



## FICHE PARRAINAGE PASS 2024/2025 N° 15

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

**NOM :** Daniel  
**Prénom :** Romane  
**Filière :** Maïeutique

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

BAC général spécialités maths et physique chimie, mention bien

### 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'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 ?

Je prenais le temps de voir mes copains quand j'en avais le temps surtout au début des semestres quand le rythme me le permettait, mais après les sorties devenaient de plus en plus rares jusqu'aux partiels.

Concernant la famille, je les ai très peu vu, mais quand je les voyait je prenais le temps de profiter avec eux pour me ressourcer un max ! C'est important de pouvoir garder ce genre de moments, rien que le temps d'un repas

Pour le sport je n'ai rien fait du tout, mais pas sûre que ça soit la meilleure des choses à faire, au contraire si vous êtes sportifs essayez de garder une activité qui vous permettra de vous aérer l'esprit !

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

Hors période de partiel je me mettais à bosser vers 8h, je ne prenais pas de pause jusqu'à 12h, je prenais 1h pour manger et m'y remettait jusqu'à 17h30 pour pouvoir aller en colle après. Après les colles je mangeais et me remettait à bosser, j'aimais bien reprendre les erreurs que j'avais faites pour les comprendre et les assimiler, et je m'arrêtais vers 23h pour aller dormir parce que ça aussi c'est super important de garder un bon sommeil !

**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 faisais environ du 8h-23h avec une pause de 1h pour manger le midi, colle de 18h à 21h, un petit temps pour rentrer et manger et après je retravaillais jusqu'à 23h.

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

Le week end je prenais souvent, hors période de partiel, mon vendredi soir comme je rentrais de Brest et que j'étais crèvee, et je me permettais de me réveiller un peu plus tard. Je bossais aussi toute la journée jusqu'à 22h environ, et le midi je ne me mettais pas trop de limite de temps pour manger pour voir un peu mes parents. Le dimanche j'arrêtais vers 16h30 de bosser comme après je devais prendre la route pour retourner sur Brest, et je m'y remettait vers 19h, avec des matières "cool" à travailler où je refaisais les colles de la semaine.

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

Je commençais le matin à 7h15/7h30 jusqu'à 12h et je prenais 45 min de pause le midi, je bossais jusqu'à l'heure des colles, et quand je rentrais chez moi le soir je mangeais et je faisais des annales jusqu'à 23h/23h30.

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

J'essayais d'avoir minimum 7h de sommeil, et j'ai respecté ça même en période de partiel.

**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.**

Au semestre 1 c'était plus facile de s'organiser, on avait cours le lundi et mardi matin donc je revoyais ces cours la les lundis et mardis aprem, le mercredi toute la journée et le jeudi matin, le jeudi et vendredi on avait cours les aprem donc je voyais ça sur la fin de semaine et le samedi aprem et la journée du dimanche je revoyais tous les cours de la semaine et je prenais du temps pour revoir des cours plus anciens, pour les garder en mémoire.

Au S2 c'était différent, c'était une organisation plus difficile à trouver mais pas infaisable, comme les cours étaient un peu "éparpillés", donc là c'était plus du feeling organisé ;)

**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 ?**

C'est une année à la fois très difficile mais tellement enrichissante ! Il faut faire des sacrifices, certes, mais vous savez pourquoi vous les faites ! J'ai énormément appris sur moi et sur les autres, et je ne regrette aucun moment de cette année malgré sa difficulté.

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

FONCEZ ! Vraiment donnez tout ce que vous avez, sachez vous entourer, et ayez une épaule sur qui vous appuyer lorsque vous en avez besoin (perso c'était mes parents). Faites le pour vous, et donnez vous au max pour ne rien regretter, c'est l'histoire de quelques mois qui passent vraiment très vite. Ne restez pas avec des questions et n'ayez pas peur de les poser à vos tuteurs/parrains qui vous seront aussi d'une grande aide !

Bon courage <3