

# Temps parents

Accompagner son enfant en PASS/L.AS

Journée du Lycéen

Tutorat Santé Brestois  
2023-2024



tutoratsantebrestois



Tutorat Santé Brestois



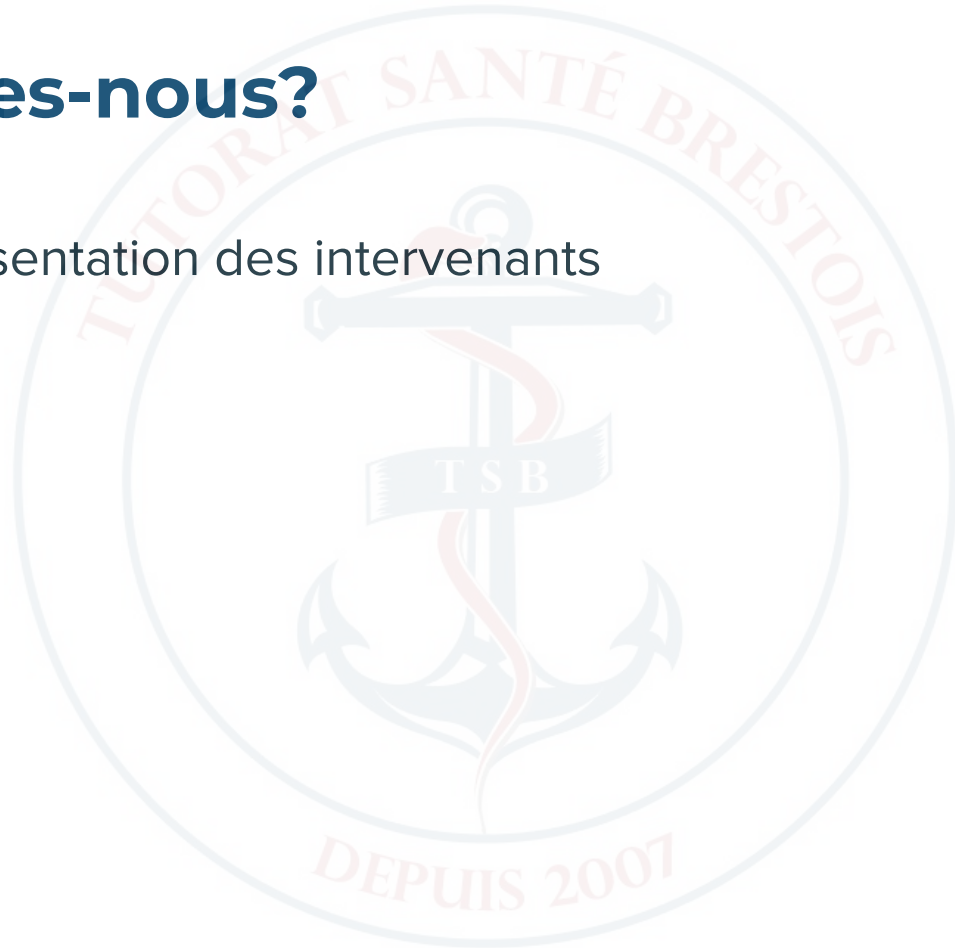
[contact@tutoratbrest.fr](mailto:contact@tutoratbrest.fr)



[www.tutoratbrest.fr](http://www.tutoratbrest.fr)

