



Temps parents

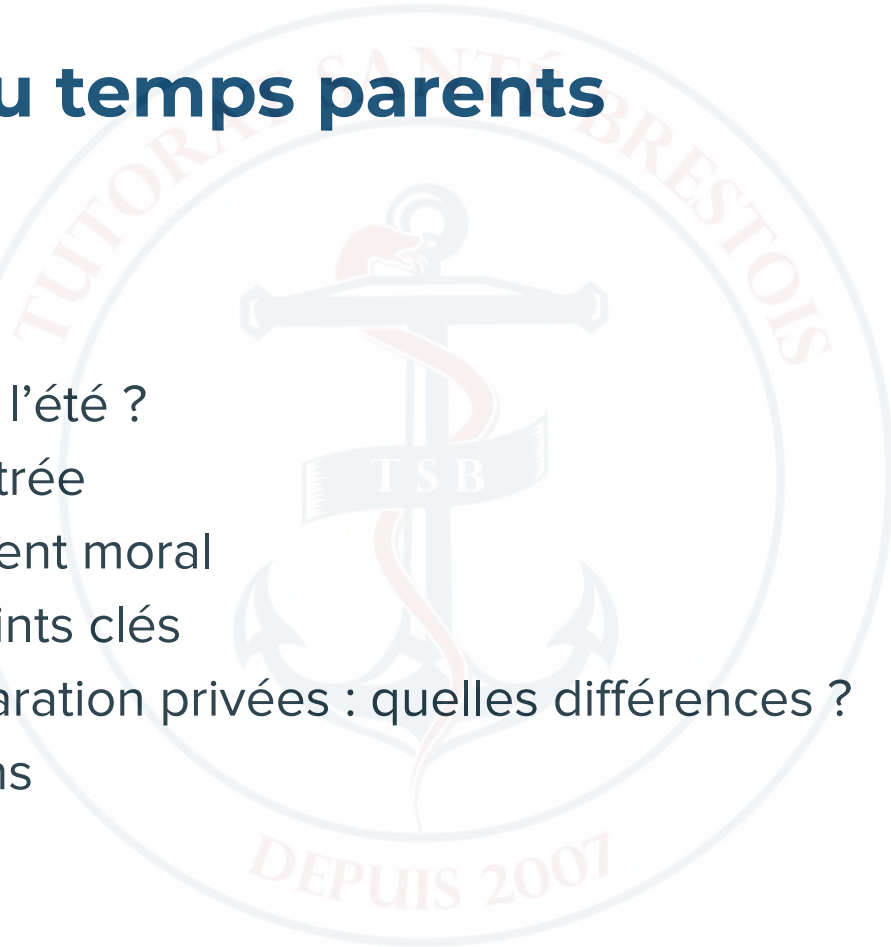
Accompagner son enfant en PASS/LAS

Journée du lycéen 2022

Tutorat Santé Brestois
2021-2022

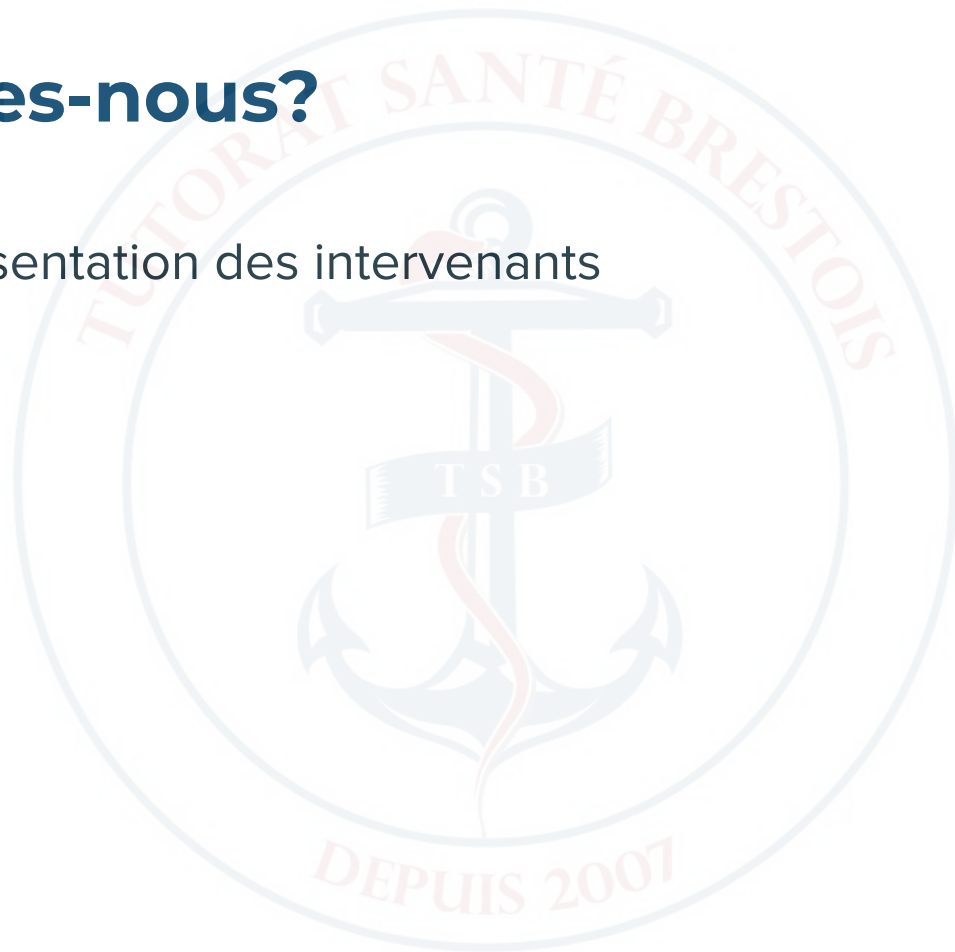
Sommaire du temps parents

1. Point pratique
2. La fin du lycée
3. Faut-il travailler l'été ?
4. Anticiper la rentrée
5. Accompagnement moral
6. La réforme : points clés
7. Tutorat et préparation privées : quelles différences ?
8. Temps questions



Qui sommes-nous?

Petit tour de présentation des intervenants



1. Point pratique

Prendre un appartement ou rester avec la famille ?

⇒ Si la question se pose : peser le pour et le contre

L'appartement :

- **gain de temps** sur le trajet quotidien et côté pratique (les colles finissent souvent tard) mais nombreux désavantages de l'appartement

Rester chez soi :

- **confort** de la vie au domicile familial : soutien moral quotidien, pas/peu de gestions des tâches (repas = cuisine, courses...)
- si véhicule personnel : au final quasi aucune différence sur le temps de trajet

