



FICHE PARRAINAGE PASS 2024/2025 N° 52

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

NOM : Simoes
Prénom : Elian
Filière : Pharmacie

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

Bac général (spécialités : physique chimie et svt option maths complémentaires)
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-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 premier semestre je faisais du yoga avec une amie et au second semestre il m'arrivait de sortir voir des amis pendant une après midi entière si j'en avais besoin. Je lisais aussi (des mangas certes mais bon ça reste de la lecture) et il m'arrivait de regarder une série sur mon temps du midi ou du diner histoire de penser à autre chose.

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

Mon organisation était un peu hasardeuse, je ne travaillais pas un nombre d'heure précis, mais grosso modo 8h- 21h voire 22h avec une pause de 2h à midi et des pauses de 10min un peu partout dans la journée. J'allais tout le temps en colle au S1 et pour le S2 j'allais que dans ma spé (oupsi).

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...)?

Perso je travaillais environs 10 à 12h par jour en semaine (dans lesquelles on compte bien évidemment les cours et les colles) mais je faisais pas mal de petites pauses souvent à la fin des cours compliqués ou longs comme ça je pouvais plus facilement passer à autre chose.

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

Le week end je ne travaillais pas beaucoup au S1 (je m'en suis mordu les doigts) genre 4-5h max et je ne recommande pas du tout. Au S2 je travaillais plus le week end, genre 8h environ donc moins qu'en semaine mais c'est toujours ça de pris on va dire.

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

Je travaillais 12h par jour en période de révision, mais je faisais des pauses comme dans les périodes normales et je ne sacrifiais pas de sommeil (vraiment trop important pour moi).

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

Je dormais 7h au S1 et je dormais plus au S2 genre 8h car je restais plus chez moi donc je n'avais pas à trop trop me préparer et surtout je n'avais pas le temps de transport.

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 pure et dure au S1 et ça a fonctionné un temps mais vers la fin du semestre j'arrivais plus trop à tenir donc j'ai changé pour le S2 et je faisais une méthode des J plus facile on va dire. Je réécrivais beaucoup de cours aussi en enlevant ce qui me paraissait évident comme ça quand je relisais mes cours (que j'avais écrit donc) j'économisais du temps. Je surlignais aussi les cours mais pas en cours, genre à la BU ou chez moi comme ça vu que je surligne, je suis obligé de vraiment comprendre vu que j'avais un code couleur précis. Au S1 j'allais beaucoup en cours pour mieux comprendre et au S2 je faisais tout avec les cours du tuto ou avec les visios de rennes (pour la pharmacie) car je trouvais que les profs mettaient trop de temps à faire les cours (surtout en SSH).

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 ?

Vraiment une année horrible mais super enrichissante ! C'était super compliqué pour moi comme pour beaucoup donc bon je pense que c'est normal d'avoir des hauts et des bas et je pense que ce qui m'a le plus aidé c'est de pouvoir en parler avec quelqu'un que ce soit ma marraine, mes tuteurs ou mes amis!
J'estime que la PASS m'a surtout apporté pas mal de connaissances et j'avoue que j'y étais surtout pour ça !

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

Vraiment la PASS c'est super compliqué mais il ne faut pas se décourager, vous pouvez le faire! On est tous passés par là et on s'est tous dit qu'on allait pas s'en sortir mais finalement on s'en est sorti donc pourquoi pas vous ? :)