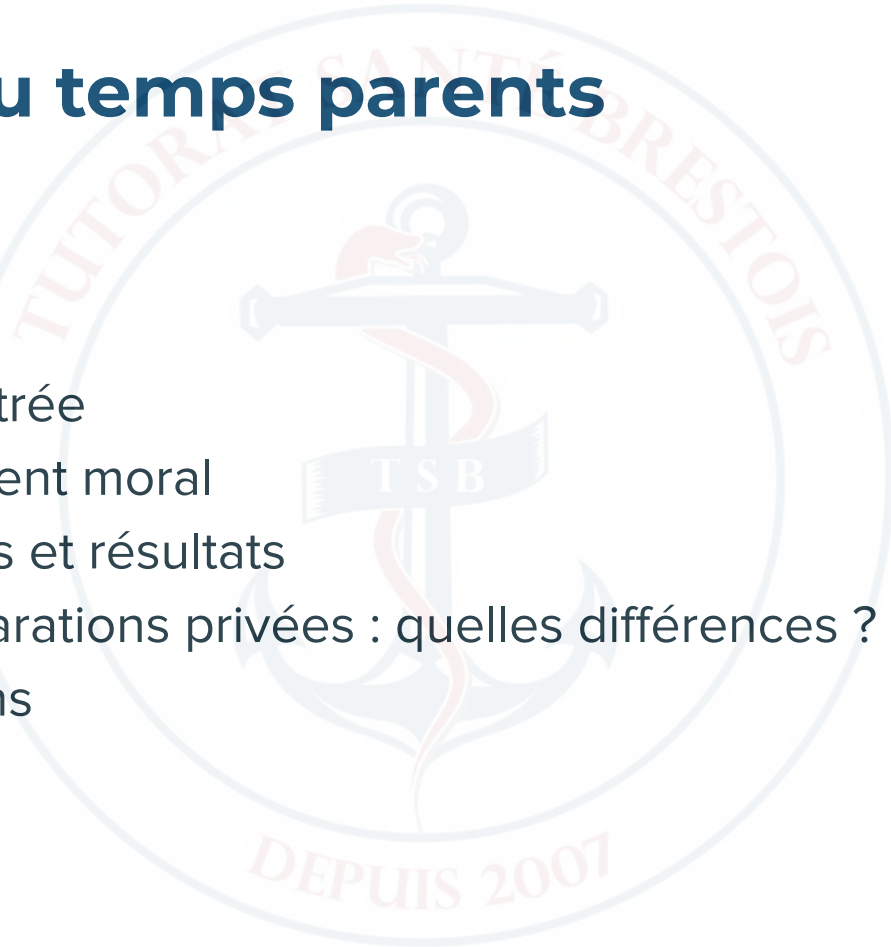
# Qui sommes-nous?

Petit tour de présentation des intervenants



# Sommaire du temps parents

1. Point pratique
2. La fin du lycée
3. Anticiper la rentrée
4. Accompagnement moral
5. Examens, stress et résultats
6. Tutorat et préparations privées : quelles différences ?
7. Temps questions



# 1. Point pratique

## À quoi penser lors du choix d'un appartement ?

Discuter avec son enfant pour connaître ses envies ++

- L'endroit de l'appartement (centre-ville, à côté de la fac de droit ...)
- Calculer les temps de trajet (amphi de droit, BU, RU, supermarché, colles ...)
- Pas très loin d'un supermarché (carrefour city pas forcément un grand supermarché)
- Votre enfant aime t-il faire du sport ? (Salle de musculation (SUAPS), parc ...)