⇒ **Au final rester au domicile est souvent le plus avantageux.**

1. Point pratique

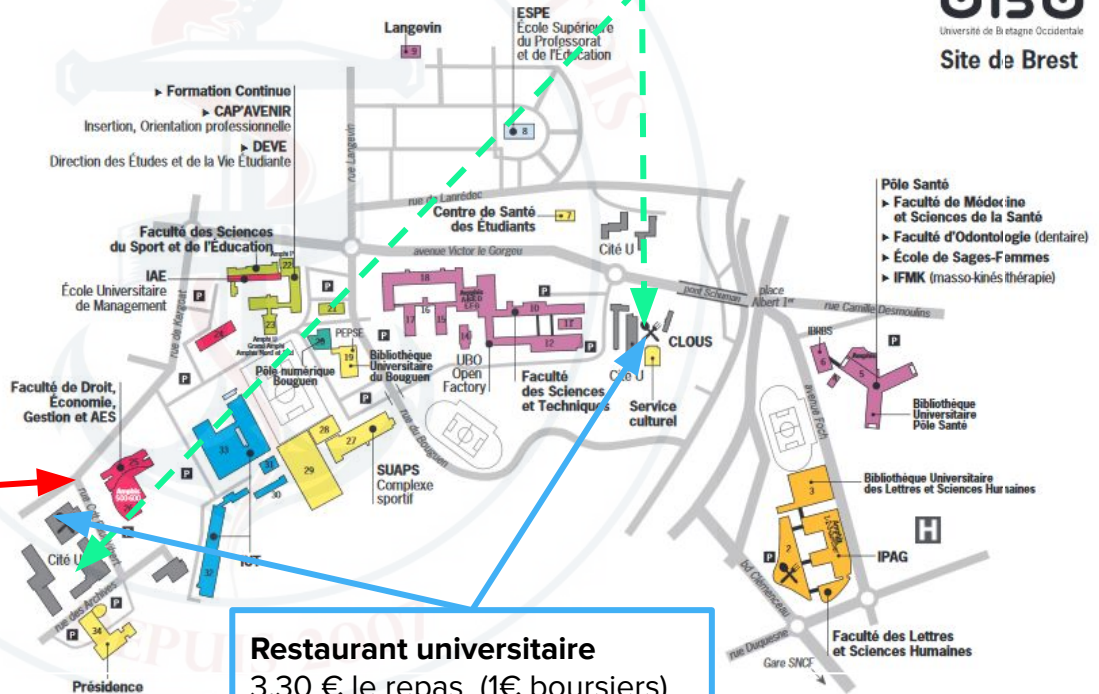
Appartements : quels quartiers ?

- Kermenguy
- Bouguen
- Bellevue

- St-Martin
- Kérinou

Crous : cité universitaire

U130
Université de Bretagne Occidentale
Site de Brest



Lieu des cours (en temps normal)

Restaurant universitaire
3,30 € le repas (1€ boursiers)

1. Point pratique

L'appartement

- Quand ?

Commencer ses recherches :

- Une colocation ?

Selon vous, la colocation est-elle envisageable ?



1. Point pratique

Les restaurants universitaires (RU)

