



FICHE PARRAINAGE PASS 2024/2025 N° 53

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

NOM : CUZON--BURGER

Prénom : Noé

Filière : Kinésithérapie

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

Bien (15,40) spé math et physique

Quelle était ta mineure l'année dernière ?

MPMEI

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 ?

Etant un pratiquant d'un sport nautique (wingfoil) je ne pouvais pas arrêter totalement d'aller sur l'eau avec la PASS donc je me suis imposé la limite d'une session de 3h par semaine. Ensuite au milieu du S1 avec un pote de PASS on s'est inscrit à la salle et on faisait en moyenne 2-3 séances d'1h par semaine.

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

Ma journée type était d'aller en cours le lundi/mardi matin puis d'enchaîner sur la BU et finir par la colle en gros du 8h-22h avec 4h de cours, 4h de travail et 2-3h de colle.

Le mercredi c'était BU de 9h du matin jusqu'à la colle (22h).

Puis le jeudi/vendredi j'allais à la BU le matin ou au sport puis BU pour finir par la colle du jeudi 1 semaine sur 2 ou la fin des cours.

Le samedi j'allais à la BU de 9h à 17h avec une pause manger de 1h.

Le dimanche c'était mon jour tranquille avec 4h max de travail.

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...)?

4h quand il y avait cours plus la colle qui dure entre 2 et 3h.

8h le mercredi plus la colle dont 4h le matin et 4h l'après midi. C'était plus facile pour moi le matin d'enchaîner les heures de boulot.

7h le samedi et 4h le dimanche.

Au niveau du rythme je faisais soit une pause de 5min toutes les heures soit une pause de 15min toutes les 2h.

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

Comme expliqué au dessus, j'allais à la BU le samedi parce qu'il était impossible pour moi de sortir de la procrastination chez moi.

Donc 8h de BU le samedi moins la pause manger de 1h et avec une pause de 15min entre 2h de travail mais ça c'était peut importe le jour.

Le dimanche c'était une journée plus tranquille. J'en avais besoin. Je bossais en général 2h le matin et 2h l'après-midi : tranquille.

Je faisais mon emploi du temps de révision pour la semaine le soir avant d'aller dormir. C'est hyper important d'en avoir un.

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

Gros rythme pendant les périodes de révision. Je n'avais pas vraiment d'heure de travail mais un emploi du temps volontairement chargé. Mon seul objectif dans une journée était de finir mon EDT du jour. Je faisais en sorte d'avoir minimum 8h de travail par jour. Ça pouvait monter à 11h. Toujours en faisait une pause de 5min toutes les 1h ou de 15min toutes les 2h

J'avais augmenté mon travail du dimanche à 6h.

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

Pendant le s1 je dormais aux alentours des 7h le lundi et le mardi (vu qu'il y avait cours le matin). 8h les autres jours et 9h le dimanche.

Au s2 c'était plus 8h tous les jours sauf quand il y avait cours à 8h, du coup c'était plutôt 7h.

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.

Déjà avoir un emploi du temps à respecter pour ne pas être perdu pendant qu'on révise : c'est hyper important. Il ne faut pas sous-estimer un EDT ça diminue l'envie de procrastiner et ça diminue les chances de péter un plomb. En plus c'est gratifiant si t'arrives à le finir plus vite que prévu, tu peux prendre de l'avance sur les jours d'après.

Sinon pour la méthode : ça dépend énormément des cours. Au s1 il y a beaucoup de compréhension donc il faut vachement lire le cours. Pour contextualiser le cours c'est bien d'avoir une colle à côté (même indispensable selon moi). Pour la biologie c'est du par cœur donc avoir des flash cards sur Anki c'est hyper utile.

Au s2 c'est essentiellement du par cœur donc j'ai saigné Anki.

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 ?

Très bonne expérience : pleins de belles rencontres, des changements dans ma capacité à travailler et surtout, cette année s'est terminée par une réussite. Voir que le travail à payer c'est hyper gratifiant.

Etant de nature pas stressée je n'ai pas vraiment eu de moments de mou. Le fait d'être entouré par un groupe de potes aussi c'est super. Ça permet d'apprécier les moments de BU vu qu'on est pas tout seul. D'ailleurs il regorge de pleins de gens super dans vos groupes de colle donc n'hésitez pas à vous faire des potes !

Le soutien des tuteurs et de vos super parrains/marraine ça aide énormément aussi.

Les gens en prépa MPSI et PTSI sont aussi dans le même bateau que vous c'est des bons camarades

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

Vous verrez : la PASS c'est génial. Quand on est dedans on est pas forcément au top, il y a beaucoup de travail mais c'est pour réaliser votre rêve donc foncez !

Les quelques moments de pause on les savoures beaucoup plus et les vacances après PASS sont masterclass !