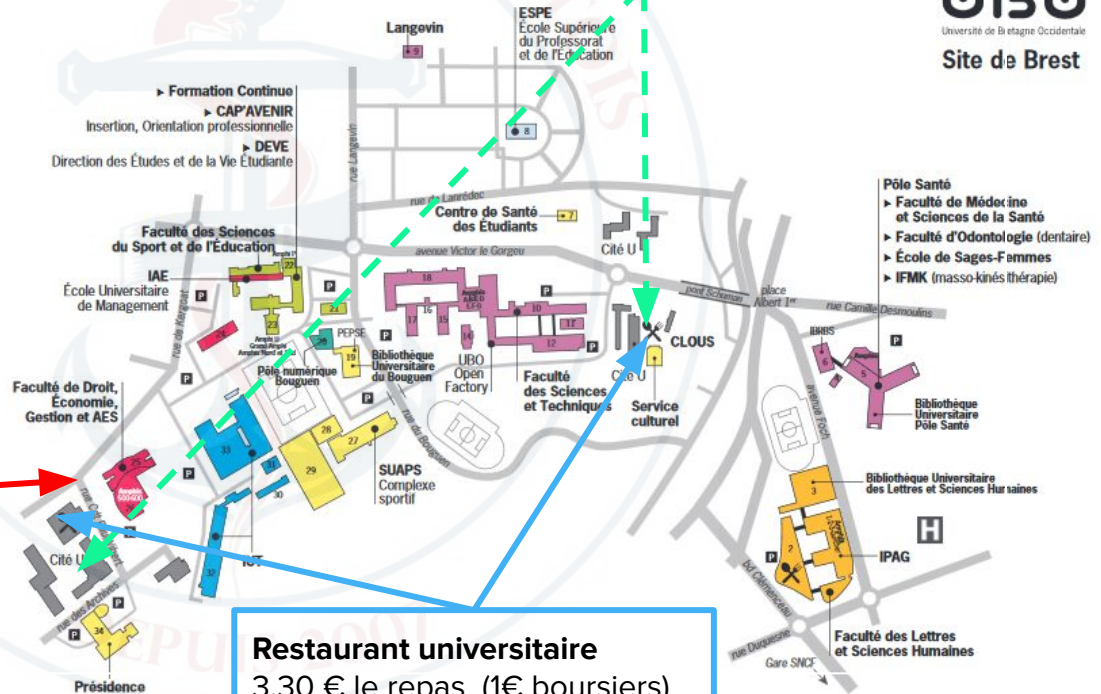
# 1. Point pratique

## Appartements : quels quartiers ?

- Kermenguy
- Bouguen
- Bellevue
- Centre-ville
- St-Martin
- Kérinou

Crous : cité universitaire

**U3O**  
Université de Bretagne Occidentale  
Site de Brest



Lieu des cours (en temps normal)

Restaurant universitaire  
3,30 € le repas (1€ boursiers)

# 1. Point pratique

## L'appartement

- Quand ?

Quand commencer ses recherches ?

- Une colocation ?

Selon vous, la colocation est-elle envisageable ?