- 3,30 € le repas
- 1 € pour les boursiers

3 RU + 1 cafet à Brest

- Ar Men
- **Kergoat**
- Centre
- +- cafet santé



1. Point pratique

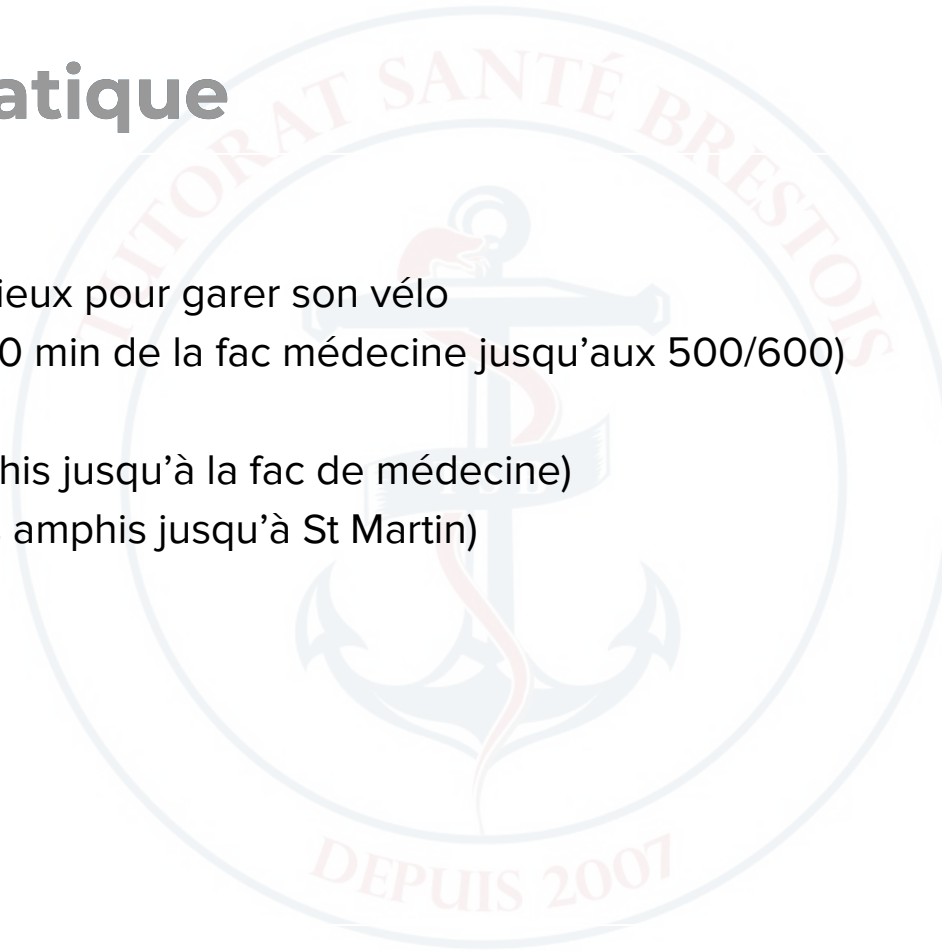
Les trajets

A vélo ⇒ nombreux lieux pour garer son vélo

A pied (environ 15 - 20 min de la fac médecine jusqu'aux 500/600)

En bus

- ligne 1 (des amphis jusqu'à la fac de médecine)
- lignes 12-13 (des amphis jusqu'à St Martin)



1. Point pratique

Les trajets

Et en voiture ?

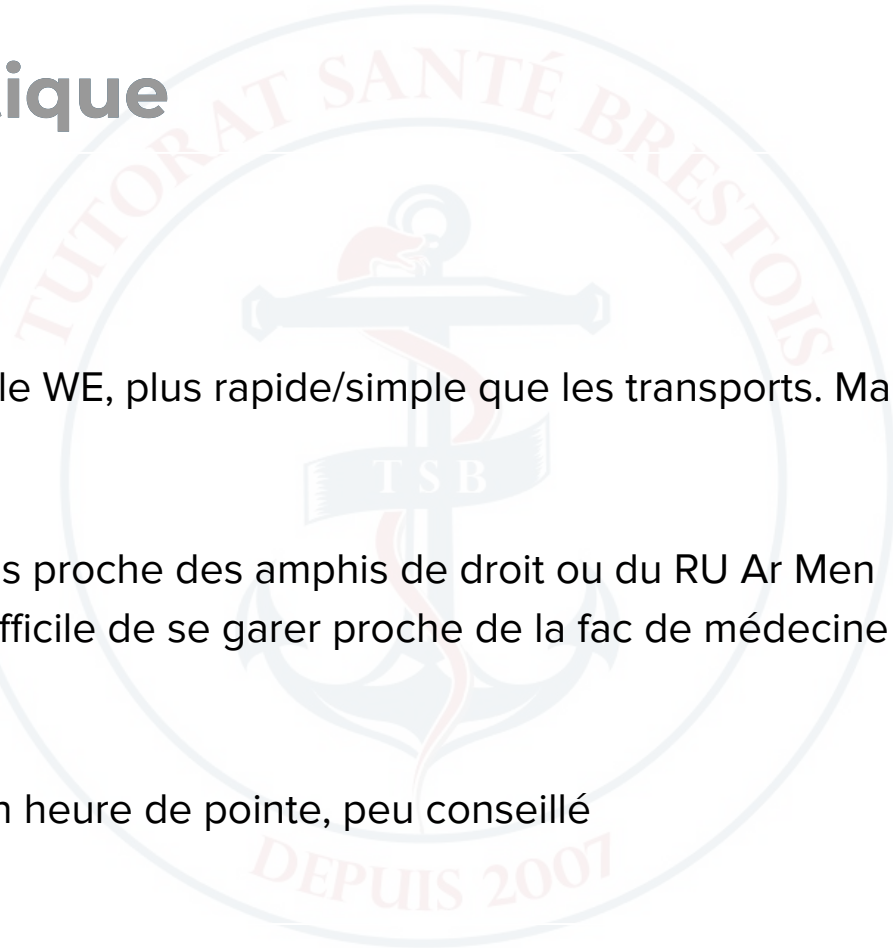
⇒ Pratique pour rentrer le WE, plus rapide/simple que les transports. Mais :

