



FICHE PARRAINAGE PASS 2024/2025 N° 129

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

NOM : MEVEL
Prénom : Maewenn
Filière : Kinésithérapie

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

Bac général mention bien spé maths et svt

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 ?

Tous les vendredi soir je faisais du tennis avec mon club. Cela me permettait de me changer les idées et de décompresser de ma semaine.

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

5h : réveil / 5h30/11h30 : cours les + difficiles et cours les + long car j'étais plus efficace le matin / 11h30/12h30 : repas du midi
12h30/15h30 : cours que je connaissais le mieux et que je préférais / 15h30/16h : goûter trop important / 16h/17h45 : cours
18h/21h30 : colle avec le tuto / 21h30/22h30 : repas du soir et douche / 22h30 : dodo.
*entre chaque chapitre j'essayais de faire des pauses de 5min
*quand il y avait cours le matin je revenais sur les cours que je n'avais pas bien compris 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...)?

Je travaillais environ 10 à 11h par jour hors colles et cours. Je faisais des pauses entre chaque chapitre surtout lorsqu'ils étaient long et difficile à comprendre. Mes pauses durée entre 5 à 10 minutes max.

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

Je gardais le même rythme que la semaine sauf que je travaillais moins longtemps le soir. Le samedi j'arrêtais de travailler vers 19h, je mangeais et souvent je regardais un film. Le dimanche comme je rentrais sur brest j'arrêtais de travailler vers 18h. Le vendredi soir je ne travaillais pas, c'était ma pause de la semaine, je gardais ma soirée pour aller faire du tennis et profiter avec mes parents sans toucher à mes cours.

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

Pendant les périodes de révisions je gardais le même rythme pour ne pas être trop perturbé et trop me stresser (environ 10 à 11h par jour). Le midi je faisais une pause plus courte de 45 min environ.

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

Tout le monde insistait sur les heures de sommeil qui était primordial pour rester concentré la journée donc j'essayais d'avoir mes 8h de sommeil pendant les 2 semestres. Ne sacrifiez pas votre sommeil durant cette année sinon cela aura un impact sur tes révisions !!

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.

J'utilisais le tableau du tuto où l'on trouve toutes les matières avec leurs chapitres. Dès que je revoyais un cours je notais la date et je coloriais en rouge orange ou vert pour savoir si j'avais compris ce cours.

J'ai acheté un semainier pour noter chaque cours que je revoyais et pour organiser mon emploi du temps plus facilement.

Pour savoir quel cours je devais revoir je regardais sur les tableaux du tuto quel cours j'avais revu il y a longtemps et ceux que j'avais vu peu de fois.

Les cours les plus difficiles je les faisais le matin car j'étais plus productive et ceux que je connaissais mieux je les faisais l'après-midi.

Lorsque j'étais en cours je fluotais mes livres avec mon code couleur puis quand je les revoyais chez moi je lisais ou je récitais à haute voix. Les choses importantes ou plus difficiles à retenir je les notais sur des postit.

J'essayais vrm de comprendre un maximum les cours pour que ça rentre plus facilement.

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 ?

Je trouve que l'année de PASS est passé très vite, j'ai appris énormément de choses en si peu de temps. C'est une année très enrichissante mais éprouvante à la fois. J'ai adoré les cours, ils étaient vrm passionnant et je prenais plaisir à les revoir.

Personnellement je n'ai pas eu de moments très difficiles mais j'ai trouvé le mois de janvier très long car il fallait se remettre à travailler après avoir passé 3 semaines en vacances. On a tous eu des moments de doutes durant l'année mais il faut toujours y croire car on vivra cette expérience une seule fois dans notre vie donc on doit la vivre à fond. Le PASS m'a permis de me connaître réellement, mes capacités, mes limites, mais surtout faire de belles rencontres. Pass restera une de mes plus belle année.

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

DONNEZ TOUTTT. Si nous on a réussi pourquoi toi tu ne réussiras pas.

Ne panique pas si tu ne trouves pas ta méthode tout de suite, tu auras le temps de la trouver au fur et à mesure des cours. Tu auras sûrement des moments de doutes, des baisses de motiv mais tqt pas ta famille, tes amis et moi seront là pour toi, pour t'encourager et te remonter le moral !

Crois en toi, tu as les capacités pour réussir sinon tu ne seras pas là !!

TU VAS TOUT DÉCHIRER !!!!