long (il s'agit simplement de la première prise de contact). Gardez en tête que cet email a **principalement pour but de savoir si le laboratoire est intéressé, ou au contraire ne souhaite pas, recevoir de stagiaire de votre niveau cet été**. Le mail que vous envoyez doit contenir :

- Une rapide présentation de **qui vous êtes, votre cursus et pourquoi vous cherchez un stage**. Mentionnez que vous êtes en médecine et souhaitez réaliser un parcours de médecin-chercheur.
- **Ce que vous recherchez** précisément : un premier stage cet été, donnez bien les dates pendant lesquelles vous êtes disponible et la durée du stage que vous souhaitez.
- **Pourquoi vous vous intéressez à cette équipe** : n'hésitez pas à mentionner un cours que vous auriez suivi, une publication que vous auriez lue (de cette équipe ou d'une autre sur le même sujet), un conseil qui vous aurait été donné, ou tout simplement pourquoi vous vous intéressez à leur sujet de recherche.
- **En pièce jointe, votre CV** (une version pas trop chargée si possible, le laboratoire n'est pas très intéressé par vos cours de danse africaine et d'origami), et éventuellement comme c'est votre premier stage votre relevé de notes de Première année de médecine.

Après avoir envoyé votre email, restez disponible et vérifiez votre boîte mail régulièrement dans la journée et les jours qui suivent, certains chefs d'équipe peuvent être très réactifs.

Deuxième étape : L'entretien

En général, après avoir envoyé votre email, vous devrez patienter quelques jours (quelques semaines...) avant d'avoir une réponse. N'hésitez pas à relancer au bout d'une semaine, votre mail est sûrement tombé dans les méandres des obligations administratives.

Si la réponse est positive, le chef d'équipe vous proposera en général un entretien, soit en zoom mais bien souvent directement dans le laboratoire si vous pouvez vous y rendre. Pour préparer ce dernier :

- Assurez-vous que **l'explication de votre cursus** est bien claire dans votre tête, ainsi que les dates auxquelles vous êtes disponible.
- Si possible, **lisez les articles les plus récents de l'équipe**, voire réfléchissez sur un de leurs sujets de recherche sur lequel il vous intéresserait de travailler.
- N'hésitez pas à poser des questions, demander de voir des choses...

Normalement, le chef de l'équipe devrait vous exposer tous ses travaux actuels et avoir préparé un projet de stage plus précis pour vous, si ce n'est pas le cas, il faut que vous demandiez **avec quel membre de l'équipe et sur quel sujet vous allez travailler**.

A l'issue de cet entretien, n'hésitez pas à demander **quelques jours de réflexion** si vous en avez besoin pour décider de choisir cette équipe pour votre stage ou non. Si vous le souhaitez, demandez à la personne qui vous a fait passer l'entretien si elle a des **publications, ouvrages, références à vous conseiller** à propos de l'équipe et de leur sujet d'étude. Cela permettra d'en apprendre davantage mais aussi de montrer que vous êtes vraiment intéressés par leur travail !

Comme d'habitude, nous restons disponibles pour des informations supplémentaires.

- **Pauline Bonadonna** sur Messenger, je peux vous renseigner très bien sur l'iBV, et sur Pasteur, Curie, l'IBENS à Paris.
- **Yamina MejriSSI** sur Messenger, pour ma part, je suis plus renseignée sur l'IBPS, l'Institut Imagine, l'Institut du Cerveau et plus globalement sur la recherche en Neurosciences.

N'oubliez pas que le plus important c'est d'être BIEN ENCADRE dans votre stage, donc d'avoir un bon feeling avec l'équipe, de ne pas être négligé, d'avoir des missions. Le sujet de recherche n'est pas le seul point sur lequel vous focaliser +++