



FICHE PARRAINAGE PASS 2024/2025 N° 81

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

NOM : peron
Prénom : lili
Filière : medecine

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

mention assez bien spécialité mathématiques physique et option maths expertes

Quelle était ta mineure l'année dernière ?

physique 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'avais vraiment besoin de sortir de chez moi donc j'allais courir 2 ou 3 fois par semaine souvent le matin tôt avant de commencer à bosser, ça me boostait pour ma journée et j'essayais le dimanche d'aller courir vers la mer pour changer d'air. J'avais vraiment besoin dans la semaine de me consacrer une soirée sans travailler, pour moi c'était le samedi je ne travaillais plus à partir de 18h et soit je sortais voir mes copains ou je restais chez moi pour regarder un film.

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

Je me levais à 8h et je prenais un café et je me mettais direct à mon bureau sauf lorsqu'il y avait cours car j'y allais tous le temps après je bossais jusqu'à 13h sans pause ou vit fais mon tel mais j'étais assez efficace le matin. Ensuite je me prenais 1h pour manger et je reprenais vers 14h, j'avais beaucoup plus de mal à travailler l'aprem donc souvent je faisais une pause de 16h à 17h puis je reprenais. J'allais tous le temps en colle c'était hyper important pour moi de m'entraîner et de voir si j'assimilais bien les cours. Puis je rentrais et je mangeais puis soit si j'avais pas fais tous mes cours de ma journée je travaillais encore un peu mais sinon je corrigeais juste ma colle puis j'allais au lit. Je regardais un épisode d'une série ou je lisais toujours un livre avant de dormir puis je trainais sur mon tel et je m'endormais vers 00h ou 1h.

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...)?

Comme j'allais en cours la semaine j'avais toujours moins le temps vu que j'allais également en colle. Quand on avait cours le matin, on finissait à 12h je rentrais chez moi puis je me mettais à travailler à 13h j'essayais de faire le moins de pause pour éviter de perdre du temps. Puis à 17h30 avant la colle je m'arrêtais et je faisais une pause puis j'allais en colle et en rentrant parfois je continuais à bosser ou alors j'allais me coucher donc en soit je travaillais 4h chez moi.

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

Pendant le week end c'était la même routine que la semaine je me levais également à 8h sauf le dimanche où c'était 9h puis je bossais jusqu'à 13h et pause jusqu'à 14h pour manger puis pause gouter de 16h à 17h et le samedi je m'arrêtais plus tôt, le week end j'essayais de m'entraîner pas mal sur les colles et le dimanche aprem je me réservais 3h où je faisais des concours blanc à l'approche du concours. Le week end je travaillais un peu près 10h à 12h par jour.

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

Je n'ai pas changé ma routine pendant les révisions parce que pour moi la régularité, c'était la clé. Je me levais donc à 8h aussi puis je bossais jusqu'à 13h et pareil pause jusqu'à 14h et pause gouter de 16h à 17h. Pendant les périodes de révisions j'avais une liste de cours à voir dans la journée et une fois que je les avais tous fais je faisais des annales, je devais en faire un peu près 4 par jour (1 de chaque matière en gros) je les faisais souvent après manger le soir et ensuite je me couchais à la même heure. Je passais juste moins de temps sur mon tel en allant me coucher en révision mais sinon mes journées étaient un peu pareil que toute l'année.

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

J'ai jamais eu besoin de dormir énormément donc je dormais un peu près 7h ou 8h par nuit et pareil pour les deux semestres. Je n'ai pas réellement senti la fatigue pendant toute l'année

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.

Quand je suis arrivée en médecine j'avais pas trop envie de me compliquer la vie en ayant une méthode trop compliquée donc j'ai opté pour la méthode des J avec J0 où je surlignais mon cours, J1 je le lisais, J3 je le relisais et je faisais des qcm, J7 pareil je relisais puis J15, J30 et J60. Je n'ai jamais essayé d'apprendre mes cours par coeur parce que je savais que ça n'allait jamais rentrer, donc je les ai juste relu plusieurs fois.

J'avais plutôt une mémoire visuelle et auditive car je les lisais à voix hautes et aussi je marchais beaucoup. J'avais vraiment de problème de concentration c'est un peu ça qui me faisait peur en rentrant en médecine. Mais j'ai finalement trouvé une méthode qui me permettait de me concentrer. Je lisais mes cours à haute voix en marchant dans ma chambre comme ça je ne restais pas statique.

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 ?

Avant d'entrer en PASS j'avais une énorme appréhension car je savais pas si c'était vraiment ça que je voulais faire puis je ne me voyais pas voir plus personne pendant 8 mois et finalement je l'ai bien vécu. J'étais bien entourée puis j'ai quand même réussi à voir mes potes, certes c'était pas pareil mais l'année est passée tellement vite, et on a acquis une méthode de travail incroyable et on est fière de nous à la fin. J'ai trouvé difficile la fin des périodes de révision car c'était très long, je travaillais que chez moi donc je sortais pas, je voyais personne et je savais qu'il restait que semaine et après c'était fini, c'était le plus dur pour moi.

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

On va pas vous mentir, oui c'est une année compliquée avec des sacrifices et il faut être prêt à travailler. Mais c'est également une année très enrichissante. Personnellement j'ai vraiment bien vécu mon année, je me suis fait des amis et j'ai réussi à garder une vie sociale, à prendre du temps pour moi. C'est une année qui passe super vite, je n'ai pas ressenti la compétition entre les élèves comme on peut le prétendre avant de rentrer en PASS. Il y a beaucoup d'entraide et les tuteurs ou parrains marraines sont là pour vous. On est passé par là et il ne faut surtout pas hésiter à demander de l'aide car le soutien dans cette année est essentiel.