



FICHE PARRAINAGE PASS 2023/2024 N° 79

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

NOM : COLLET
Prénom : Mathilde
Filière : Kinésithérapie

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

Bac général mention très bien, spécialité physique-chimie et svt, options maths complémentaires et anglais euro

Quelle était ta mineure l'année dernière ?

Science infirmière

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 ?

Étant sportive de base, c'était impossible pour moi d'arrêter le sport durant ma pass. J'allais donc courir au minimum 1 fois par semaine et m'autorisais des sorties bonus quand j'en ressentais le besoin (quand mon cerveau était en surchauffe quoi !).

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

Ma journée type c'était : réveil à 7h pour commencer à travailler à 7h30, petite pause repas à 12h30 devant "Good doctor" et je reprenais vers 13h30 jusqu'à la colle de 18h.

J'allais aux colles du tuto ou de la prépa, tout dépendait des matières où j'avais besoin de plus d'explications.

S'il n'y avait pas de colle de prévue, je faisais masse qcm à la place.

Ma journée se terminait vers 22h30 et après le best moment : dodo !

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 11/12h par jour (ouais c'est beaucoup, mais j'avais énormément de mal à prendre des pauses). En fait, en semaine je m'accordais mes pauses repas et mes trajets à vélo pour aller à la fac ou en colle.

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

Le samedi ne changeait pas du reste de la semaine (juste je n'allais pas à la fac, ni en colle).

Mon jour préféré : le dimanche ! C'était le seul jour de la semaine où je ne travaillais pas le soir, donc je m'arrêtais vers 17h/18h, ce qui faisait environ 9h de travail.

Course à pied et Netflix étaient mes seules préoccupations à ce moment-là !

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

Les 2 semaines avant les concours étaient quasiment similaires aux autres jours, juste je n'allais plus courir et je finissais un peu plus tard le dimanche.

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

On ne fait que de vous le répétez mais le sommeil c'est vraiment hyper important. C'est pourquoi durant les 2 semestres j'essayais de dormir 7h au minimum avec une petite sieste sur la pause du midi !

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.

J'organisais mon planning de la semaine le dimanche soir avec la méthode des J, même si parfois je la modifiais un peu pour l'adapter et pouvoir re-revoir des cours que je maîtrisais un peu moins.

C'est super important de trouver sa méthode, l'organisation c'est la clé !

Pour ce qui est de l'apprentissage, ma première lecture était en cours, j'essayais de comprendre et après je l'apprenais par cœur.<3

J'ai une mémoire plutôt visuelle (tout mon poly était fluoté avec tout pleins de couleurs) et auditive. Je récitais mes cours toute la journée jusqu'à ce qu'ils rentrent dans ma tête !

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'appréhendais énormément ma rentrée en pass. Étant très stressée à la base, je pense tout de même l'avoir assez bien vécue (même si bon, on va pas se mentir, sur la fin c'est quand même un peu de la survie !).

C'était psychologiquement difficile, je me comparais souvent aux autres (je sais c'est pas bien !) et je manquais de confiance...

Mais j'ai eu la chance d'avoir été très soutenue, c'est ce qui selon moi est le plus important pour tenir jusqu'au bout.

Cette année m'a permis d'apprendre à me connaître et à acquérir un max de connaissances (maintenant je peux flex en repas de famille 😊)!

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

Courage !

Cette année n'est vraiment pas facile, mais si vous êtes motivés vous pouvez y arriver. Vous allez apprendre tellement de choses, que ce soit intellectuellement avec les cours ou personnellement, sur vous et vos capacités.

La pass ça reste super enrichissant et même si parfois vous vous demandez ce que vous faites là, je peux vous assurer que vous avez votre place et que vous ne le regretterez pas!

Je crois déjà en vous et je serais ravie de vous accompagner pour que vous viviez au mieux cette année !