



FICHE PARRAINAGE PASS 2023/2024 N° 11

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

NOM : LAUBIGNAT

Prénom : Zélie

Filière : Médecine

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

Bac général, spécialités SVT et physique chimie (option mathématiques compl et latir

Quelle était ta mineure l'année dernière ?

STAPS

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 coloco

Si tu étais en coloco, 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'étai(en)t 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 ?

Je faisais du badminton tous les jeudi soir au premier semestre et le vendredi soir, ça m'arrivait de me regarder une série où alors le soir en mm temps de manger.

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

Levé à 7h00 et au boulot à 7h30 les jours où on n'avait pas cours le matin (ou BU à 8h) —> travail jusqu'à midi puis pause d'une demi heure —> cours ou révision pendant l'après-midi jusqu'à 17h30 (avec une petite pause de 15min au milieu de l'après-midi) —> colle à 18h —> en rentrant de colle : manger/dodo

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...) ?

Je travaillais environ 9h/j (hors colle et hors période de grosse révisions) quand on avait pas cours. Et sinon moins lorsque on avait cours

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

Le week-end je travaillais le samedi toute la journée comme les autres jours de la semaine et j'allais à la bu (qui ferme à 17h ce jour là) donc je rentrais, prenais un goûter et je retravaillais une heure après. Sinon le dimanche je dormais jusqu'à 9h ce qui me faisait ma grasse mat (ça paraît peu effectivement 🤔)

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

Je travaillais entre 10 et 14h (7h-23h avec quelques pauses). Ce qui marchait bien c'était de faire des annales en mm temps de manger.

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

J'essayais en général de me coucher vers 23h et je me levais entre 6h30 et 7h donc ça me laissait 7-8h de sommeil.

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.

En général je faisais un peu au feeling/méthode des j, ça dépendait

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 ?

J'ai eu parfois des moments difficiles où tu petes un câble prcq tu en as trop marre. Mais sinn, j'ai plutôt bien vécu ma pass puisque j'ai rencontré des superbes personnes et je me suis tapés des barres en dehors du travail. En plus de ça, j'ai complètement découvert la fac et des étudiants de 3, 4, 6 eme année avec qui j'ai pu discuter, c'est ce qui me motivait !!

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

On sait que c'est une année difficile où il faut faire des sacrifices mais il faut vraiment tout donner!! Ce n'est (que) 8 mois à tenir et si c'est réellement ce que vous voulez faire alors vraiment ne lâchez rien.
Trouvez un équilibre dans votre travail/hors travail et entourez vous de bonnes personnes qui vous poussent vers le haut !!
Surtout prenez pas peur à propos des heures de travail et tout prcq c'est différent pour chacun.
Je vous souhaite le meilleur les loulous :))