



## FICHE PARRAINAGE PASS 2023/2024 N° 46

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

**NOM :** Kaandorp

**Prénom :** Tom

**Filière :** Kine

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

Très bien (PC/SVT/option maths)

### 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 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 ?**

1er semestre je n'étais sorti qu'une fois mais au 2 eme semestre je suis sorti plusieurs fois au début du semestre et ensuite je faisais du sport de temps en temps

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

1er semestre: environ 11h/jour : cours en amphi le matin, puis pause de 1heure ou je mangeais et je faisais une sieste de 25min, reprise du travail à 13h puis pause goûter vers 16h de 20min puis collé à 18h puis retour maison manger à 21h et ensuite travail jusqu'à 23h de matière trq

2eme semestre: environ 9h/jour : journée très variable et beaucoup moins organisé que le 1er semestre avec beaucoup plus de temps de pause.

**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...) ?**

11h/jour au premier semestre et 9h/jour au second semestre avec pause de 5min toute les heures de travail en plus des grandes pauses (goûter, repas)

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

Autant que lors de la semaine mais le travail est différents parce que ce n'est que de la révision (pas de colles, pas de cours en amphi)

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

Pas plus que le reste de l'année

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

8heures de sommeil par nuit

**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 regardais quel cours j'avais pas revu depuis longtemps et je complétais mon tableau des cours comme ça en plus essayant de revoir chaque cours à peu près autant de fois

**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 ?**

Le 1er semestre était vraiment génial, je sentais vraiment que j'apprenais plein de choses, que je vivais un moment super enrichissant et c'est passé très vite parce que c'était très rythmé.

A la différence du 2nd où j'ai vraiment eu beaucoup de mal à me motiver à travailler parce que justement c'était bien moins rythmé (moins de cours en amphi). PASS m'a obligé à faire un effort pour les cours ce que j'avais jamais dû faire avant, j'ai donc dû apprendre à apprendre, et accepter le fait que sans travail ça ne peut pas marcher.

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

Bon courage, c'est une année super difficile mais qui est super sympa à vivre quand même. On est super bien accompagné grâce au TSB ce qui rend l'année nettement plus agréable et facile. Si tu travailles correctement chaque jour, il n'y a pas de raison que tu n'y arrives pas et tu va voir, tu va faire de super rencontre et apprendre des choses super intéressantes.