



## FICHE PARRAINAGE PASS 2024/2025 N° 82

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

**NOM :** DUVINAGE  
**Prénom :** Marie  
**Filière :** Kinésithérapie

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

Bac général mention bien

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

STAPS

### 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 ?**

Étant une grande sportive, ne pas faire de sport pendant cette année n'était pas envisageable alors j'ai dû trouver des alternatives. J'allais courir quand je sentais que j'allais exploser (5-6 run) et j'avais STAPS au S2 ;) J'ai aussi testé un club de rugby et le SUAPS au début d'année. J'ai également fait quelques soirées et sinon quand je revenais chez ma famille j'allais voir mon équipe de foot jouer.



**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.**

Chaque jour je révisais les cours de la veille et une fois cela fait je regardais sur le tableau du tuto quel cours j'avais le moins fait. Je faisais en sorte de faire deux matières différentes par jour. J'ai besoin de travailler en bloc, c'est à dire que je me mets pendant 3-4h devant une matière et j'enchaîne les chapitres, cela m'a aidé à faire du lien entre les chapitres et je trouve cela plus facile pour "rentrer dans la tête du prof". Je travaille lentement mais efficacement (un cours = 1 ou 2h). Je prévoyais la veille quels chapitres faire sur mon calendrier sous forme de créneaux. J'ai une mémoire très visuelle, c'est-à-dire que je vois devant moi les notions, je les imagine. Je suis aussi très cartésienne, la logique est super importante, donc faire du lien et bien comprendre les cours sont des points clés ;)

**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 ?**

J'ai passé une année incroyable ! Je recommande à 100% le PASS ! On en apprend autant sur soi que sur la médecine. J'aimais me mettre devant mes cours, j'étais contente et super fière de dire que j'étais en PASS et (quasi) toutes les matières m'intéressaient. Il y a eu des moments plus durs notamment quand j'ai du changer de méthode environ un mois après le début du S1, quand j'apprenais que les autres avaient revu 6 fois un cours alors que je l'avais vu que 2 fois ou encore le mois de février, avec toute l'anatomie, qui était long. On en apprend sur nous sans nous en rendre compte, sur notre caractère et nos capacités. Je serais avec toi pour t'épauler et pour que tu passes la meilleure année possible !!

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

Alors champion(ne) cette année tu vas tout défoncer !!! Le mot d'ordre est FAIS-TOI CONFIANCE, tu en es capable. Mets toutes les cartes de ton côté, crois en toi, travaille, fais des pauses, fais du sport mais surtout ÉCOUTES TOI. Si tu veux passer 2h sur un cours parce que tu sens que tu en as besoin alors fais-le, si tu veux partir courir tous les dimanches matin (super idée d'ailleurs) fait-le ; c'est TON année. Et n'oublie pas que QUAND ON VEUX, ON PEUX ! :)