



FICHE PARRAINAGE PASS 2024/2025 N° 91

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

NOM : Vassoudévane
Prénom : Darshini Delphine
Filière : Médecine

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

Très Bien avec les spécialités Physique Chimie, SVT et Mathématique remplacée en Te par une option maths complémentaire.

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 ?

Lors de mon année, j'essayais après mon repas de me promener 10-15 min près de ma résidence en écoutant de la musique.

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

Je me réveillais généralement à 6h et j'entamais la révision de nouveaux cours jusqu'à 13h avec une pause de 15 min toutes les 2h. Puis, je m'accordais 1h pour déjeuner. A 13h je révisais les anciens cours jusqu'à 18h avec une pause toutes les 2h. Ensuite je reprenais 1h de pause pour dîner avant de reprendre les cours jusqu'à 22h. Cependant, si j'avais cours ou colle le soir, je privilégiais ces cours et préparerais mon emploi du temps en fonction des cours de la fac et des colles de tutorat. Je travaillais donc entre 11/12h par jour.

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...) ?

Les jours de cours et de colle j'avais 6-7h de travail personnelle en gardant les même horaire de pause que mes journée sans cours.

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

Je gardais les mêmes horaires de travail le week-end en arrêtant de travailler à 17h le dimanche soir pour me reposer et préparer mon emploi du temps pour la semaine à venir.

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

Pendant les périodes de révisions, je commençais ma journée en faisant 2h d' annales, puis j'enchainais avec les cours vus très récemment avant l'examen ou les cours compliqués que je n'avais pas très bien assimilé. Pour ce qui est des pauses, j'en faisais toutes les 2h. Je travaillais donc entre 12h/13h par jour.

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

S' il y avait 1 élément sur lequel je refusais de négocier, il s'agissait du temps de sommeil. J'avais environ 8h de sommeil par jour pour pouvoir ensuite réviser de manière efficace.

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.

Je suivais la méthode des J avec un : J0 : première lecture du cours et compréhension du cours, J1: apprentissage général du cours, J3 : apprentissage plus en profondeur avec la réalisation de quelque QCM sur la plateforme du tuto avant de relire cours, J5-J14-J30-J45-J60: QCM apprentissage plus en profondeur des détails + ANNALES. J'organisais mon emploi du temps pour la semaine suivante le dimanche soir et j'essayais d'anticiper au maximum pour ne pas prendre de retard.

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 ?

Je trouve que c'est une année éprouvante mais très enrichissante au cours de laquelle j'ai été amené à repousser mes limites et développer un mental de guerrier. J'ai bien sûr eu des moments difficiles, j'arrêtais donc de travailler 10-15 min pour me balader et me vider la tête. Il est important de ne pas baisser les bras et continuer à persévérer et surtout s'écouter en ne pas négligeant son hygiène de vie.

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

Chers étudiants en Pass, vous vous apprêtez à vivre une année éprouvante mais très enrichissante. Je serai ravi de pouvoir vous accompagner tout au long de cette année remplis de doute et d'incertitude en essayant de vous donner le maximum de conseils possibles. Ne perdez jamais espoir et ayez toujours confiance en vous. Le travail finira par payer. Je vous souhaite bon courage et à bientôt pour mes futurs filleule/s.