



FICHE PARRAINAGE PASS 2024/2025 N° 112

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

NOM : Lemarié
Prénom : Sixtine
Filière : Médecine

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

Mention bien et bac général maths physique svt

Quelle était ta mineure l'année dernière ?

STAPS

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'étai(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 !

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 ?

Course à pied avec des amis une fois par semaine (mercredi)/ dodo chez des amis le samedi soir / dimanche soir sport dans mon appart (pas toutes les semaines)

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

Je faisais du 8h/18h à la bu jusqu'aux colles qui étaient à 18h avec une pause de une heure le midi et après les colles j'arrêtais de travailler
Le week-end 8h/19h toujours à la bu sauf dimanche où je travaillais chez moi
Et la semaine avant le concours 8h/22h à la bu avec les copains
J'allais toujours à toutes les colles et je faisais des pauses de 10 min le matin et l'après-midi ;)

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...) ?

Environ 8 à 9 heures de travail avec les heures en amphi comprises (plus ou moins selon la fatigue)
Et pause de une heure le midi et petite pause de 10 min l'après-midi
Puis colle le soir

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

9h/jour le week-end avec qu'une seule pause de une heure le midi pour aller voir des amis vers 18/19h et se détendre jusqu'au lendemain ;)
Avec peu de pause le matin et l'après-midi (5/10min par-ci par-là)

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

Environ 13h/jour à la bu avec peu de pause seulement 30min/1h de pause le midi

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

Difficulté à dormir au début de l'année fin septembre ça allait mieux ! Je dormais environ 8/9h par nuit (je suis une grosse dormeuse hyper important les dodos pour moi) surtout à l'approche du concours

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 faisais la méthode des J modifiée car c'était impossible de la tenir strictement. On accumule du retard à un moment mais c'est pour tout le monde pareil alors je ne mettais pas de pression et je révisais mes cours en retard quand j'avais le temps de le faire .

Je tenais un agenda pour créer mon emploi du temps .

J'aimais réécrire mes cours ou les fluoter d'abord en jaune puis en orange à la deuxième lecture (cela me permettait de lire activement et de mieux retenir)

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 ?

Année compliquée avec des baisses de moral, de la fatigue ... Mais j'étais toujours avec mes amis on se soutenait (hyper important) on travaillait ensemble . Et ma famille me rendait visite, j'allais les voir pour avoir un peu de soutien . Trop important pour moi d'être entouré . Je pense que cette année m'a appris beaucoup de chose sur moi j'ai été surprise de ma persévérance/résilience , et je sais maintenant que je suis assez solide pour ces études !

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

Courage les copains ! Donnez vous à fond pour ne pas avoir de regret et croyez en vous parce que je peux vous assurer que vous en êtes capables !!