



FICHE PARRAINAGE L.AS 2023/2024 N° 51

Cette fiche est à destination des étudiants engagés dans une licence accès santé (L.AS) au cours de l'année 2023/2024.

NOM : JOULIN
Prénom : Lilou
Filière : Médecine

Quelle était ta licence l'année dernière (ex : L.AS 60 ECTS SVT-PC...) ?

LAS 2 Sciences de la vie BCMP

Au lycée quel(le) genre d'élève étais-tu ?

- Sérieux(se) et travailleur(se)
- Bon(ne) élève
- Flemmard(e) et pas très motivé(e)
- Mauvais(e) élève

Étais-tu un(e) L.AS 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 l'approche des partiels/oraux
- Pas stressé(e) du tout, j'étais cool toute l'année !

A quelle fréquence assistais-tu au cours ?

- Tout le temps, ça m'aidait à comprendre et à apprendre
- Quasiment tout le temps, sauf pour les cours qui me paraissaient inutiles
- Des fois, je n'allais que à ceux qui m'intéressaient ou qui semblaient difficiles
- Jamais (sauf cours obligatoire), 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

Pendant ta L.AS, où est-ce que tu habitais ?

- Chez tes parents ou ta famille
- Dans un appart seul
- Dans un appart en coloc

As-tu suivi une prépa ou le tutorat au cours de l'année ?

- Tutorat seulement
- Prépa seulement
- Prépa & Tutorat

As-tu fait un PASS avant ta L.AS ?

- Oui
- Non

Si OUI, comment appréhendais-tu cette année dans un cursus qui n'était pas forcément ton premier choix au départ, avec du recul comment ça s'est passé ? Comment as-tu trouvé la charge de travail par rapport à la PASS ?

Quand j'ai su que je devais aller en LAS, j'appréhendais parce que je n'avais pas beaucoup de renseignements sur la LAS biologie et je ne voulais pas aller en LAS mais en p2 hahaa Après j'ai appris qu'on avait des TP notés (à ce moment-là j'ai commencé à stresser haha), des TD etc. Mais au final, j'ai adoré ma LAS et elle s'est très bien passée ! j'ai rencontré plein de nouvelles personnes, les cours étaient beaucoup moins compliqués qu'en médecine et beaucoup moins denses. Les TP se préparent à l'avance et il n'y a aucun stress à avoir, c'est d'ailleurs plutôt cool et drôle parce que t'es avec tous tes potes. En TD ou en cours les profs n'hésitent pas à répondre à vos questions, à vous réexpliquer les points que vous n'avez pas compris. C'est très différent du rythme de PASS.

Comment répartissais-tu ton temps de travail entre TP, TD, CM, possiblement la mineure et tes pauses ? Quelle était globalement ta journée type ?

Généralement, on avait cours toute la journée. On commençait à 8h soit par des CM ou des TP, on finissait vers 12h15 et hop on reprenait à 13h30 avec des CM et ensuite des TD puis la journée se terminait souvent vers 17h45.

Quand je rentrais chez moi, je remettais mes cours au propre pour commencer à les surligner et les apprendre le soir. Je faisais mes J s'il m'en restait et hop dodo vers 22h30. Je préparais souvent mes TP en avance (les synoptiques) et aussi mes TD notamment en biochimie, génétique et physiologie végétale.

Le week-end je dormais, jusqu'à 9h30 environ, je prenais une pause le dimanche fin d'après-midi (c'est important :)) et je gardais aussi du temps le week-end ou dans la semaine pour aller courir.

Comment as-tu appréhendé les TP (qui peuvent être source de stress) ou plus généralement la pédagogie de la licence qui est un peu différente de celle du PASS ou du lycée ?

Les TP je pense que c'était l'une des choses qui me stressait le plus avant d'arriver en LAS. C'était stressant parce qu'il fallait réussir son TP et avoir des bonnes notes aux comptes rendus. Mais pas de panique à bord (vous avez la réf) pas comme moi en tout cas, car les TP se préparent en avance, on est en binôme et quand ils sont bien préparés vous pouvez vraiment avoir une bonne note !

En ce qui concerne les CM, j'étais habituée aux CM de PASS où si tu ratais une phrase t'étais perdu, et bien en LAS c'est pas pareil hahaa. Les profs prennent le temps mais vraiment le teeeemps d'expliquer, de réexpliquer, répètent leurs phrases pour qu'on note bien tout. En TD (ou même par mail) vous pouvez poser toutes vos questions aux profs, ils sont là pour vous aider.

En LAS Sciences de la vie, une très grande partie du programme de biochimie est la même que celle de PASS. On retrouve aussi des notions de PASS en Histologie et cytologie. Je trouvais ça super rassurant !!

Et pour la physiologie végétale, j'avais peur de rien mais rien comprendre et de ne pas trouver ça intéressant mais au final pas du tout, c'est intéressant et abordable même si vous n'avez pas fait une L1 classique :)

Pour ta méthode de travail, comment organisais-tu ton travail et tes révisions ? Etais-tu plutôt organisé(e) (la fameuse méthode des J par exemple), ou plutôt au feeling ?