Pour se garer sur place :

- Beaucoup de places proche des amphis de droit ou du RU Ar Men
- En revanche très difficile de se garer proche de la fac de médecine

La circulation dans Brest

Compliqué de circuler en heure de pointe, peu conseillé



2. La fin du lycée

D'ici le bac, il faut trouver un juste milieu

Travailler régulièrement pour s'habituer à travailler, être au point sur le programme du lycée et réussir du mieux que possible son bac ...

... sans précipiter les choses, on conseille de profiter autant que possible de son lycée

Faut-il avoir mention TB au BAC pour réussir ?

NON



Ne pas paniquer avant l'heure
si la note du bac n'est pas au
rendez-vous

C'est les efforts plus que les résultats réalisés d'ici là qui aideront pour l'année à venir

3. Faut-il travailler l'été ?

Conseillé de profiter de ses vacances !

- année à venir longue et intense
- moment de se détendre, vraie coupure entre le lycée et l'entrée dans le supérieur
- temps de découvrir Brest si besoin

Éventuellement

- reprises des cours du lycée
- quelques notions des spé non vues

Pour démarrer en toute tranquillité

⇒ le stage de pré-rentrée du Tutorat

STAGE DE PRÉ-RENTRÉE PASS/LAS

Au top pour la rentrée !

Du 23 au 28
août 2021

TOTALEMENT GRATUIT
ET SANS INSCRIPTION

- Présentation de l'UBO, du PASS, de la LAS, du Tutorat Santé Brestois
- Cours dispensés par des étudiants de 3ème année
- Séances de méthodologie
- Et plein d'autres choses encore...



Tutorat Santé Brestois



tutoratsantebrestois



<https://tutoratbrest.fr>



contact@tutoratbrest.fr



4. Anticiper la rentrée

Niveau matériel

Ordinateur quasi indispensable : logiciels d'anatomie, nombreux **mails** de la faculté et des tuteurs, travail sur les **supports en ligne** (plateforme QCM...), prise de note en cours si souhaité, **consulter les e-learning**

- absolument pas besoin du dernier cri ou d'un gros budget
 - traitement de texte et un logiciel en anatomie
- si besoin : ordinateurs disponibles dans les BU

Préparer un environnement de travail : lieu de travail confortable

4. Anticiper la rentrée

Niveau matériel

Le reste des fournitures : rien de particulier

Ne PAS acheter des cours
PEU conseillé d'investir dans des livres

S'adapter à la vie étudiante :

Pour les concernés : budget, APL/bourses, nouvelles horaires, grosse autonomie

5. Accompagnement moral

MORAL = rôle CRUCIAL dans la réussite de l'année.

Coup de mou : arrivent parfois (fatigue, stress, fin de semaine...), ne pas s'inquiéter outre mesure.

- simple besoin d'être écouté et de se remettre en route
- rassurer et reconforter si besoin est

Aider à dédramatiser : mauvaises notes en colle systématiques

- voir la progression plus que la note en elle même

5. Accompagnement moral

MORAL = rôle CRUCIAL dans la réussite de l'année.

Voir quand ils ont besoin d'une pause : irritabilité, fatigue inhabituelle

- activités/balade en famille, prendre un gros goûter, regarder un film ensemble le soir...
- Vrai regain d'énergie pour repartir

Créer des vrais environnements de pause : pendant les pauses et les repas, quand ils rentrent le WE...

- **éviter de parler des cours, des notes, des révisions**
- parler d'autre chose

5. Accompagnement moral

MORAL = rôle CRUCIAL dans la réussite de l'année.

