



FICHE PARRAINAGE PASS 2023/2024 N° 130

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

NOM : Fossard
Prénom : Eléa
Filière : Médecine

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

Bac SVT, physique-chimie mention très bien + bac américain

Quelle était ta mineure l'année dernière ?

Science de la santé (biologie + chimie)

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 coloc

Si tu étais en coloc, 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'éta(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 !

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 !

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 1 fois par semaine et je faisais 1 sortie avec mes potes par semaine genre cinéma

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

Je travaillais environ 10-12h par jour tous les jours. 1 soirée dans la semaine était réservé à la détente. Je me levais à 6h45 et commençais à travailler à 7h jusqu'à 19-20h le soir (sauf si colle au tuto). Je n'ai jamais bossé passer 20h, le repose c'est très très important pour tenir sur la longueur. Je faisais donc 3 pauses dans ma journée : le midi 1h, le matin et l'après-midi 30 min (ou j'essayais de sortir pour me vider la tête). Je n'allais presque jamais en cours

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 n'allais presque jamais en cours ou alors seulement 1 ou 2 par semaine donc je travaillais sensiblement de la même manière. 7h-20h avec 3 pauses où j'essayais au maximum de sortir pour me vider la tête. Quand il y avait colle j'arrêtais de travailler vers 18h (mais je n'allais presque jamais en colle je préfère les faire chez moi pour aller plus vite)

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

Je travaillais quasiment pareil qu'en semaine mais je me laissais 1 soir ou j'arrêtais à 18h pour profiter de ma soirée avec des copains ou ma famille. Si tu me choisis comme marraine je t'expliquerai tous mes meilleurs tips pour organiser ta semaine et ton travail, j'adore ça!

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

Je travaillais environs 12-14h par jour pendant 1 semaine et demie avec toujours 3 pauses dans la journée (30min, 1h, 30min). C'était le seul moment de l'année où je travaillais également le soir mais pas longtemps.

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

Je dormais environ 7-8h par nuit le deuxième semestre et 6-7h pour le premier.

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.

J'étais super organisée au niveau révisions avec une méthode des J adaptées à ma manière que je t'expliquerais en détail quand on se rencontrera. J'avais un super grand agenda où je notais toutes mes révisions à faire et ça marchais super bien, je n'ai jamais loupé de J et cette méthode à marcher toute l'année. Je travaillais mieux tôt le matin donc je faisais tout le temps : 1h de bioch, 2h de biol puis 1 h de biophys avec des cours difficiles ou nouveaux puis l'après-midi c'était plus Light je m'organisais des cours sympas ou des vieux J.

Pour moi l'important c'est la compréhension, il faut tout comprendre et l'apprentissage se fera tout seul. Donc j'avais plusieurs techniques pour mémoriser : code couleur, schéma, parler à haute voix, expliquer mon cours, faire des colles, des exercices ... Je variais pour ne pas m'ennuyer

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 ?

Cette année était très intense, je suis passée par beaucoup de moments difficiles dans ma vie personnelle mais je suis tellement fière de tout ce que j'ai donné dans cette année en y repensant. Le PASS m'a apporté beaucoup de confiance en moi, et m'a appris beaucoup sur moi-même.

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

Donnez tout pour votre rêve, travailler sans avoir de regrets et vous pourrez vous être fière de vous !