



FICHE PARRAINAGE PASS 2023/2024 N° 31

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

NOM : Josso
Prénom : Noéline
Filière : Odontologie

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

Bac général spé maths svt physique-chimie mention bien

Quelle était ta mineure l'année dernière ?

Science de la vie

L'année avant ton PASS où étais-tu ?

- Au lycée
 Autre (à préciser) : Prépa

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 ?

C'était hyper important pour moi de faire des pauses et surtout de penser à autre chose (même si c'était pas facile) en général j'allais marcher que ce soit en ville ou à la plage. Ça m'arrivait environ 2 fois par semaine plus ou moins selon mes besoins. Sinon j'aimais beaucoup prendre du temps pour cuisiner peut être 1 fois par semaine.

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

Je commençais à travailler à 8 h et ensuite je travaillais Jusqu a 12 ou 13 h avec une pause à 10 h qui durait entre 10 et 30 min suivant les jours car je travaillais mieux le matin. Je prenais environ 1 h de pause à midi. En début d'après midi j'essayais de faire des matières qui me tenait réveiller (petite sieste si besoin) puis je faisais une pause de 30 min à 16h puis je reprenais Jusqu a 19h. Le soir je travaillais Jusqu a 21h ou 22h sauf les soirs de Colles ou je terminais plus tard.

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...) ?

En Général je travaillais entre 8 et 10h par jour des fois plus des fois moins suivant si j'allais ou non en cours.

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

Le week end je prenais de plus longues pauses notamment pour dormir (réveil à 10h le dimanche matin) et rattraper mon sommeil de la semaine pour mieux repartir après. Sinon la journée s'organisais à peu près de la même façon qu'en semaine.

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

En période de révision, je faisais moins de sorties et je travaillais entre 10 et 12h par jour. J'essayais de garder un rythme soutenable pour ne pas arriver épuisé à l'examen et surtout pour pouvoir bosser correctement.

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

Pour moi le sommeil était HYPER important alors je dormais environ 7 ou 8 h au 1er semestre et au 2ème entre 8 et 10h je pense. Quand j'étais trop fatiguée je faisais des petites sieste en début d'après midi pour mieux reprtir bosser !

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.

Pour m'organiser j'avais imprimé des tableaux avec tous les cours de chaque matières que j'avais affiché au dessus de mon bureau. A chaque fois que je voyais un cours je le notais comme ça je voyais quelle cours je n'avais pas vue assez de fois où depuis trop longtemps.

Pour savoir quand voir mes cours, au 1er semestre je suivais les cours de la fac et du tuto. Au 2ème semestre, j'essayais de suivre le même ordre mais j'avais pris de l'avance étant donné que beaucoup de cours était en distanciel.

Pour la fréquence, la première fois je voyais mon cours 2 fois de manière assez rapproché puis le week end j'essayais de voir mes cours de la semaine. Ensuite j'essayais de les revoir le plus souvent possible.

Pour la Méthodo, je lisais d'abord mon cours doucement pour bien le comprendre avant d'apprendre. Ensuite je le relisais en floutant et en essayant de retenir les grandes lignes puis je fonctionnais beaucoup en faisant des fiches de révisions.

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 pas mal de moments difficiles durant ma PASS ça a été vraiment compliqué pour moi. Finalement j'en ressors en ayant beaucoup évolué, en ayant appris beaucoup sur moi mes limites et mes capacités et surtout en étant fière d'avoir réussi à finir cette année.

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

Franchement c'est une année de dingue, on peut pas se l'imaginer avant de l'avoir vécue mais ça en vaut vraiment le coup ! Avec beaucoup de motivation et de travail vous avez toutes vos chances pour y arriver, vraiment vous avez une force en vous que vous ne soupçonner même pas alors foncez et ça va le faire !