



FICHE PARRAINAGE PASS 2023/2024 N° 7

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

NOM : Joncourt

Prénom : Marine

Filière : Médecine

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

Mention Très bien, spécialités SVT et Physique-Chimie avec option maths compléme

Quelle était ta mineure l'année dernière ?

Sciences infirmières

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 ?

Je réservais mes samedis après-midi/ soirs pour faire des activités avec mes amis

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

Je commençais à travailler vers 8h-8h30 puis je m'accordais une pause de 1h le midi, je terminais de travailler vers 19h parce que je détestais travailler le soir (je n'allais pas en colle en présentiel mais je les faisais toutes chez moi)

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 environ 9h par jour en semaine, en prenant donc 1h de pause le midi et 30mn pour le goûter

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

Je travaillais le samedi matin donc environ 4h puis je travaillais le dimanche mais moins qu'en semaine (6-7h à peu près). Il m'arrivait de ne pas travailler le dimanche matin quand je sentais que j'avais besoin de prendre du temps pour moi.

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

Lors des périodes de révisions je travaillais entre 11 et 12h par jour, je commençais à 8h mais je terminais vers 22h en relisant mon petit carnet où j'avais noté les notions du semestre qui me paraissaient essentielles

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

Je dormais au minimum 9h toutes les nuits, j'ai toujours eu un gros rythme de sommeil et je savais que c'était très important pour moi de ne pas perturber ça cette année

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 vraiment de méthode précise, je révisais les cours un peu au feeling, j'avais tout de même un agenda que j'ai utilisé toute l'année où je notais les cours que j'avais révisés chaque jour et ceux qu'ils faillaient que je vois les jours suivants. Ça me permettait d'avoir une trace de mon travail et d'être fier de ce que j'avais fait chaque semaine. Ma méthode pour apprendre un cours c'était surtout de le revoir plusieurs fois et de noter les infos importantes dans un petit carnet qui m'était très utile pour la période 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 plutôt bien ressenti cette année parce que je savais que j'avais trouvé la méthode de travail qui me correspondait et je prenais des pauses quand j'en ressentais le besoin. Bien sûr il y a eu des moments plus difficiles, surtout au S2, mais ils s'oublient vite quand on se rappelle pourquoi on est là.

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

Pour cette année qui arrive, je pense qu'il est vraiment très important de vous écouter, c'est essentiel. Si vous en ressentez le besoin n'hésitez pas à faire des pauses ou sortir faire autre chose, et cela sans culpabiliser parce que les autres n'ont pas le même rythme que vous. Votre parrain ou marraine sera là pour vous conseiller donc n'hésitez pas à poser des questions et donnez vous à fond pour ne rien regretter !