



## FICHE PARRAINAGE PASS 2024/2025 N° 8

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

**NOM :** BANCEL  
**Prénom :** Jeanne  
**Filière :** Médecine

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

Mention bien en BAC général avec les spécialités SVT et physique-chimie et comme op

### Quelle était ta mineure l'année dernière ?

Sciences infirmières

### 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 !

**Etas-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 rentrais chez mes parents parfois le week-end ou j'allais à la plage quand j'avais besoin de décompresser, mais à par ça je ne faisais pas tant que ça de pauses. Au deuxième semestre j'ai réalisé qu'aller courir de temps en temps me faisait beaucoup de bien, par contre je n'allais plus voir ma famille car ça prenait trop de temps. Il faut dire que je travaillais beaucoup plus avec mes amis, donc ça compensait !

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

C'est difficile de décrire une journée type, ça variait beaucoup selon les périodes. En gros, c'était :

- S1 : Levé 7h-7h30

Cours à la fac

RU : 1h max

BU jusqu'à 18h avec pause goûter

Colle où je restais parler avec les tuteurs

Repas rapide en appelant la famille, révisions ou QCMs et annales jusqu'à minuit

- S2 : Je n'allais plus du tout en cours, je rejoignais mes amis à la BU

Levé 7h30, BU à 8h

RU à 11h30 pour éviter la queue

BU jusqu'à la fermeture sans pause sauf régulièrement pour se poser des questions rapides avec mes amis

Repas en appelant la famille

Révisions (moins de QCMs pour me concentrer sur la compréhension des cours, mais je pense que c'était une erreur)

**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...)?**

Au S1, je travaillais environ 14h par jour, mais seulement 5 heures vraiment productives à la BU. Ça dépendait des cours et de ma motivation, mais la concentration était essentielle. Je ne faisais presque pas de pauses, sauf pour aller aux toilettes ou prendre un thé.

Au S2 aussi 14h, mais tout à la BU. En semaine, je faisais zéro pause en théorie, mais discuter avec mes amis coupait un peu. Parfois, j'allais courir.

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

Alors au S1 c'était totalement aléatoire, ça dépendait de mon moral et ma motivation, je dirais entre 7 et 10h les week-end où j'avais besoin de faire des pauses, et rythme normal de 14h quand j'étais déter et que je restais enfermée au studio.

Au S2, c'était plus carré, j'allais travailler avec des amis donc 14h comme en semaine. Et ne on faisait pas trop de différences avec les périodes hors week-end. Donc pareil, on se posait pas mal de questions et ça faisait office de pauses.

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

La semaine de révision avant les examens du S1 était horrible. Je ne pouvais pas travailler dans mon studio à cause des travaux, et à la BU, il y avait trop de monde, donc beaucoup de bruit. C'était difficile de se concentrer avec le stress du concours. Quelques jours avant, j'avais travaillé des annales avec un ami, ce qui m'avait motivée. Le week-end avant, je suis rentrée chez mes parents et la veille du concours, j'ai relu tout le livre de biochimie. Pour le S2, je travaillais beaucoup plus mais j'étais moins productive.

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

En gros c'était la même chose entre les 2 semestres : je dormais de minuit à 7h-7h30, mais ça variait selon si c'était le week-end, si j'étais trop fatiguée, si y'avait ma mineure le lendemain...

**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.**

J'ai pas mal changé de méthode. Je pense qu'il ne faut pas se mettre la pression sur la méthode ou le type de mémoire, il faut surtout s'adapter au chapitre et à ce qui semble le mieux sur le moment. Je connais des personnes ayant une méthode fixe qui fonctionnait très bien pour elles, mais cela dépend vraiment de chacun.

Personnellement, en cours, j'annotais dans la marge les remarques des profs. À la BU, je lisais, relisais, réécrivais ou me remémorais en fermant les yeux. Devant ma mère, je lui expliquais ce que j'avais compris, et dans mon studio, je lisais à haute voix devant ma boule à neige. Les QCM sont aussi un super moyen de mémorisation. Au niveau de l'organisation, c'était souvent au feeling, mais je planifiais ma semaine à l'heure près, avec le week-end un peu libre pour compléter en fin de semaine et faire les chapitres nécessaires sur le moment.

**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 ?**

Cette année m'aura apporté beaucoup : du savoir, qui m'a conforté dans mon choix de vouloir devenir médecin; des rencontres, j'avais un groupe d'amis très soudé et dynamique, le midi on se posait toutes les questions les plus pointues qu'on avait pu trouver, ainsi quand j'apprenais mes cours je devais vraiment avoir la connaissance et ça me motivait autrement; une maturité, en effet il m'a fallu être débrouillarde avec la vie en studio, etc.; et puis une certaine confiance en moi. Evidemment qu'il y a eu des moments difficiles, des moments de doute, et c'est là que le soutien des proches est important, qu'il faut se rappeler pourquoi on fait tout ça et que SURTOUT si on fait les choses bien, il n'y a aucune raison que ça ne passe pas.

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

Il y a autant d'expérience de la PASS qu'il y a d'étudiant, tu vas te faire ta propre idée bien vite. Mais garde en tête que même si de nombreux facteurs jouent comme les rencontres, le lieu de travail, la mineure, l'organisation, la forme le jour des examens et toute la préparation possible; le principal reste ta motivation et ta détermination personnelle !!! Tu vas tout déchirer, puisque si tu es là c'est pour ça !