Attention à ne pas être trop intrusif ! ;)

- On n'a pas envie de casser sa routine, on est sur une bonne lancée de travail => pas envie de prendre une pause
 - Besoin de temps plus que de soutien (notes, pas à jour sur son programme...).
- Laisser le temps d'assimiler, s'assurer qu'on repart sur de bon rails

⇒ Surveiller mais de loin !

6. Examens, stress et résultats

Les résultats de mi-parcours

Si pas de changement : seules les notes seront données pour l'examen du 1er semestre (pas le classement)

- forte de chance de “déception” quelque soit la note
- laisser le temps (!\ “**c’est pas si mal**”), puis aider à passer au 2nd semestre
- les aider à jouer avec l’incertitude

La seconde chance existe toujours

Pas de redoublement possible (sauf exception)

Se fait via la LAS

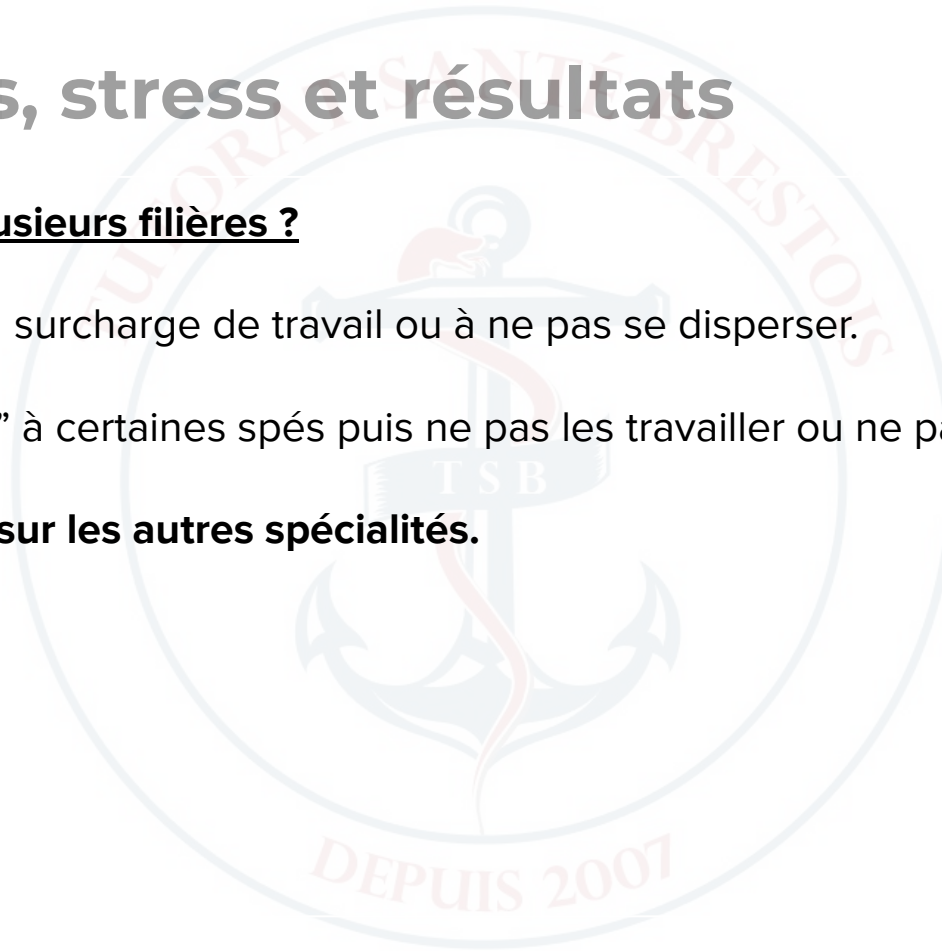
6. Examens, stress et résultats

Peut-on postuler à plusieurs filières ?

Oui mais attention à la surcharge de travail ou à ne pas se disperser.

Possible de “s’inscrire” à certaines spés puis ne pas les travailler ou ne pas passer l’examen.

