



FICHE PARRAINAGE PASS 2024/2025 N° 120

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

NOM : GUILLERM

Prénom : Elara

Filière : Médecine

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

Mention très bien avec spé physique-chimie et SVT, options maths complémentaires et

Quelle était ta mineure l'année dernière ?

Sciences 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 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'étais(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-rentree) !

As-tu fait un stage de pré-rentree 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 ?

J'avais des cours de piano tous les samedis et j'en faisais dans la semaine quand je le pouvais. Sinon j'allais marcher au S2 quand il a commencé à faire beau et j'ai fait quelques sorties mais seulement pendant les révivacs.

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

Je n'ai pas réussi à avoir une journée-type précise. J'allais en cours quand il y en avait et aux colles le soir, le reste du temps j'apprenais les cours. Je me levais selon l'heure à laquelle je me couchais histoire d'avoir au moins 8h de sommeil, souvent plus quand j'étais fatiguée, et je faisais des pauses quand j'en avais besoin le weekend. C'était vraiment important pour moi d'aller en cours pour les découvrir en les écoutant et avec le prof puis d'aller en colle pour m'entraîner.

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...)?

Au S1 les cours duraient à peu près 4 à 5h et les colles commençaient à 18h et finissaient vers 21h. En faisant une grosse pause le midi de 1 à 2h et une petite au goûter (plus les trajets) je devais faire à peu près 3h de travail perso par jour. Ça semble peu mais j'apprenais déjà en cours et surtout en faisant les qcms en colle. Au S2 c'étaient surtout des e-learning donc beaucoup plus d'apprentissage de cours.

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

C'est dur à dire, je ne faisais jamais le même nombre d'heures selon les jours. Je ne me levais pas à une heure fixe et ne mangeais pas à la même heure car si j'étais dans un chapitre je le finissais d'abord. Si je devais faire une moyenne je dirais à peu près 7h mais ça pouvait aller de 3h à 12h par jour dans les extrêmes.

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

Là ça tournait plutôt autour des 9-10h tous les jours. Je commençais à travailler assez tard mais jusqu'à minuit et en faisant une grosse pause le midi et le soir et des petites entre les cours quand j'avais besoin.

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

Il me faut au moins 9h de sommeil mais des fois je n'avais pas le choix avec les cours donc je dormais un peu moins en semaine mais plus le weekend. J'ai remarqué que je dormais plus au S2 parce que j'étais tout simplement beaucoup plus fatiguée.

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 savais dès le début que la méthode des J était trop rigide et stressante pour moi. Je révisais plutôt mes cours au feeling : une fois le jour même ou le lendemain du cours (+colle), dans la semaine d'après, aux révivacs, au moins une autre fois et avant les partiels. Ça c'était le minimum, évidemment je connaissais mieux les cours de début de semestre parce que je les ai plus révisés et je me suis aussi rendue compte que je révisais plus les cours que j'aimais et beaucoup moins les autres (pas forcément une très bonne idée).

Le mieux c'est de solliciter plusieurs types de mémoire donc j'allais en cours pour écouter le prof et surligner les cours du tuto (avec une code couleur approximatif), en rentrant je le lisais et construisais ce dont j'avais besoin pour apprendre. Au S1 j'étais à fond flashcards et je faisais souvent des tableaux ou juste des fiches récaps de certaines notions (il y a plein de pépites sur les drive). Après je relisais tout ça en essayant de le retenir, des fois je récitais en marchant ou j'écrivais sur une ardoise. Le plus important c'est d'adapter sa méthode et ses supports à chaque cours.

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 ?

Le S1 s'est vraiment bien déroulé, ça ressemblait pas mal au lycée car il y avait beaucoup de cours même si bien sûr à l'approche des partiels y a encore plus de stress que d'habitude. Le S2 était plus difficile, je me sentais plus seule et il faisait vraiment pas beau donc c'était plus dur de tenir. Globalement je me suis laissée entraîner et me suis retrouvée à la Penfeld sans trop le voir venir. Le moment le plus difficile c'était avant les oraux quand il a fallu se remettre à travailler après une année pareille, c'était vraiment dur au niveau du moral.

Ça a quand même été une année très riche où en se retrouve à explorer ses limites et à en apprendre plus sur sa façon de travailler. Les cours étaient aussi vraiment très intéressants.

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

D'abord bravo de tenter la PASS ! C'est déjà un choix courageux de s'engager dans une filière qu'on sait être difficile. Vous allez sûrement avoir des moments de doute et l'impression d'avancer à l'aveugle mais les efforts que vous êtes prêts à fournir seront votre force pour les prochaines années. La PASS est vraiment une expérience à part entière qu'il faut vivre à fond (les bons moments comme les mauvais). N'oubliez pas de faire attention à votre santé, on le répète tout le temps mais c'est ok de faire des pauses.

Surtout soyez fiers de vous et bon courage !! ;)