



FICHE PARRAINAGE PASS 2023/2024 N° 96

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

NOM : PERESSE

Prénom : Anaëlle

Filière : médecine

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

Bac générale: option SVT, physique-chimie et maths complémentaires

Quelle était ta mineure l'année dernière ?

science de la vie

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 ?

Le week-end où j'étais sur Brest, j'essayais de faire une petite séance de sport le dimanche soir. Sinon, quand je rentrais le samedi soir je faisais un petit repas avec ma famille histoire de penser à autre chose.

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

Chaque journée se ressemblent plus ou moins, en général je commençais à 8h00 jusque 12h00 puis je reprenais à 13h00 jusqu'à l'heure de la colle si il y en avait une. En général, j'essayais de me coucher entre 22h et 23h car le sommeil pour moi était très important.

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...) ?

Dans l'ensemble je faisais environ 9h par jours, par contre je bossais plus à l'approche des examens. Le midi je prenais 1h pour manger puis durant l'après-midi je me prenais 1 ou 2 pauses de 15min en fonction de ma concentration.

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

Le week-end, je gardais les horaires de la semaine mais je me prenais 1h30 pour manger le samedi midi. Le dimanche soir j'arrêtais vers 19h pour pouvoir faire soit un peu de sport où bien rentrer sur Brest.

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

Pendant la période de révision, le maximum que j'ai pu faire c'était de 7h à 23h, avec bien sûr quelques pauses, cependant ça restait sur une très courte période car j'essayais au maximum de conserver un minimum de sommeil (je le répète mais le sommeil reste primordial)

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

J'essayais de garder 8h de sommeil par nuit, mais au deuxième semestre j'avais un peu plus de mal à m'endormir.

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 mon organisation, j'avais un agenda dans lequel je marquais tous les cours à venir et les cours que je devais réviser. En ce qui concerne ma méthode de travail, je relisais à haute voix mes cours et essayais de me les réciter. Ensuite je m'entraînais avec les colles du tutorat et je finissais avec les annales vers la fin du semestre.

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 ?

Cette année a été riche en émotion avec des hauts et des bas mais il faut se dire qu'on est pas tout seul à traverser cette épreuve. Le plus important c'est de tout donner et ne pas baisser les bras. C'est aussi une année très enrichissante où l'on apprend beaucoup de choses de part les cours mais on apprend aussi à mieux se connaître et se gérer.

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

Tu es sur le point de commencer une année qui, comme tu le sais n'est pas des plus facile, mais avec de la discipline et de la détermination, tu vas y arriver ! "Ce n'est pas un sprint mais un marathon", cette phrase est véridique, il va falloir bosser tout en te réservant quelques moments pour toi (avec modération bien sûr :) Et peut importe quel sera l'issue de cette année, tu pourras être fière de ce que tu aura accompli. Alors, je crois en toi, donne tout ce que tu as et tu vas l'avoir cette place ! ;)