# 1. Point pratique

**RU : 3,30€ le repas**

**1€ pour les boursiers**

- Kergoat
- Ségalen (Lettres)
- Armen

**Cafet' : + petites, répartie sur le campus**

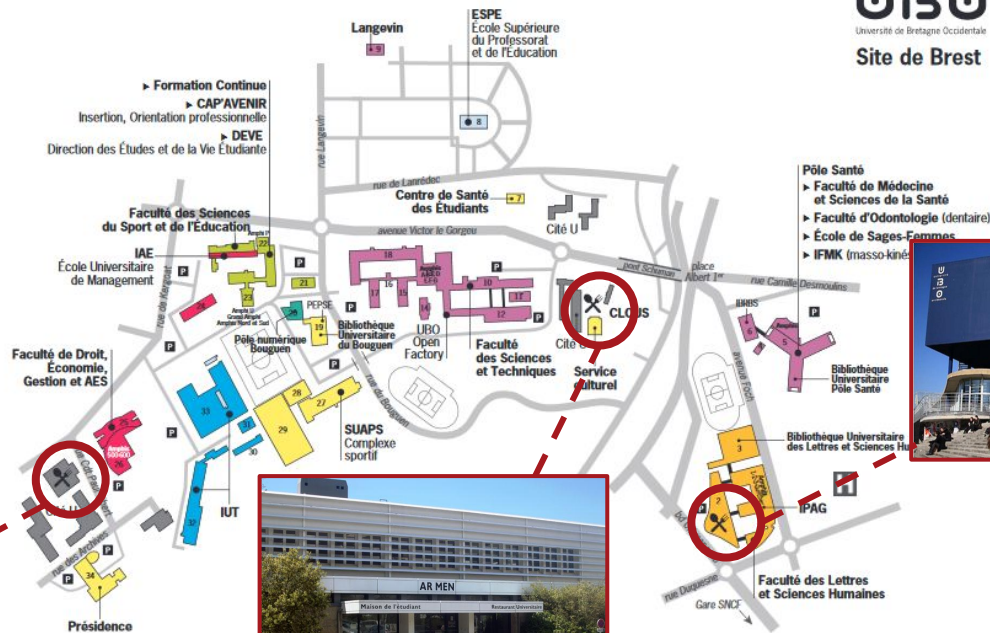


**Kergoat**



**Ar Men**

**UBO**  
Université de Bretagne Occidentale  
Site de Brest



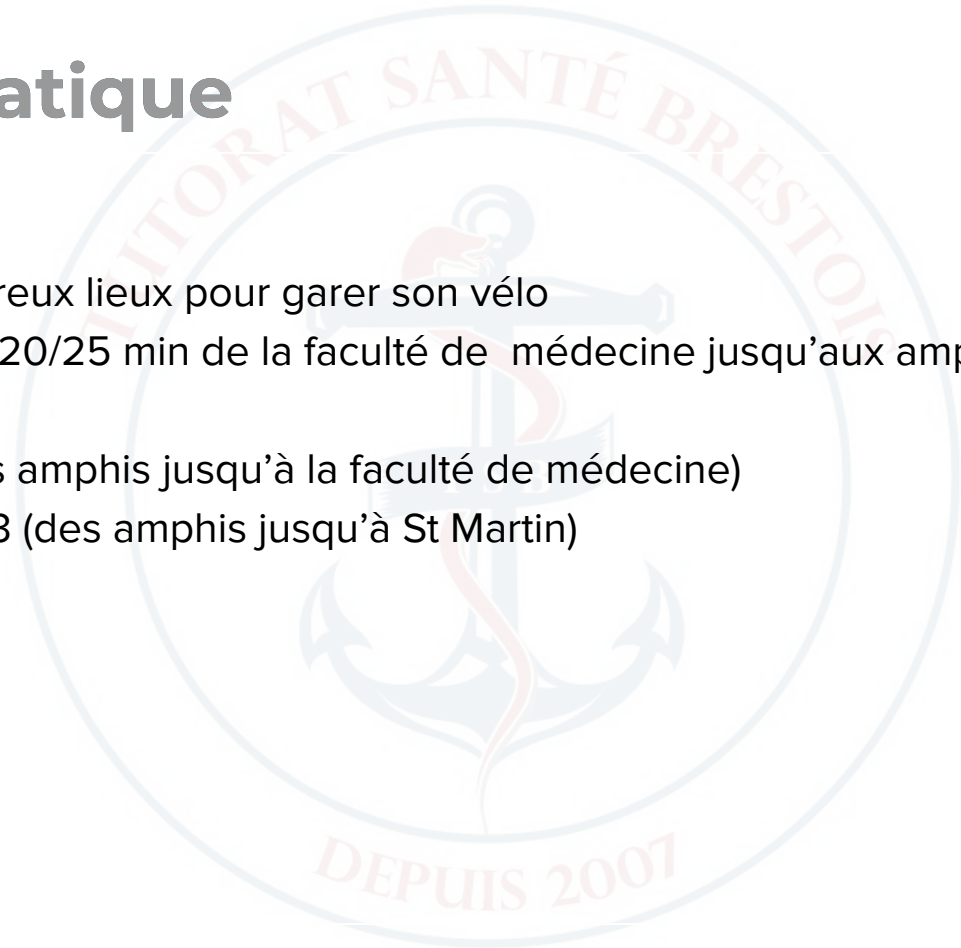
**Lettres**



# 1. Point pratique

## Les trajets

- À vélo ⇒ nombreux lieux pour garer son vélo
- À pied (environ 20/25 min de la faculté de médecine jusqu'aux amphis 500/600)
- En bus
  - ligne 1 (des amphis jusqu'à la faculté de médecine)
  - lignes 12-13 (des amphis jusqu'à St Martin)





# 1. Point pratique

## Les trajets

Et en voiture ?

