



FICHE PARRAINAGE PASS 2024/2025 N° 50

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

NOM : LE CALVEZ

Prénom : Esther

Filière : Médecine

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

Mention Bien, spécialités maths et physique + option maths expertes

Quelle était ta mineure l'année dernière ?

Physique-Chimie

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-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 ?

Au début j'arrivais à aller courir ou même encore à faire du tennis quand je rentrais chez moi mais proche du concours je me concentrais sur mes révisions. Il m'arrivait d'aller voir mes ami(e)s parfois mais ça restait très limité en termes d'horaires et de fréquence. Et quand je mangeais c'était série Netflix.

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

Pour caractériser une journée type je me réveillais aux alentours de 6h30 (cours ou pas) et vers 7h30 voire 8h le dimanche. Je commençais à bosser directement et je me prenais une pause de 1h le midi (sauf pendant les semaines de révisions où c'était plus serré) puis je me remotivais pour bosser jusqu'à la colle pour laquelle je restais quasiment tout le temps jusqu'à la fin. Et quand j'avais cours c'était équivalent mais en allant à l'amphi en plus. Et je me couchais vers 00h.

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...)?

Quand il y avait cours et colles (compris dans le nombre d'heures de travail par jour) j'étais à 11h environ hors révisions. Les pauses c'était genre le midi, le soir en revenant des colles je prenais vraiment mon temps pour manger. Et les trajets entre chez moi et la fac me prenaient du temps aussi.

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

Pendant le weekend je travaillais + le samedi que le dimanche surtout quand je rentrais chez moi car il me fallait du temps pour rentrer sur Brest. J'étais à environ 10h le samedi et 8h le dimanche. J'essayais quand même d'aller courir ou juste prendre l'air le weekend.

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

Pendant les révisions j'étais à 14h par jour environ, les pauses étaient vraiment restreintes et je n'allais plus faire de sport ni rien. J'arrivais quand même à regarder ma série 30 min le midi et 30 min le soir. J'essayais d'aller voir ma pote de PASS pour marcher genre 20min la dernière semaine avant les concours pour ne pas craquer mentalement. :))

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

Dans mes souvenirs je dormais un peu plus au premier semestre genre 7h par nuit sauf près des concours, après j'avais pas besoin d'énormément de sommeil et je mettais du temps à m'endormir donc j'étais + à 5h30/6h au 2e semestre (il m'arrivait de rattraper un peu mes nuits certains weekend).

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.

Pour moi, c'était mémoire écrite à fond et quand je n'en pouvais plus d'écrire je me récitais mes cours plusieurs fois en marchant dans mon appart. J'avais essayé la méthode des J mais ça ne me convenait pas du tout niveau organisation car il y avait un trop gros écart entre la durée d'apprentissage des différents cours. Ma méthode c'était plutôt d'apprendre le cours à fond la première fois même si ça me prenait pas mal de temps puis de le revoir 1 fois encore avec profondeur et enfin le refaire plusieurs fois pour que ça reste et voir les petits détails sur lesquels je m'étais pas attardée.

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 ?

Il y a eu des moments compliqués et des moments supers avec de nouvelles rencontres, les tuteurs qui sont vraiment bienveillants et avec qui on a noué une réelle complicité car c'est vraiment motivant d'avoir des personnes qui vous comprennent car ils ont déjà vécu la même chose. À la fin de l'année le ressenti est vraiment incroyable car on est fier d'avoir accompli un parcours comme celui-ci, c'est vraiment une expérience enrichissante !! Même si il y a des bas car c'est vraiment une année complexe, on est bien entourés avec le tutorat de Brest donc on ne se sent jamais seul et c'est vraiment super encourageant.

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

Si c'est vraiment ce que vous voulez faire plus que tout alors donnez-vous les moyens, même si c'est une épreuve qui reste difficile à passer tout est possible !! Pensez aussi à vous laisser respirer de temps en temps et n'oubliez pas que le soutien du tutorat vous attend dès la rentrée, vous n'êtes vraiment pas seuls ;)