



FICHE PARRAINAGE PASS 2024/2025 N° 1

Cette fiche est à destination des étudiants engagés dans le parcours accès spécifique santé (PASS) au cours de l'année 2024/2025.

NOM : Eugene
Prénom : Lisa
Filière : Maïeutique

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

Mention très bien, bac général SVT et Physique chimie et options euro anglais et maths complémentaires

Quelle était ta mineure l'année dernière ?

Sciences Sanitaires et sociales

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 coloc

Si tu étais en coloc, 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'éta(en)t 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 !

Etais-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 ?

Au premier semestre je ne suis quasiment pas sortie, je mangeais juste avec ma meilleure amie une fois par semaine.

Au deuxième, j'avais beaucoup plus besoin de voir du monde pour tenir donc je m'autorisais une sortie un soir avec mes copains toutes les deux semaines à peu près. J'allais voir mes copines au hand et ça me faisait vraiment du bien d'oublier un peu le temps de quelques heures.

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

Souvent je me levais à 6h30, je commençais à bosser à 7h30 jusqu'à 13h avec une petite pause dans la matinée. L'après je reprenais vers 14h jusqu'à 20h et après repas et dodo.

Quand j'avais cours c'était pareil juste j'allais en cours au lieu de réviser et j'allais en colle tous les soirs donc c'était plutôt fin des révisions à 17h30 pour y être à 18h.

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 la semaine je bossais dès que je rentrais des cours et jusqu'à aller en colle donc ça dépendait de ces horaires là, je prenais souvent une petite pause de 10 minutes toutes les 2 heures pour souffler un peu.

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

Le week end je bossais quand même pas mal, je devais faire environ 10h par jour mais je me gardais toujours 1h l'après midi pour aller faire un petit tour avec ma famille à l'extérieur.

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

Les semaines de révisions c'était pour moi la dernière ligne droite donc je me levais à 6h et je me couchais à 23h. Je faisais les cours les plus durs le matin, les plus simples l'après et je faisais des annales après le repas du soir. J'étais à environ 12h par jour je pense.

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

J'essayais de dormir au moins 8h par nuit parce que c'était vraiment hyper hyper important pour moi le sommeil. Après avec le stress c'était pas toujours facile de réussir à s'endormir mais au premier semestre j'arrivais quand même mieux à tenir mon rythme.

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 révisais grâce à un code couleur et au tableau du tuto. Je mettais le jour où j'avais revu le cours pour la dernière fois et une couleur qui correspondait au niveau de connaissance du cours (vert = bien, jaune = moyen, rouge = nul) et après en fonction du nombre de fois où j'avais revu chaque cours, la date à laquelle j'avais revu et le niveau de connaissance je m'organisais dans ma semaine pour savoir quand revoir quoi.

J'ai eu plusieurs techniques : les flash cards, les fiches de révisions, les schémas recap et les cours direct.

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 ?

Évidemment ça a été une année très dure mais que je trouve surmontable si on est vraiment motivés. J'ai eu certains moments difficiles mais j'ai toujours réussi à me remotiver en n'oubliant pas l'objectif et même si nous on le vit mal il faut savoir qu'on est tous dans la même situation et que rien n'est joué.

C'est une année très enrichissante, on apprend à se connaître soi et ses limites, moi j'ai vraiment appris à bosser et à ne jamais lâcher donc c'est une année à vivre à fond. Peut importe le résultat final, cette année sera forcément utile.

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

LÂCHEZ JAMAIS RIEN, n'oubliez surtout pas de vous entourer et n'hésitez pas à parler à quelqu'un si ça va mal ou si vous avez un coup de mou !
Bon courage et défoncez tout :)