⇒ Pratique pour rentrer le WE, plus rapide/simple que les transports. Mais :

## Pour se garer sur place :

- Beaucoup de places proche des amphis de droit ou du RU Ar Men
- En revanche très difficile de se garer proche de la fac de médecine ou dans le centre ville

## La circulation dans Brest

Complicqué de circuler aux heures de pointe, peu conseillé notamment en ce moment (travaux pour une nouvelle ligne de tram) +++

## 2. La fin du lycée

### D'ici le bac, il faut trouver un juste milieu

Travailler régulièrement pour s'habituer à travailler et trouver son type de mémoire, être au point sur le programme du lycée et réussir du mieux que possible son bac (important pour Parcoursup !) ...

...sans précipiter les choses, on conseille de profiter autant que possible de son lycée

### Faut-il avoir mention TB au BAC pour réussir ?

**NON**



Ne pas paniquer avant l'heure  
si la note du bac n'est pas au  
rendez-vous

# 3. Anticiper la rentrée

## Niveau matériel

Ordinateur/tablette utile ++ : logiciels d'anatomie, nombreux **mails** de la faculté et des tuteurs, travail sur les **supports en ligne** (plateforme QCM...), prise de note en cours si souhaité, **consulter les e-learning**.

- absolument pas besoin du dernier ordi ou d'un gros budget
- traitement de texte et un logiciel en anatomie c'est suffisant
- si besoin : ordinateurs disponibles dans les BU

Préparer un environnement de travail : lieu de travail confortable

### 3. Anticiper la rentrée

#### Niveau matériel

Le reste des fournitures : rien de particulier

**Ne PAS acheter des cours +++**

*Le Tutorat fournit des cours en pdf gratuitement et propose aussi la vente à prix coûtant de cours imprimés remis à jour chaque année*

#### S'adapter à la vie étudiante :

Pour les concernés : budget, APL/bourses, nouvelles horaires, grosse autonomie

## 4. Accompagnement moral

**MORAL = rôle CRUCIAL** dans la réussite de l'année.

Coup de mou : arrivent parfois (fatigue, stress, fin de semaine...), ne pas s'inquiéter outre mesure.

- simple besoin d'être écouté pour se remettre en route
- rassurer et reconforter si besoin

Aider à dédramatiser :

- mauvaises notes en colle quasi systématiques
- voir la progression plus que la note en elle même ++

## 4. Accompagnement moral

**MORAL = rôle CRUCIAL** dans la réussite de l'année.

Voir quand ils ont besoin d'une pause : irritabilité, fatigue inhabituelle

- **pendant la semaine** : prise de nouvelles : (appels, facetime, sms, ...)
- **le week-end** (à la maison comme sur Brest) : activités/balade en famille, prendre un goûter, regarder un film ensemble le soir...
- vrai regain d'énergie pour repartir

Créer des vrais environnements de pause : pendant les pauses et les repas, quand ils rentrent le WE...

- **éviter de parler des cours, des notes, des révisions**

## 4. Accompagnement moral

**MORAL = rôle CRUCIAL** dans la réussite de l'année.

**Attention à ne pas être trop intrusif !**

- On n'a pas envie de casser sa routine, on est sur une bonne lancée de travail => pas envie de prendre une pause
- Les remarques des parents peuvent être source de stress !

⇒ Accompagner en gardant la bonne distance !

## 4. Accompagnement moral

### L'accompagnement à distance

À quelle fréquence rentrer chez soi ?

Chez soi :

- **confort** de la vie au domicile familial : soutien moral quotidien, pas/peu de gestions des tâches (repas = cuisine, courses...).
- **rupture avec l'appartement brestois** qui est souvent synonyme de travail : toujours bon de décrocher un peu.

À l'inverse, dans les périodes de "rush" :

- temps de trajet et ses contraintes
- difficultés à travailler chez soi

⇒ Parfois on a besoin de rester sur Brest.

**Au final, cette fréquence est très étudiant dépendante** ⇒ discutez avec votre enfant et voyez ensemble ce qui est le mieux pour lui !



