



FICHE PARRAINAGE PASS 2024/2025 N° 78

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

NOM : BRUNG
Prénom : Loeiz
Filière : Médecine

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

Mention très bien avec les spécialités mathématiques et physique-chimie

Quelle était ta mineure l'année dernière ?

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'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'ai fait très peu de sport durant l'année, seulement après les concours mais pas durant les périodes de cours. Je sortais me balader de temps en temps sur le bord de mer pour me détendre quand j'en ressentais le besoin, je pouvais très bien ne pas sortir me balader pendant un mois comme avoir besoin d'y aller tous les jours.

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

J'allais à tous les cours sauf biostat puis je les apprenais dans la demi-journée suivante (dans l'après-midi même ou le lendemain matin en fonction des horaires de cours). Sinon je faisais les cours à par cœur le matin (biologie, med et anat) et l'après-midi c'était les cours à réflexion (bioch, biophys et SSH). Je commençais à 8h et une fois la moitié du semestre passé à 7h. À 12h, une pause d'une heure et une autre de 30 min à 17h30 avant d'aller en colle. Après la colle je mangeais et soit j'allais dormir soit s'il me restait moins de 5 pages de cours à apprendre dans ma journée, je les apprenais avant de dormir.

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...)?

J'augmentais au fur et à mesure du semestre, donc au début du 8h-22h avec colle, 2h30 de pause dans ma journée soit 11h30 de travail. Puis je suis passé à 7h-22h avec les mêmes pauses donc 12h30 de travail. Les colles prenaient 4h de ma journée (18h-22h), je restais à la correction et je restais discuter avec les tuteurs. Les cours eux me prenaient entre 4 à 6h en fonction des jours au S1 et au S2 c'était aléatoire.

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

Le week-end je ne changeais pas de rythme si je restais dans mon appartement (8h-22h avec 2 pauses d'une heure à 12h et à 19h) mais lorsque je rentrais chez mes parents (la majeure partie du temps) le samedi je gardais le même rythme tandis que dimanche j'arrêtais à 18h, je passais du temps avec eux puis après manger je rentrais à Brest.

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

Le dernier mois avant le concours j'augmentais d'une à deux heures mon temps de travail par jour chaque semaine. Je suis passé de 12h à 17h de travail par jour. Je commençais toujours à 7h, de 7h à 12h des matières à par cœur, 12h-13h une annale en mangeant puis pause, 13h-19h matières à réflexion, 19h-00h je mangeais puis faisais des qcm et je les corrigeais.

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

Pour le S1, début du semestre j'étais à 10h de sommeil, puis fin du semestre je tombais à 5h, les cours me travaillaient trop et je n'avais pas envie de dormir. Idem pour le S2 sauf que la différence est moins importante, j'ai commencé à 8h de sommeil pour finir à 5h aussi.

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.

Vraiment au feeling, je faisais mon emploi du temps le dimanche soir pour la semaine. Je mettais les cours où j'avais le plus de mal et ceux où ça faisait longtemps que je ne les avais pas vu en priorité. Je comblais ensuite les trous avec des cours plus tranquilles, et ceux déjà appris par cœur.

J'apprenais tous mes cours par cœur, donc je récitais les cours quand je les revoyais, pour les formules, une ardoise et je les réécrivais jusqu'à ce que ça rentre. J'apprenais mes cours et ensuite je les comprenais, au concours ce qui prime c'est le par cœur, pas la compréhension, donc il vaut mieux connaître son cours que l'avoir compris sauf quelques exceptions. J'essayais de faire le maximum de cours dans ma journée en les répétant 2 fois avec un intervalle entre les deux.

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 ?

C'était une de mes meilleures années de ma vie, assez étrange vu la charge de travail en effet mais j'ai appris tellement de choses sur moi que ça compense. Je m'attendais aussi à trouver cette année vraiment dur, ne pas réussir à tout apprendre et au final ça allait, c'était ça qui me stressait, mais ça va tout seul. Certes j'ai travaillé comme un fou jusqu'à 17h par jour cependant ça m'a appris la rigueur et la discipline. Se motiver à se lever tôt ainsi que se coucher tard, travailler sans se forcer pour un rêve et juste avoir une motivation presque sans failles. J'ai tout de même eu des moments de faiblesse et de doute mais c'est normal. A l'approche du concours, se dire que l'on n'est pas prêt, que l'on n'y arrivera jamais, ne pas être sûr de soi est légitime et normal, tout le monde passe par là. Mais au final en regardant en arrière, je suis content du chemin que j'ai fait et si c'était à refaire je ne changerais rien. Malgré tout j'ai dû faire quelques sacrifices (la vie sociale surtout mais aussi des plaisirs comme le sport, les voyages etc) pour pouvoir réaliser mon rêve, mais le jeu en vaut la chandelle.

C'est juste 7 mois, ça passe hyper rapidement et après il y a tout l'été pour profiter, donc autant tous donner et ne rien regretter.

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

Rien n'est impossible, faites vous confiance et vous aurez votre année. Trouvez votre rythme, votre méthode de travail et surtout donnez tout. Apprenez vos cours par cœur, comprenez les après, c'est la seule chose que j'aurais aimé connaître avant de tout commencer. Donnez le meilleur de vous-même, n'ayez aucun regret et surtout prenez soin de vous (le plus important). Faites attention à bien manger, dormir, boire de l'eau, ça joue beaucoup dans le processus de mémoire. Si vous n'êtes pas bien dans mentalement ou physiquement, vous enregistrez moins bien les infos.