



FICHE PARRAINAGE PASS 2023/2024 N° 135

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

NOM : Sagot
Prénom : Lilas
Filière : Pharmacie

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

Bac général spe LLCE anglais et maths

Quelle était ta mineure l'année dernière ?

Biologie

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-rentree) !

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

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

Etas-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 1 fois par semaine à la salle de sport de l'UBO c'était un moyen de me vider la tête , je me gardais souvent le vendredi soir chill quand je rentrais chez mes parents (je rentrais souvent tard d'ailleurs donc c'était mieux de me reposer)

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

Au premier semestre je travaillais chez moi je n'aurais pas vraiment de nombre d'heure en tête ça a été un semestre assez compliqué donc les journées étaient assez irrégulières, au deuxième semestre je travaillais à la Bu et je restais de l'ouverture jusqu'à la fermeture, je prenais 1 pause le matin souvent vers 10h, 1h de pause le midi et souvent je m'accordais 10 min de sieste, puis 1 pause de goûter aussi, à 22h je rentrais chez moi, je prenais ma douche et je mangeais devant ma série (souvent je prenais un tupperware avec moi et j'allais au RU prendre ma nourriture du soir comme ça je n'avais pas à cuisiner en rentrant) et des fois avant de dormir je relisais un cours ou deux. Quand il y avait colle j'y allais en général, souvent je rentrais après directement car j'étais fatigué mais des fois je restais à la bu après (en période avant examen surtout)

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 entre 8 et 12 h avec les heures de cours compris en général.

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

Le week end c'était souvent plus compliqué de travailler donc j'étais plus au alentour de 6-8 h de travail.

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

Mon rythme ne changeait pas tant que ça je travaillais toujours de 8-12h par jour.

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

7-8 h, j'avais du mal à tenir avec moins d'heures de sommeil et souvent après manger j'avais besoin d'une micro sieste pour me re motiver

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 n'avais pas du tout de méthode, j'avais essayé de travailler avec quizlet et ça a vraiment été la catastrophe, je me suis donc mis à travailler de manière plus classique, je relisais mes cours, j'essayais de les re écrire de mémoire ou de les réciter, et je révisais les cours au feeling, j'organisais mes planning à la semaine, je ne me fixais pas vraiment de créneaux horaires mais je faisais plus une liste de cours à revoir dans la journée.

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 ?

Alors ça n'a pas toujours été facile, surtout au premier semestre où j'ai vraiment eu l'impression de m'être planté, je me sentais très seule, j'ai eu beaucoup de mal à trouver mon rythme, j'ai aussi eu des problèmes avec mon copain ce qui n'a pas arrangé la situation, mais au second semestre ça allait mieux, rien que le fait d'être à la BU je "voyais du monde" et j'avais un vrai rythme de travail.

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

Croyez en vous tout le monde peu le faire et même si vous ne réussissez pas cette année, elle vous apportera beaucoup d'un point de vu personnel je vous l'assure !