



## FICHE PARRAINAGE PASS 2024/2025 N° 61

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

**NOM :** Péron  
**Prénom :** Artus  
**Filière :** Odontologie

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

Bac mention bien, spécialités maths et physique-chimie

### 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'étai(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 ?**

J'étais assez sportif avant ma PASS, j'avais pas mal de loisirs et je pensais que j'allais réussir à tout continuer, mais je me suis vite rendu compte que ça allait être chaud! Ce qui a été le plus dur c'est de trouver du temps pour décompresser sans culpabiliser (et spoiler : c'est faisable !!!). Ce qui m'a le plus aidé c'est de voir des potes, même si c'est une fois toutes les 2 semaines ça aide vraiment ;)

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

Pour l'organisation, c'était hyper différent entre le 1er et le 2e semestre. Au S1 on a tous les cours en présentiel et on découvre la médecine, donc j'allais à tous les cours en amphi, puis je rentrais chez moi (si on avait cours le matin) et je travaillais jusque 18h avant d'aller en colle. Au S2, j'ai décidé d'attaquer en force ! On a presque pas de cours en présentiel en odonto, et je me suis laissé 2 semaines pour voir TOUS les cours au moins une fois. Vu que je n'allais pas en amphi, j'avais plein de temps pour bosser et aller en colle. Pour le partiel, j'arrêtais d'aller en cours 2 semaines avant, et je calais le plus de cours possible.

**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 me levais vers 6h, puis je bossais par créneaux de 2h jusque 12h. Je prenais souvent 1h de pause, puis je reprenais à 13h jusque 19h. Je prenais une heure pour manger, puis je reprenais 20h-22h et au dodo! Si j'avais colle, je m'arrêtais à 17h pour prendre le bus et aller à la colle, puis je rentrais vers 20/22h et souvent j'allais direct dormir.

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

Pendant le week end je faisais des journées bien pleines, donc un 6h-22h aussi, mais je me laissais plus de pauses, surtout quand je rentrais chez moi. C'était important pour moi de peut être travailler moins un dimanche aprem par exemple, pour attaquer le Lundi deux fois plus motivé !

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

Souvent en semaine de révisions, on essaie de caler plus de cours et d'optimiser son temps, donc ça fait des grosses journées ! Je faisais souvent des journées de 16-18 heures, c'est énorme comme ça mais je vous assure que quand vous arrivez en fin de semestre et que le concours approche, ça passe tout seul !! En plus vous connaîtrez vos cours de mieux en mieux, et n'oubliez pas que dans ce temps là il y a l'entraînement en annales !!!

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

Au S1 je me forçais à dormir au moins 6h, et le plus souvent 8h. Au S2, j'ai un peu sacrifié mes heures de sommeil, mais je dormais quand même 6h en général.

**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.**

Perso, j'utilisais des emplois du temps que je me faisais + les tableaux de cours du tuto. Comme ça, je marquais chaque fois que j'avais fait un cours et j'arrivais à me repérer comme ça. J'ai carrément une mémoire visuelle donc je revenais un max de fois sur les cours (11 fois pour certains cours au S2) pour bien les visualiser. Je me suis aussi fait une méthode pour apprendre un cours :

- 1 - Je lisais le cours à fond et je ne le quittais pas tant que je n'avais pas tout compris.
- 2 - Je prenais mes plus beaux fluos et je surlignais en suivant mon code couleur.
- 3 - Je prenais un bic rouge et je soulignais, encadrais, entourais gribouillais etc. pour M'APPROPRIER le cours
- 4 - A partir de là je commençais à le connaître, donc je relisais, j'écrivais aussi sur mes cours (super important) pour que ma mémoire intègre tout !
- 5 - Je relisais et j'allais à chaque fois plus dans les détails, jusqu'à ce que ça rentre.

**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 ?**

Pendant l'année, vous rentrez dans votre bulle. Vous devenez un gros nullos, vous sortez plus de chez vous et vous bossez comme un malade. C'était assez dur à certains moments, mais je me suis fait des potes trop cools qui m'ont bien aidé ! Les tuteurs et ma marraine m'ont aussi aidé de fou quand des fois ça allait pas trop. D'ailleurs, c'est NORMAL d'avoir des coups de mou, ça nous arrive à tous ! Le plus important c'est de s'écouter, pour pouvoir ensuite repartir de plus belle. MAIS une fois que l'année est terminée, vous verrez tout ce que ça vous a apporté. Même si on peut la penser comme un sacrifice d'un an, je peux vous ASSURER que ce n'est pas le cas et que ça sera l'année la plus enrichissante de votre vie !

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

Prenez votre courage à deux mains, votre motivation à deux pieds et allez y à fond!! C'est l'occasion de vous montrer ce dont vous êtes capables, et de découvrir un monde qui vous est pour l'instant encore inconnu !! J'espère que je vous ai pas trop fait peur haha, et je crois en vous !!!