J'ai gardé la méthode des J en LAS. Par contre si j'avais du temps et que j'avais fini mon programme du jour, je révisais quand même des cours même si ce n'était pas le J de ces cours. Ça me permettait de revoir de nombreuses fois mes cours et de les connaître vraiment bien. Avec cette méthode j'étais bien organisée et elle me rassurait au début d'année parce que je ne connaissais pas trop le rythme de la fac. Tant que vous avez de la régularité sur vos cours c'est ce qui compte, peu importe la méthode que vous adoptez.

Le week-end je révisais les cours de la semaine, les anciens et aussi tout ce qui était exposé (oui oui c'est le retour des exposés mdr), TD, TP et je faisais beaucoup d'annales car cette année ce n'est pas que des QCM, ça peut être des questions courtes, des exercices avec des calculs, des questions à développer donc je m'entraînais sur ça le week-end. Bien sûr je gardais du temps pour faire du sport, voir des amis, ma famille et je m'accordais des pauses dans les journées !

En période révisions je revoyais tous mes cours, je refaisais tous mes TP, TD, les annales aussi plusieurs fois.

Comment t'es-tu préparé aux oraux (si tu les as passé) pendant ton année ?

Cette année en LAS les oraux étaient fin mars début avril (pendant le S4). J'ai commencé à les préparer en janvier. Je faisais d'abord 1 texte tous les 2/3 jours et j'écrivais ma motiv au fur et à mesure tous les soirs. Puis à partir de mi-février, je faisais 5 textes par jours (j'en pouvais plus à la fin hahaa). Au départ pour les textes je les étudiais pendant 50/45min puis ensuite j'ai réduit à 30min avec 5min de présentation où je m'enregistrais, je me filmais pour voir ma posture etc. Pour couper un peu des textes quand j'en avais marre dans la journée, je récitais ma motiv en faisant pareil (me filmant, devant le miroir, mes amies, mes parents...). Je relisais toutes les questions que j'avais préparées en lien avec mon projet et j'y répondais.

A force de faire pas mal de texte, je commençais à avoir un peu de culture générale. Pour la renforcer, je regardais des vidéos sur des sujets actuels, le climat, et je faisais des recherches sur d'autres pathologies (tous les supports que j'ai utilisés pour l'oral seront dans mon drive :)), et j'ai aussi relu les cours de PASS.

Avant la PASS je n'avais jamais encore travaillé l'été et je n'avais jamais fait de stage avec un médecin. Du coup l'été après la PASS, j'ai fait plusieurs stages chez des médecins et j'ai travaillé. Ce que j'ai pu faire l'été m'a permis de remplir un peu plus mon CV.

Comment se sont déroulé tes oraux ? Quel était ton ressenti après ces derniers ?

Mes oraux se sont bien déroulés. J'ai un peu été déstabilisée par des membres du jury mais j'ai gardé mon sang froid et j'ai su répondre à leurs questions. Après les oraux, c'est difficile de se donner un avis sur ce que l'on vient de vivre, c'est limite frustrant car on ne sait pas ce que le jury en face en a penser. Mais globalement, j'étais contente de moi, j'ai su répondre à toutes leurs questions.

Pour l'oral scientifique j'ai eu un texte qui traitait des thromboses veineuses. J'ai tenu pile 5min. Les questions des jurys n'étaient pas compliquées, ils étaient très bienveillants et j'ai réussi à répondre à toutes leurs questions.

Pour l'oral de motivation, j'ai tenu 5min pile aussi, je n'ai pas eu d'hésitation pendant mon oral. Lors des questions un membre du jury essayait de me déstabiliser mais j'ai gardé mon sang froid et sa technique de déstabilisation n'a pas fonctionné hahaa.

Comment as-tu ressenti ta L.AS en général ? As-tu vécu des moments difficiles ? Et une fois cette dernière finie, estimes-tu que cela t'apporté quelque chose ?

J'ai bien vécu ma LAS, j'avais un bon groupe d'amis en qui j'avais confiance et à qui je pouvais poser mes questions quand je ne comprenais pas certains points du cours.

J'ai eu des moments de stress pendant cette année notamment à l'approche des exams mais globalement c'était modéré par rapport au côté positif que j'en tire. Pendant cette année vous pouvez voir vos amis, sortir, faire du sport. Et au niveau des cours on n'est pas surchargé par rapport à la PASS.

J'appréhendais cette LAS mais au final je suis contente d'avoir eu une année supplémentaire, pour affiner mon projet et mieux le défendre pendant l'oral, apprendre de nouvelles choses, rencontrer de nouvelles personnes :) !! Enfin j'en retire vraiment que du positif et que des bons souvenirs !

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

La majorité des gens qui essayent de rentrer dans les formations MMOPK le font en 2 fois. Ce n'est pas parce que vous n'avez pas été admis dès la première année que vous êtes nul ou moins bon, loin de là !

Cette année c'est votre année, elle est différente de la PASS, vos notes, votre classement de PASS ne comptent plus en LAS car tout est remis à zéro !

Cette année va vous apporter plein de choses positives, vous faire murir mais surtout donnez tout pour n'avoir aucun regret et croyez en vous, en vos capacités parce que vous en êtes capables et n'en doutez surtout pas !!

Ne stressez pas trop, vous pouvez prendre des pauses, voir des amis sans culpabiliser !

Si vous avez un coup de mou, si vous êtes stressés(es) n'hésitez pas à m'envoyer un message je serai là pour vous cette année et j'ai envie de vous voir réussir !! ;)