



FICHE PARRAINAGE PASS 2024/2025 N° 4

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

NOM : Le Meur
Prénom : Gabriel
Filière : Médecine

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

Bac général mention Très bien avec les félicitations du jury

Quelle était ta mineure l'année dernière ?

Sciences infirmières

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 !

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 ?

Salle de sport 3x/semaine

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

12-15h/jour de révisions
1-2 micro-siestes/jour (9minx2)
1h salle de sport (x3/semaine)

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...) ?

14h environ si pas de séance prévue à la salle de sport

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

12h environ si séance prévue à la salle de sport

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

Arrêt de la salle de sport 2 semaines avant le concours, 14h de révisions environ mais variable

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

Jamais atteint 7h de sommeil mais les micro-siestes rattrapent les dégâts

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.

-Méthode des J fonctionne très bien (J0/1/3/7/15/30)
-Mémoire très visuelle dans mon cas donc pas toujours pertinent d'assister aux cours en amph

J0 : pas forcément creuser le cours mais au moins retenir sa structure (titre/ sous-titres/ etc...)

J1 : tout apprendre meme si ca prend du temps (environ 10min/page de cours)

J3/7/15/30 : idem J1 mais ca prendra moins de temps

Bonus :

-ne pas forcément faire des colles sur un chapitre qu'on vient de revoir ou qu'on ne maîtrise pas bien, la faire par exemple au J12 pour l'avoir en tête mais pas trop
-enlever les reseaux sociaux me parait primordial aussi. Les distractions sont partout aujourd'hui et la plupart des gens sont paresseux. Pour réussir, j'ai presque envie de dire qu'il suffit d'être moins distrait et paresseux que les autres.

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 très enrichissante

On s'ennuie pas mal au lycée parce que pas mal de cours sont superflus, ce qui est tout le contraire ici. On comprends rapidement l'intérêt de chaque cours, il faut juste se laisser emporter par sa curiosité et s'en servir comme moteur. L'année de Pass m'aura permis de perfectionner ma méthodologie, de mieux gérer mon temps, mais aussi de mieux me connaître. Les mythes que vous avez pu entendre concernant la Pass ne sont pas forcément tous vrais, de mon expérience, il n'y a pas eu de « sales coups » commis entre étudiants.

-Année pas forcément simple

Bien faire attention à garder de bonnes relations amicales et/ou amoureuses et/ou familiales car toute perturbation pourrait détériorer sur votre efficacité.

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

Reussir cette année te permettrait de t'assurer un avenir, de subvenir aux besoins de ta famille, d'avoir un certain statut social et d'exercer une profession épanouissante. En aucun cas on vous demande de ne plus avoir de vie pendant 1 an, mais juste de bien gérer ton temps et de concentrer tes efforts sur une tâche. Donnez tout ce que vous avez dans le ventre et voyez ce que ça donne ! Rendez vous fier de vous-même !