# 5. Examens, stress et résultats

## Les résultats de mi-parcours

**Si pas de changement** : seules les notes seront données pour l'examen du 1er semestre (pas le classement)

- Possibilité ou non de consulter ses notes
- On conseille tout de même de garder une copie du relevé de notes : si votre enfant ne souhaite pas le consulter, vous pouvez éventuellement jouer ce rôle !

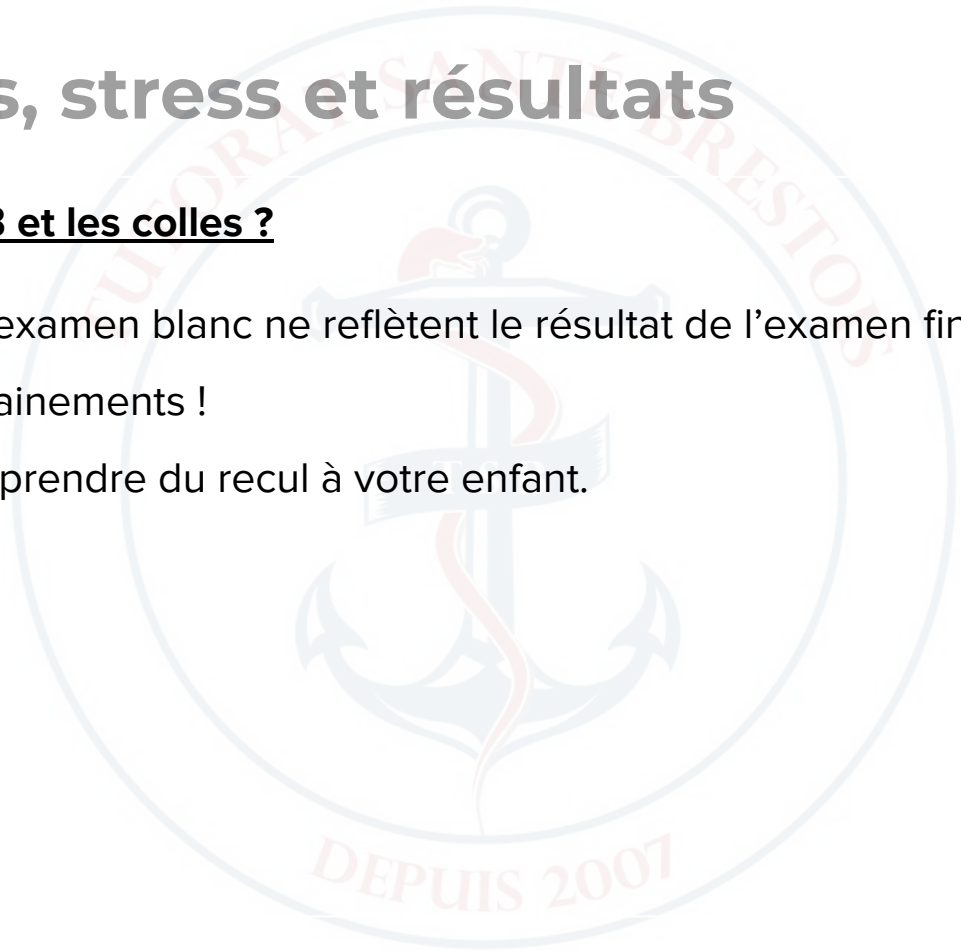
## La seconde chance existe toujours

- Pas de redoublement possible
- Se fait via la L.AS

## 6. Examens, stress et résultats

### Examen blanc de TSB et les colles ?

- Ni les colles, ni l'examen blanc ne reflètent le résultat de l'examen final.
- Ce sont des entraînements !
- Essayez de faire prendre du recul à votre enfant.