⇒ **Aucune incidence sur les autres spécialités.**

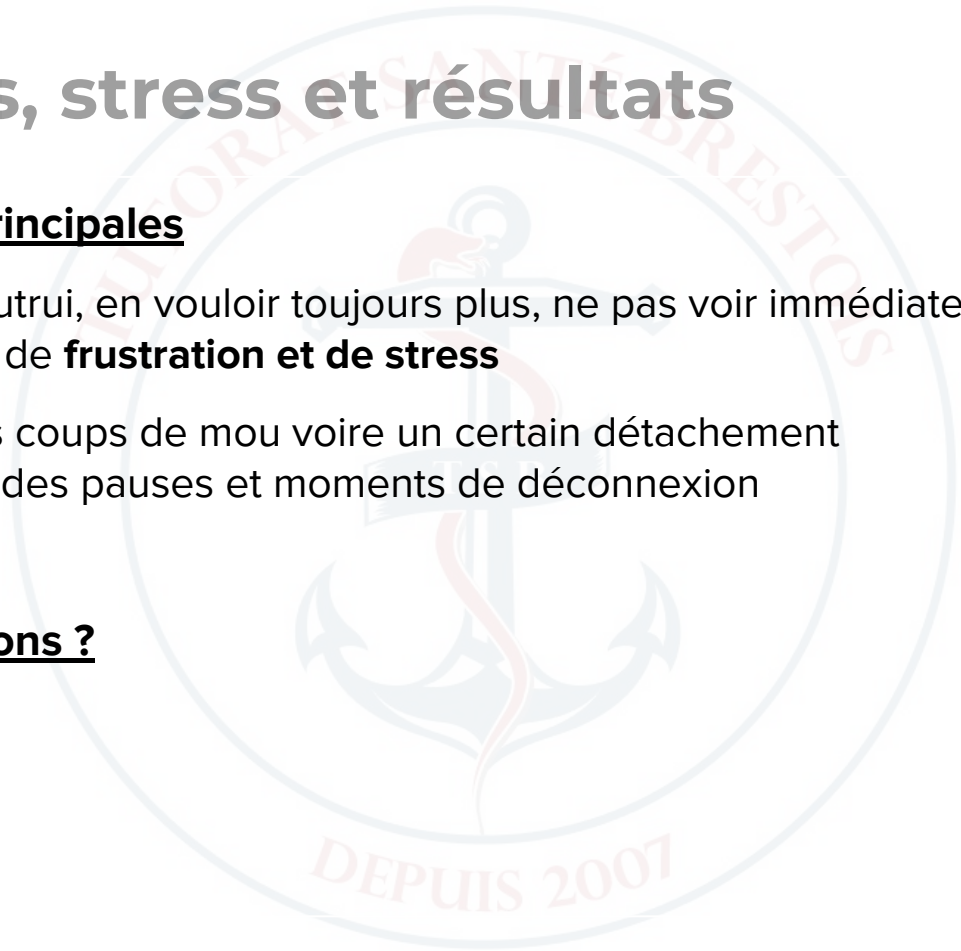


6. Examens, stress et résultats

Sources de stress principales

- comparaison à autrui, en vouloir toujours plus, ne pas voir immédiatement le fruit de ses efforts ⇒ source de **frustration et de stress**
 - explique les coups de mou voire un certain détachement
 - importance des pauses et moments de déconnexion

Impact sur les relations ?



7. Tutorat et prépa privées : quelles différences ?

Faut-il vraiment avoir une prépa privée pour réussir ?

Auparavant oui. Mais aujourd'hui, le Tutorat suffit.

- Côté **pédagogie**
 - quantité : colles quotidiennes, plateforme QCM, livrets + supports en ligne et annales corrigées
 - pertinence des supports : colles relues par les professeurs
- Côté **parrainage** : existe dans les deux cas

En plus au Tutorat

- séance de méthodologie
- temps orientation/réorientation
- séances bien-être