



FICHE PARRAINAGE PASS 2023/2024 N° 108

Cette fiche est à destination des étudiants engagés dans le parcours accès spécifique santé (PASS) au cours de l'année 2023/2024.

NOM : PETESCH

Prénom : Juliette

Filière : Médecine

Mention au bac et type de bac (spécialités et options si bac général, ST2S...) :

Spécialités math, physique-chimie / mention assez bien

Quelle était ta mineure l'année dernière ?

LLCER

L'année avant ton PASS où étais-tu ?

- Au lycée
 Autre (à préciser) :

Au lycée quel(le) genre d'élève étais-tu ?

- Sérieux(euse) et travailleur(euse)
 Bon(ne) élève
 Flemmard(e) et pas très motivé(e)
 Mauvais(e) élève

Pendant le PASS, où est-ce que tu habitais ?

- Chez tes parents
 Dans un appart seul
 Dans un appart en colocation

Si tu étais en colocation, avec qui vivais-tu ?

- Avec un ou des ami(s) également en PASS
 Avec un ou des ami(s) en études de santé ou en L.AS mais pas en PASS
 Avec un ou des ami(s) qui n'étaient pas en santé
 Avec un ou des membre(s) de ta famille

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
 Seulement aux vacances ou en périodes de révisions

As-tu suivi une prépa ou le tutorat au cours de l'année ?

- Tutorat seulement
 Prépa seulement
 Prépa & Tutorat

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-rentrée) !

As-tu fait un stage de pré-rentrée avant le PASS ?

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

Étais-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 !

A quelle fréquence allais-tu en 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 présentiel c'était pas du tout pour moi
- Jamais, je n'avais pas envie de perdre du temps !

Où est ce que tu travaillais en général ?

- A la BU (ma deuxième maison)
- Chez moi : la tranquillité avant tout !
- Les deux

Avais-tu 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 !

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

J'allais courir tous les dimanches, samedi soirée télé et je lisais des livres pour me changer les idées ! Je voyais mes amis quand j'en ressentais le besoin, le temps d'un repas ou d'une marche pour me changer les idées.

Quelle était l'organisation de ta journée-type (nombre d'heures de travail par jour, pauses, cours/colle/prépa...) ?

Début de la journée 8h00 (journée sans cours) entre 9h et 10h de boulot selon les journées.

8h00-9h00 Biochimie
9h00-11h00 Biologie
11h00-12h00 Biochimie
12h00- 13h00 MANGER
13h00-14h00 colles/ANNALES
14h00-15h30 Biophysique
15h30-17h30 Biologie
17h00-18h00 Biochimie
18h-18h30 Biostat/physio

18h30-19h30 Colles/ANNALES OU 19H-22H soirée à la prépa (cours et colles)
19h30-20h30 MANGER
20h30-22h00 ANNALES

Avec des pauses entre les matières de 3-5min et des micro sieste de 8 à 12 min, je prenais une pause quand j'en ressentais le besoin. Si j'étais sur ma lancée, je continuais.

À savoir que les cours du matin étaient les cours que je voyais l'après-midi, et si j'avais le temps, je faisais les cours précédents. À savoir que j'adaptais énormément mes journées aux cours vus dans la journée, c'est-à-dire si j'avais fait des cours de biophysique et biologie, j'accordais moins de temps à la biochimie. Ma priorité était d'avoir vu les cours de la journée.

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

À la fin des cours, je rentrais chez moi et je m'accordais 1h de pauses, puis je voyais les cours de la matinée. Je m'arrêtais en général 30 min avant l'heure de la colle pour me préparer. Donc de travail sur les jours de cours+prépa entre 4h-5h (sachant qu'une majorité de l'apprentissage que je faisais était en cours, cet apprentissage était plus rapide)

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

Je faisais du 8h-19h avec une pause de 1h environ le midi, et je prenais mes soirées à partir du vendredi (ou je finissais à 20h). Je dormais aussi jusqu'à 8H30-9h le dimanche.(mini grasse mat :))

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

En période de révisions, je commençais à bosser à 7h. J'arrêtais de travailler vers 18h pour faire des Annales et colles. Je me couchais vers 22h. Et le midi, je me prenais 30 min de pause. Je conservais ma pause du samedi soir et la mini grasse mat du dimanche.

Combien avais-tu d'heures de sommeil par nuit en moyenne ? Une différence entre les deux semestres ?

Je dormais entre 8-9h de sommeil, pour moi le sommeil était primordial. J'hésitais à dormir plus si j'en ressentais le besoin, cad de commencer à travailler un peu plus (par exemple, si une colle avait fini tard). J'ai moins respecté mon sommeil au S2 et j'ai senti la différence, j'avais plus de mal à travailler en qualité et à me concentrer.

Comment organisais-tu ton travail et tes révisions (méthode des J ou au feeling, type de mémoire...) ? Décris comment la révision d'un cours se déroulait pour toi.

Je dirais que j'y allais au feeling avec un peu la méthode des J. La semaine ou le cours sortais, je le voyais le J-J, J-1, J-3, J-7 et je revoyais quand je sentais que j'en avais besoin, j'essayais au moins de le voir tous les mois. Et entre temps, je faisais toujours des QCM++++

J'avais la priorité sur les nouveaux cours.

Pour voir mon cours, je l'apprenais directement après l'avoir lu une fois et surligner, et après, je récitais à haute voix le cours, et en révision, je le répétais et regarder le cours là ou je m'en souvenais plus. Avec des QCM au début de révision pour voir où j'en étais.

Je faisais beaucoup de QCM ça me permettait de cibler mes difficultés, mais aussi les notions peut être plus importante.

Comment as-tu ressenti cette année en général ? As-tu eu des moments difficiles ? Une fois l'année finie, estimes-tu que le PASS t'a apporté quelque chose ?

C'est quand même une année difficile, j'ai mieux vécu mon S1 que mon S2. On va dire que c'était, une année, riche en émotions haha. Elle apporte beaucoup, je pense sur le plan humain et savoir comment on fonctionne. Je me suis souvent remis en question sur ma façon de travailler parce que je ne faisais pas comme les autres ce qui a parfois pu poser problème dans mon année. Je bloquais sur tout ce que je ne faisais pas au lieu de voir ce qui était bien. Ça m'a ralenti dans mon travail. On apprend donc à s'écouter et à croire en nous (à la fin, car elle nous fait beaucoup douter).

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

LÂCHEZ rien et croyais en vous. Tout est possible, c'est vous qui avez les cartes en main. Donnez-vous à fond pour n'avoir aucun regret. Faites comme vous le sentez, tout le monde est différents et travaille différemment. Surtout, ayez confiance en vous et vos capacités.