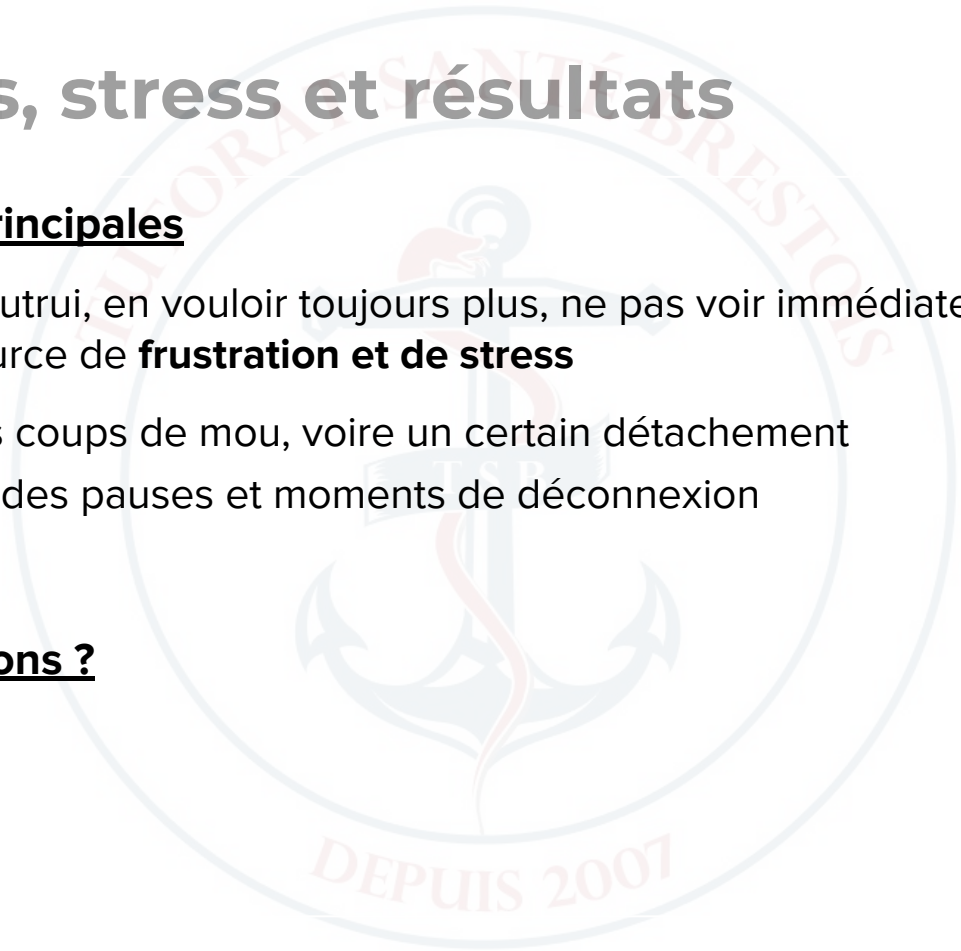


## 6. Examens, stress et résultats

### Sources de stress principales

- Comparaison à autrui, en vouloir toujours plus, ne pas voir immédiatement le fruit de ses efforts ⇒ source de **frustration et de stress**
  - explique les coups de mou, voire un certain détachement
  - importance des pauses et moments de déconnexion

### Impact sur les relations ?



# 7. Tutorat et prépa privées : quelles différences ?

## Faut-il vraiment avoir une prépa privée pour réussir ?

Auparavant oui. Mais aujourd'hui, le Tutorat suffit !!

- Côté **pédagogie** :
  - quantité : colles quotidiennes, plateforme QCM, livrets + supports en ligne et annales corrigées
  - pertinence des supports : **colles relues et corrigées par les professeurs**
  - des cours imprimés sous forme de livres
  - des examens et oraux blancs
- Côté **parrainage** : existe dans les deux cas

## **En plus, au Tutorat**

- séance de méthodologie
- temps orientation/réorientation
- séances bien-être
- différents guides à votre disposition

## 8. La parole est à vous !



# Questionnaire de satisfaction



*Merci de prendre ce temps  
pour nous, c'est ce qui nous  
permet d'évoluer*