



FICHE PARRAINAGE PASS 2024/2025 N° 97

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

NOM : Ronsin
Prénom : Leonie
Filière : Odonto

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

Très bien avec spé maths/physique

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 ?

Je m'accordais très peu de temps pour faire du sport ou sortir... J'ai essayé mais je culpabilisais tellement que je n'arrivais pas vraiment à profiter. Mes sorties se limitaient à aller en colles, faire des courses ou une mini balade l'histoire de sortir en période de révision. Ducoup je voyais rarement mes amis, à la limite un crous ensemble de temps en temps, et mon copain un soir toutes les 2/3 semaines je dirais, c'était mon seul moment de véritable pause.

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

Ça allait de 8h à 13h de travail, ça dépendait de l'avancée du semestre. Globalement pour les jours sans colles ou cours c'était : réveil à 7h, puis boulot direct, p'tit dej vers 10h en bossant puis pause repas de 1h/1h30 devant Netflix. Ensuite micro sieste si nécessaire et c'est reparti jusqu'au goûter vers 17h ou je m'accordais souvent une pause de 20 min. Je bossais jusqu'à 22h puis douche et repas avant de dormir.

Après tout dépendait de la période. En début de semestre 7h voir moins c'est large suffisant alors qu'en fin de semestre ça allait parfois jusqu'à 14h (en comptant les annales bien sûr).

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...)?

Quand il y avait cours et colles, mes journées étaient de la même longueur que les autres jours dans le sens où je me levais à la même heure et me couchais à la même heure donc entre 8h et 13h. Mes heures de révisions se transformaient donc en heures de cours ou colles. J'allais en colles à pied et en cours en vélo donc ça me faisait une mini pause.

J'essayais de bosser après les colles, c'était galère de se motiver donc souvent des chapitres faciles ou des annales.

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

Je bossais globalement autant les we que la semaine.

Au 1er semestre je rentrais jamais chez moi donc c'était limite mes journées les plus chargées vu que c'était full révisions sans cours ni colles. A peu près 1 semaine sur 2 je m'accordais mon vendredi soir et je recommençais le samedi vers 10h vu que mon copain venait me voir.

Au S2 je rentrais plus souvent donc j'avais un peu plus de mal à bien bosser mais globalement mes horaires restaient les mêmes mais avec plus de pauses et des pauses plus longues.

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

Pareil que pour le we, mon organisation en période de révisions était la même qu'en semaine. Je bossais bien sur bcp plus et plus intensément mais globalement c'était la même chose. Dans le sens où j'augmentais progressivement la quantité de travail au cours du semestre sans que la période de révisions tranche avec le reste du semestre.

Je commençais les annales à peu près 1 mois avec le concours et j'en faisais surtout avant et après ma pause du midi et le soir après les colles, environ 4h par jour.

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

Je dormais environ 8h par nuit et un peu moins avant les concours. A la fin du S1 je bossais plus donc je devais dormir 6-7h et ça m'a vraiment épuisé donc la dernière semaine a été épouvantable.

Du coup au S2 je me forçais à dormir plus à l'approche du concours pour pas refaire cette erreur (et surtout parce que les révisions du s2 sont bcppp moins intensives qu' au s1)

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 tenté plusieurs organisations comme celle des J ou les tableurs... mais ça me saoulait parce que j'avais soit bcp trop de trucs à faire soit pas assez. Ducoup je faisais au feeling, j'arrivais à savoir sans noter quels cours je n'avais pas fait depuis longtemps ou sur quels cours j'avais du mal et mon cerveau s'organisait tout seul un planning le veille quand je m'endormais lol.

Niveau méthodo, j'allais en cours en étant super attentive, je fluotais, écrivais donc mes cahiers (des fois j'enregistrais aussi le cours pour le réécouter et être sûre de ne louper 0 info). Puis je rebossais cours dans la journée et j'essayais de l'apprendre +++ dès le début. Des fois je restais 3 h dessus mais je le connaissais presque par cœur après. Après je le refaisais le lendemain puis autre fois dans la semaine. Ensuite c'était minimum 1 fois par semaine au s1 et au s2 je revoyais chaque cours au moins 2 fois dans la semaine. Je relisais et répétais bcp au s1 alors qu'au s2 je réécrivais mes cours pour les réviser.

Et après entraînement++++ avec les colles et annales (et parfois colles des années précédentes).

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 ?

Franchement, je peux pas dire que j'ai bien vécu cette année. C'est bcp bcp de sacrifices mais surtout de doutes. Dans mon cas je stressais pas mal tout au long de l'année et je voulais juste que ça se termine. Mes résultats de colles, examens blancs ont toujours été très encourageants mais c'était quand même impossible de se convaincre que ça allait bien se passer.

Avec du recul, j'suis super contente et fière d'avoir fait cette première année, les cours étaient pour le plupart hyper intéressants. C'était pas la joie, je pleurais pas mal mdr mais ça vaut le coup. J pense que le plus compliqué c'est le moral, de voir ses amis s'amuser, sortir... alors que toi t'es enfermée chez toi.

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

Je vous dirais de croire en vous+++ . Franchement c'est carrément normal de douter mais vous pouvez le faire. N'ayez pas peur de l'échec, de pas réussir sa première année du premier coup c'est carrément normal et ça ne vous empêche pas de devenir ce que vous voulez être plus tard.

Si vous êtes un peu stressé en voyant nos nombres d'heures de travail par jour, notre rythme... c'est normal, ça peut impressionner. Mais quand vous y serez vous allez forcément prendre le rythme, ça devient automatique

Si vous avez la moindre petite question ou appréhension, n'hésitez pas m'envoyer un message sur insta : leonie_rsn_