



## FICHE PARRAINAGE PASS 2023/2024 N° 19

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

**NOM :** LAOT  
**Prénom :** Alexis  
**Filière :** Médecine

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

Bac générale, spé SVT, physique-chimie avec option maths et section euro

### 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 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.A.S 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 ?**

Mes loisirs consistaient principalement à aller boire un verre avec mon meilleur ami.

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

Réveil vers 7h30, couché vers 23h30. Je révisais entre 8 et 12h par jours, 9h la plus part du temps. J'allais à presque tous les cours pas vraiment pour écouter mais pour discuter avec mes copains. Et j'avais pas de planning, je prévoyais de la veille pour le lendemain.

**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...) ?**

Entre 8 et 12h lorsqu'il n'y avait ni colles, ni cours.

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

Environ 9h

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

Entre 10 et 12h, jusqu'à 14h lorsque j'avais vraiment du retard dans une matière.

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

J'essayais d'avoir entre 7 et 8h de sommeil par nuit, si je dormais moins je n'étais vraiment pas en forme.

**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 comptabilisais le nombre de relecture que j'effectuais de chaque cours. Quand je l'avais lu entre 8 et 12 fois je le connaissais normalement.

Sinon je n'avais pas d'organisation particulière, je regardais quels cours je n'avais pas beaucoup lu et je le lisais.

Je n'ai utilisé que les cours tapés du tutorat que je fluotais.

Avant les partielles, je faisais des colles et des annales pour savoir si j'étais au point sur mes cours.

**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 globalement apprécié mon année, la période après la toussaint et les résultats du premier concours blanc a été difficile car je me suis rendu compte que je ne travaillais pas assez et que j'avais du retard, et il a donc fallu le rattraper non sans mal.

J'ai appris que quand je le voulais vraiment (et que je n'avais pas vraiment le choix), j'étais capable de réviser 8 à 12h sans pour autant avoir passé une mauvaise journée.

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

Bonne chance les ga, parce que ça ne va pas être facile. Si vous pensez ne pas avoir assez travaillé c'est normal mais travaillez plus ou mieux quand même dans le doute. En pass on ne travail jamais trop, mais bien souvent pas assez.