



FICHE PARRAINAGE PASS 2024/2025 N° 66

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

NOM : Hardy
Prénom : Lucie
Filière : Médecine

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

bac général spécialités svt et physique chimie mention 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'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 ?

Je n'avais pas trop de loisirs.

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

Je me levais tous les matins à 7h. Café et hop au boulot. Je prenais une pause de 10 min vers 10h pour déjeuner. Le midi, je prenais 1h dès que j'étais plus concentrée. Après boulot toute l'après-midi.
La semaine : j'allais en colle à 18h.
Cette organisation variait en fonction des cours si c'était le matin ou l'après-m.
Le soir, je travaillais jusqu'à 23h puis dodo.

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...)?

Ça dépendait si les cours étaient le matin ou l'après-m.

Cours le matin : j'allais direct après au RU (pause d'1h environ) et je rentrais chez moi pour travailler toute l'après-m jusqu'à 18h. Je prenais mon goûter en allant en colle en général. Les colles finissent souvent vers 21h donc après je mangeais et douche en vitesse. Je travaillais 1h après les colles à peu près et dodo vers 23h.

Cours l'après-m : je me levais à 7h. Je prenais une pause vite fait pour déjeuner. J'allais manger au RU et puis direct en cours.

Donc, quand il y avait cours + colle, c'était environ 5-6h de travail perso.

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

Je rentrais tous les week-ends. Donc souvent le vendredi soir je travaillais pas vraiment.

Le week-end, je me levais à 7h et je prenais une pause d'1h le midi et le soir.

Je travaillais jusqu'à 23h le samedi soir.

Le dimanche, j'arrêtais de travailler vers 18h pour rentrer sur Brest. Le soir, je travaillais peut-être 1h, sinon j'appelais une copine ou je voyais des amis.

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

J'avais un peu le même rythme pendant les semaines de révisions. Je prenais les mêmes temps de pause. Mais, comme il n'y a pas les cours et le tuto, il y a beaucoup plus de travail perso donc c'était 12-13h de travail par jour.

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

Durant les 2 semestres, c'était à peu près 7-8h de sommeil.

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.

Au S1 : il y a beaucoup plus de cours. Lundi et mardi, c'est cours le matin. Donc, l'après-midi je révisais les cours du matin.

Le mercredi et le jeudi matin, il n'y a pas de cours. Donc, j'en profitais pour réviser une 2^e fois les cours du lundi et du mardi plus les cours à voir en priorité.

Jeudi et vendredi, c'est cours l'après-midi. Le vendredi matin, je bossais les cours du jeudi.

Le week-end, je revoyais tous les cours de la semaine.

Donc en une semaine, les cours du lundi et du mardi je les voyais 3 fois, ceux du jeudi 2 fois et ceux du vendredi 1 fois.

Puis le mercredi suivant, je revoyais les cours du vendredi pour les voir 2 fois.

J'utilisais les tableaux du tutorat pour pas me perdre et pour savoir quels cours à prioriser.

Au S2 : c'était totalement différent, parce que pour la spé médecine, il y a beaucoup moins de cours en présentiel. Les 2 premiers mois sont assez durs parce que tu as toute l'anatomie plus les cours de médecine en e-learning et pas de mercredi. Du coup, durant ces 2 mois, j'essayais de voir 2 fois les cours ce qui était assez dur à faire. Après les cours d'anatomie passés, il y a beaucoup plus de temps. Chaque jour, je faisais des to do lists de tous les cours que je devais voir dans la journée. Pour apprendre un cours, je récitais, je faisais un peu comme si j'avais un élève devant moi. Pour les révisions, j'ai jamais fait de planning. Je faisais juste la liste de tous les cours et je fluatais au fur et à mesure.

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 ?

Une année de PASS, c'est beaucoup de stress, beaucoup de remise en question. Tu mets ta vie en parenthèses, pas de sorties, pas de loisirs. Mais, tu te rends pas trop compte parce que c'est un rythme, une routine, tu travailles tout le temps. Il y a des moments de fatigue, où tu en as marre de travailler mais c'est important de ne pas lâcher. C'est une année très enrichissante qui t'apprend la maîtrise de soi, de connaître tes limites. Les cours sont supers intéressants et j'ai vraiment aimé me passionner dans les cours.

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

Il faut que vous soyez prêts à sacrifier une année, mais en soit c'est qu'une année et ça passe très très vite. Ce que je conseille, c'est ne pas négliger son sommeil, la nourriture, les temps de pause. Travailler dans la fatigue c'est contre-productif. Trouver son équilibre, c'est super important. Des fois, je me disais je vais faire moins de pause mais après du coup je travaillais moins bien. J'ai fait beaucoup plus de pauses durant le S2 et j'ai vraiment vu la différence par rapport au S1. J'étais beaucoup plus efficace et je "subissais" moins le travail. Je pense aussi ce qui est important, c'est ne pas s'isoler. Aller en cours, en colle, à la BU, manger avec ses amis, sa famille ça te permet vraiment de te sentir moins seule parce que tu passes des heures devant tes cours. Voir du monde, ça te permet de penser autre que la PASS et ça fait du bien. Ne pas hésiter aussi à parler quand y a des moments de doute. Concentrez-vous sur votre travail, ne pas penser à l'après, aux examens, ne pas se comparer c'est crucial !!!!! Vraiment donnez-vous à fond, passionnez-vous pour les cours, on apprend des choses très intéressantes et je m'attendais à ce que le corps humain soit aussi complexe. Et vous serez impressionnés par votre mémoire. Ça peut faire peur au début tout ce qu'il y a à apprendre mais la mémoire s'adapte et il faut aussi accepter de ne pas tout connaître dans les moindres détails le jour du concours. Je vous souhaite bon courage et hâte de vous accompagner durant cette année !!!!!