



Parrainage PASS 2022-2023

- 1) Nom & Prénom : **Tanguy Mathys**]
- 2) Filière de santé : **Médecine**]
- 3) Mention au bac et type de bac (options si bac général, ST2S...) : **Bac général mention Bien avec spécialités Maths et Physique-Chimie**
- 4) Quelle était ta mineure l'année dernière ? **[SVT-PC option Maths]**
- 5) L'année avant ton PASS tu étais ?
 - Au lycée
 - Autre (tu peux préciser) : []
- 6) Au lycée quel(le) genre d'élève étais-tu ?
 - Sérieux et travailleur
 - Bon élève
 - Flemmard et pas très motivé
 - Mauvais élève
- 7) Pendant le PASS, tu habitais ?
 - Chez tes parents
 - Dans un appart seul
 - Dans un appart en colocation
- 8) Si tu étais en colocation, tu vivais :
 - Avec un ami également en PASS
 - Avec un ami en études de santé ou en LAS mais pas en PASS
 - Avec un ami qui n'était pas en santé
- 9) Si tes parents habitent loin, à quel rythme rentrais-tu ?
 - Tous les week-ends, trop besoin de la famille
 - Un week-end sur deux
 - Une fois par mois
 - Pendant les confinements stricts
 - Seulement aux vacances ou en périodes de révisions



Parrainage PASS 2022-2023

10) Prépa ou tuto ?

- Tuto seulement
- Prépa seulement
- Prépa & Tuto

11) L'été avant le PASS...

- Tu as bossé tes cours mais tu regrettes de l'avoir fait
- Tu as bossé tes cours et ça t'a aidé
- Tu as profité de tes vacances jusqu'au bout, sans mettre ton nez dans les cours (hors stage de pré-rentree) !

12) As-tu fait un stage de pré-rentree avant le PASS?

- Oui au tuto
- Oui dans une prépa
- Non, les vacances jusqu'au bout !

13) Etais-tu un-e PASS stressé-e ?

- Extrêmement stressé-e, ça m'empêchait même de dormir parfois!
- Stressé-e mais en général j'arrivais à contrôler ça
- Moyennement stressé-e, surtout à la fin du semestre à l'approche du concours
- Pas stressé-e du tout, j'étais cool pendant les deux semestres!

14) Tu assistais aux cours...

- Tout le temps, ça m'aidait à comprendre et à apprendre
- Quasiment tout le temps, sauf pour les cours qui me paraissaient inutiles
- Souvent, sauf quand j'avais trop de retard
- Des fois, je n'allais que à ceux qui m'intéressaient ou qui semblaient difficiles
- Rarement, les cours en distanciel c'était pas du tout pour moi
- Jamais, je n'avais pas envie de perdre du temps !



Parrainage PASS 2022-2023

15) Tu travaillais où?

- A la BU
 Chez moi, je préfère la tranquillité

16) Des loisirs en PASS ?

- Oui régulièrement, c'était indispensable pour moi
 Oui parfois quand j'en ressentais le besoin
 Non, ça me stressait trop de perdre du temps !

17) Si oui peux-tu décrire un peu plus ? Quels étaient tes loisirs (sorties, sport...), à quelle fréquence, etc ?

[

18) Combien d'heures par jour travaillais-tu lorsqu'il y avait cours et tuto/prépa dans la semaine (hors week-end) ? Et à quel rythme (pauses...)?

[10h minimum par jour avec une pause de 5min entre chaque changement de cours c'est à dire toutes les heures environ.]

19) Combien d'heures par jour travaillais-tu pendant le week-end et à quel rythme (pauses, ...)?

[Pareil qu'en semaine sauf que je me laissais les soirées libres quand je rentrais chez mes parents pour me reposer et souffler.]

20) Combien d'heures par jour travaillais-tu pendant les périodes de révisions et à quel rythme (pauses, ...)?

[En période de révision je travaillais jusqu'à 12h/jour en diminuant mes pauses du déjeuner et du dîner.]

21) Combien d'heures de sommeil par nuit ? Une différence entre les deux semestres ?

[Toujours au minimum 8h pour les 2 semestres sinon j'étais pas productif.]



Parrainage PASS 2022-2023

22) Quelle était l'organisation de ta journée-type (dans les grandes lignes avec des horaires)?

7-8h: réveil + petit-dej

8-12h: découverte des nouveaux cours

12-14h: pause déjeuner (oui elle est longue je sais)

14-17h: je relis et j'apprends une 1^{ère} fois les cours du jour

17-18h: pause goûter

18-20h: révision des anciens cours en suivant un peu la méthode des J

20-21h: pause diner

21-22h30: révision cours plus "cools" ou QCM ou colles ou annales à partir de la moitié du semestre

22h30-23h: détente

23) Pour ta méthode de travail, comment organisais-tu ton travail et tes révisions ? Etais-tu plutôt organisé-e (la fameuse méthode des J par exemple), ou plutôt au feeling ? Avais-tu un certain type de mémoire ? Décris comment la révision d'un cours se déroulait pour toi.

Pour organiser mon travail j'utilisais la méthode des J mais un peu remanié (exemple cours lundi : J0 lundi, J2 mercredi , J5 samedi puis quand je commençais à l'oublier en générale J14 et J30) et j'apprenais mon cours en lisant car j'ai une mémoire visuelle mais aussi à haute voix en expliquant le cours comme si il y avait une personne en face de moi pour m'approprier le cours et être actif dans mes révisions puis à chaque révision d'un cours je faisais des qcm à la fin pour vérifier que j'avais pas révisé dans le vide. Et pour organiser mes journées, le dimanche soir, je me faisais un planning de toute la semaine heure par heure et les cours que j'allais réviser pour pas perdre de temps.



Parrainage PASS 2022-2023

24) Comment as-tu ressenti cette année en général ? As-tu vécu des moments difficiles ? Et une fois l'année finie, estimes-tu que cette année t'a apporté quelque chose ?

Personnellement cette année je l'ai vécu en 2 temps: j'ai plutôt bien vécu le 1^{er} semestre avec l'engouement du début puis le 2nd semestre était beaucoup plus compliqué avec le stress des premiers résultats, la fatigue psychologique qui s'accumulait puis j'avais l'impression d'être bloqué dans une boucle temporelle en faisant tous les jours la même chose et la sensation de ne pas voir la fin du semestre. Même si c'était compliqué et fatigant cette année de PASS est très très enrichissante humainement et repousse nos limites ce qui permet vraiment d'apprendre à se connaître et d'évoluer sur plein de niveaux comme la maturité en disant non à des soirées pour réviser à la place ce qui était impensable pour moi avant mdr.

25) Et le mot de la fin ! Que dirais-tu aux PASS pour les encourager et les motiver à affronter cette année ?

La PASS c'est juste l'histoire de quelques mois pour pouvoir réaliser le métier de vos rêves toute votre vie alors faut TOUT donner pour rien regretter !!

PS: préparez le café et les vitamines ;)

DEPUIS 2007