



## FICHE PARRAINAGE PASS 2024/2025 N° 95

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

**NOM :** BECKER  
**Prénom :** Camille  
**Filière :** Pharmacie

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

Bac général mention bien (spécialités maths et physique-chimie, option maths expertes).

### 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-rentrée) !

### As-tu fait un stage de pré-rentrée avant le PASS ?

- Oui, au tuto
- Oui, dans une prépa
- Non, les vacances jusqu'au bout !

### Étais-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 ?

En PASS, j'avoue que je n'ai pas eu l'occasion d'avoir énormément de loisirs. Ma meilleure amie était venue me voir sur un week-end avant la rentrée de septembre et un autre au tout début du S2, et franchement ça m'avait fait un bien fou ! Je me suis accordée également quelques repas avec des amis et un anniversaire (je suis partie à 22h) ! En général ces « sorties » étaient au début du semestre. Sinon niveau sport, je faisais parfois des séances à la salle avec ma sœur quand je rentrais le week-end.

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

7h : réveil + petit dej / 8h-12h : BU / cours / 12h : déjeuner au RU avec une amie / 13h-17h30 : re BU / cours / 17h30 : goûter / 18h-21h : colle / 21h : retour à l'appart + dîner (devant une petite vidéo) + lecture des post-it (pendant la vaisselle en général) + organisation des cours du lendemain / 22h : lecture d'un cours simple et dodo => environ 9h de travail sans compter les colles.

J'ai assisté à tous les cours car ça me permettait vraiment de comprendre et de mémoriser une première fois. Pareil niveau colle, j'ai assisté à quasi toutes les colles (sauf celles d'anat au S2 car j'avais un peu de retard oups). Et je n'ai jamais loupé un repas comme on dit « ventre affamé n'a point d'oreilles » (un prof l'avait dit en amphï un jour haha).

**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...)?**

Je suivais le rythme décrit à la question précédente. J'allais donc à tous les cours et à (quasi) toutes les colles. La BU m'a vraiment aidée à me motiver en me mettant dans une ambiance de travail constante. J'aime particulièrement ce cadre de travail et il y a des jours où j'étais tellement motivée que je faisais la fermeture. Au niveau des pauses, c'était en général le temps d'aller chercher un café à la machine de la BU et manger une petite barre de céréales.

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

Au niveau du rythme, j'essayais de garder les mêmes horaires sauf le samedi soir où je m'arrêtais un peu avant pour me laisser un peu de temps libre (vers 18h30-19h). Le week-end, la BU a des horaires un peu bof bof pour un PASS :( le samedi j'y allais parfois et je continuais chez moi après. Mais en général, je travaillais chez moi toute la journée. Les week-ends à Brest, j'avais régulièrement une amie qui était là et on bossait ensemble chez moi. Sinon les week-ends chez mes parents, je bossais dans ma chambre.

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

Pendant les périodes de révisions je continuais de me lever à la même heure et je me couchais environ à la même heure aussi que le reste du semestre. Je travaillais quasiment autant que le reste du temps. Mais étant donné qu'il n'y a plus de cours et de colle à cette période, il n'y a plus que du travail perso !! Pour les pauses repas, je suis passée d'1h à environ 30min. J'ai fait aussi des annales que je faisais généralement en fin de journée mais surtout quand je ne voulais plus réviser. Donc ça me faisait une sorte de « pause » de faire des QCM, et après je replongeais dans des cours ou une annale d'une autre matière.

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

En général j'essayais d'avoir toujours 8h de sommeil pour être en forme. Ça m'est déjà arrivée de me laisser un peu plus le dimanche pour être au taquet pour la semaine d'après. Pas de différence entre les deux semestres.

**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.**

Ma méthode c'était plutôt le feeling. J'utilisais beaucoup les tableaux faits par le tuto pour me repérer sur le nombre de révisions. Et en lisant le titre des chapitres, je savais si je connaissais plus ou moins bien le cours. Chaque jour, je regardais l'ensemble des titres et j'essayais de voir les cours que je connaissais moins ou que je n'avais pas vu depuis longtemps. Au niveau de mon type de mémoire, je dirais visuelle et auditive. C'est pour ça que j'aimais bien aller en amphi, en plus de comprendre le cours ça me faisait une première mémorisation. Je prenais également le temps de surligner les infos importantes et d'annoter avec des explications orales du prof. Une fois le cours fait en amphi, je le révisais dans l'après-midi ou dans la matinée du jour d'après (suivant l'horaire du cours). Puis je le révisais régulièrement et assez rapidement (env 1h-1h30 puis je diminuais au fil des séances). Au niveau de la révision, je lisais le cours en faisant attention à bien comprendre pour mieux mémoriser. Je faisais également quelques fiches mais c'était surtout quand le chapitre était dense.

**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 ?**

En général, j'ai bien vécu mon année de PASS. J'ai réussi à me mettre dans un bon rythme grâce à la BU et j'ai fini par aimer ce cadre de travail. J'ai également pu me faire de très bons amis dans mon groupe de colle avec qui je pouvais travailler à la BU, manger au RU, etc. C'est vraiment top pour le moral :) Evidemment il y a des moments plus difficiles aussi, des moments de doute ou de stress intense. Dans ces moments-là, je recommande vraiment d'appeler sa famille ou son parrain/marraine (on est là pour ça ;) ) pour en parler ! Je trouve vraiment que le PASS a été une grande étape de ma vie, ça m'a apportée tellement de connaissances, mais aussi une discipline de travail. Ça m'a également permis de prendre confiance en moi (plutôt contradictoire avec le stress de l'année j'avoue) et de mieux connaître mes limites.

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

Vous l'avez sûrement déjà entendu, mais le PASS c'est un peu comme un marathon alors voyez ça comme un challenge ! Il faut se dire que c'est seulement 8 mois. Bien sûr c'est quand même long, mais je vous assure que l'année passe bien plus rapidement que ce que vous pensez. Alors à partir de maintenant c'est le départ de votre marathon, enfiler vos meilleures chaussures et n'ayez pas peur des dénivellés de cette année car le tuto sera toujours là pour vous aider !!! En étant vraiment motivés et en ne baissant pas les bras, vous avez toutes vos chances de réussir ! J'espère vous voir dans les couloirs de la fac de pharma l'année prochaine !