



FICHE PARRAINAGE PASS 2024/2025 N° 23

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

NOM : GRANGE

Prénom : Maxime

Filière : Médecine

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

Bac général / mention très bien

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'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 !

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 ?

Homme des cavernes

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

Typiquement je me réveillais à 11h pour travailler jusque 13h30, pause de 1h30 jusque 15h00 et rebelote jusque 20h30, pause de 1h30 jusque 22h puis travail jusqu'à 4h00 avec souvent 2 ou 3h d'annale ou de colle de 22h à 00h00. C'était un peu spécial mais j'étais pas du matin, je travaillais mieux le soir et je n'allais pas en cours donc je pouvais faire ça

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 restais très (très) souvent chez moi donc que ce soit en semaine ou en week-end c'était pareil, j'étais à 13h pour des journées productives et sinon minimum 11h . Pour ce qui est des pauses j'en avais 3/jour : 10min entre le réveil et le taff pour prendre le café (=carburant) et 1h30 pour chaque repas devant netflix. C'était primordial, je ne me voyais pas prendre moins ça aurait été contre-productif. C'est un rythme qui s'est installé crescendo je ne faisais pas autant au tout début de la Pass pas de panique.

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

Bon, c'était la même chose du coup.

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

En période de révision je réduisais mes pauses à 1h donc j'étais à 14h la journée. Au s1 j'ai fait ça 1 semaine et au s2, 2 semaines car la période de révision est plus longue ce semestre. Je ne conseille pas forcément de faire ça, j'étais plus fatigué qu'autre chose et ce n'est pas le plus optimal juste avant le concours. D'ailleurs je reprenais un rythme à peu près normal 2/3 semaines avant le concours si les épreuves étaient le matin (c'était bien beau de se lever à 11h pendant 3 mois mais il fallait bien se recalculer).

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

J'étais à 7h00 par nuit, ce n'était pas énorme mais le café marchait bien le lendemain matin et je ne me voyais pas faire autrement, j'aimais bien mes horaires. Je ne suis pas quelqu'un qui a besoin de beaucoup dormir mais ça ne sert à rien de bâcher si on est fatigué donc parfois je changeais un peu.

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 grâce à un tableau Excel qui me disait chaque dimanche quels cours placer dans la semaine qui suivait. J'avais un semainier où je pouvais, grâce au tableau, construire mon emploi du temps le dimanche soir. Dès que je finissais un chapitre d'une matière je le fluotais sur le semainier (1 couleur par matière) et l'objectif était de fluoter tous les chapitres de la semaine c'était satisfaisant. Sinon je suivais l'emploi du temps de la fac pour savoir quels nouveaux cours sortaient pour ne pas prendre de retard.

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 était le prime de l'année pour ma part, je l'ai super bien vécu tout coulait bien, je ne prenais pas de retard et les notes suivaient. Les revivacs m'ont permise de refaire un tour des chapitres ce qui a été très pratique. Pour le s2 ça a été plus tendu surtout pour ce qui est de la reprise en janvier et de la cadence de sortie des cours. Moralement j'ai eu des bas mais bon il ne faut pas lâcher. La Pass m'a fait grandir je ne regrette pas cette année, j'appréhendais beaucoup mais au final ça passe très vite et on apprend à apprécier les choses simples après.

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

Certes c'est une année compliquée mais c'est tellement enrichissant, vous apprendrez sur vous même, sur vos capacités et sur vos défauts. Ne sur estimez pas l'année de Pass, elle fait peur mais ça en vaut tellement le coup et la fierté derrière est réelle. Les chapitres que vous verrez sont très intéressants (certains le sont moins... microscope) mais la plupart donnent envie de les apprendre. Soyez des battant/es et prouvez que vous avez votre place dans les études de santé. Mentalité creed, on lache rien et on se bat jusqu'au bout si c'est vraiment ça qu'on veut !