



## FICHE PARRAINAGE L.AS 2024/2025 N° 58

Cette fiche est à destination des étudiants engagés dans une licence accès santé (L.AS) au cours de l'année 2024/2025

**NOM :** PAUGAM

**Prénom :** Lena

**Filière :** Médecine

**Quelle était ta licence l'année dernière (ex : L.AS 60 ECTS SVT-PC...) ?**

LAS 2 Science de la vie, BCMP

**Au lycée quel(le) genre d'élève étais-tu ?**

- Sérieux(se) et travailleur(se)
- Bon(ne) élève
- Flemmard(e) et pas très motivé(e)
- Mauvais(e) élève

**Étais-tu un(e) L.AS 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 l'approche des partiels/oraux
- Pas stressé(e) du tout, j'étais cool toute l'année !

**A quelle fréquence assistais-tu au cours ?**

- Tout le temps, ça m'aidait à comprendre et à apprendre
- Quasiment tout le temps, sauf pour les cours qui me paraissaient inutiles
- Des fois, je n'allais que à ceux qui m'intéressaient ou qui semblaient difficiles
- Jamais (sauf cours obligatoire), 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

**Pendant ta L.AS, où est-ce que tu habitais ?**

- Chez tes parents ou ta famille
- Dans un appart seul
- Dans un appart en coloc

**As-tu suivi une prépa ou le tutorat au cours de l'année ?**

- Tutorat seulement
- Prépa seulement
- Prépa & Tutorat

**As-tu fait un PASS avant ta L.AS ?**

- Oui
- Non

**Si OUI, comment appréhendais-tu cette année dans un cursus qui n'était pas forcément ton premier choix au départ, avec du recul comment ça s'est passé ? Comment as-tu trouvé la charge de travail par rapport à la PASS ?**

J'avais vraiment super peur de cette année la. Je crois que je redoutais vraiment d'utiliser ma « deuxième chance » pour rentrer en santé. Et au final, j'ai quand même très bien vécu mon année, j'ai rencontré beaucoup de nouvelles personnes, avec qui on s'est ENORMEMENT entraîné et ça a vraiment été d'un grand soutien tout au long de l'année.

La charge de travail est complètement différente de celle de la PASS, c'est plus du tout la même optique d'apprentissage, on doit ++++ comprendre nos cours plutôt que de les savoir par cœur. Les cours sont beaucoup moins compliqués qu'en médecine et beaucoup moins denses. C'est encore une année d'investissement personnel, mais il faut vraiment se donner les moyens parce que ça en VAUT LA PEINE!!!!

**Comment répartissais-tu ton temps de travail entre TP, TD, CM, possiblement la mineure et tes pauses ? Quelle était globalement ta journée type ?**

Je n'avais pas vraiment de journée type, ça dépendait de notre emploi du temps de la fac. Mais on va dire qu'on avait un TP ou CM le matin de 8h à 12h et on reprenait vers 13h30 avec des CM et ensuite des TD puis la journée se terminait souvent vers 17h45. Et le soir de 18h15 jusqu'à 23h je travaillais mes cours et je les remettais au propre. Je travaillais au début principalement les CMs et plus le semestre avançait, plus je refaisais les Tds( c'est super important, c'est vraiment sur ça que se basent les partiels). Je préparais aussi les synoptiques pour les TPs.

J'essayais de bien dormir la nuit pour ne pas m'épuiser dès le début. Et en général un soir par semaine j'allais voir des amis pour me changer les idées.

**Comment as-tu appréhendé les TP (qui peuvent être source de stress) ou plus généralement la pédagogie de la licence qui est un peu différente de celle du PASS ou du lycée ?**

J'ai énormément appréhendé les TPs, ça me faisait super peur, et particulièrement les synopsis qui sont en licence de bio noté. Pourtant il n'y a pas de quoi avoir peur, j'avais un groupe de TP super cool, on s'entraidait tous et finalement les TPs surtout en physiologie végétale ce sont mes meilleurs souvenirs de cette année.

Il faut évidemment être concentré et sérieux dans son travail en TP mais pas besoin de stresser pour avoir des bonnes notes, les profs sont très gentils!!!

Concernant les CM, on est habitué aux cours de PASS ou si tu loupes quelques secondes t'es perdu... C'est vraiment plus le cas, les profs sont extrêmement attentifs. Ils répètent, réexpliquent pour nous aider au max!! Et en TD ils sont là pour répondre à toutes nos questions! Faut pas hésiter!!

Il y a bcp de cours semblables à la PASS, notamment en biochimie, cytologie et histologie donc pas de stress!!

Les cours sont extrêmement abordables même sans avoir fait du réel L1, ne stressez pas comme moi:)

**Pour ta méthode de travail, comment organisais-tu ton travail et tes révisions ? Etais-tu plutôt organisé(e) (la fameuse méthode des J par exemple), ou plutôt au feeling ?**

Alors moi j'avais une méthode des J assez revisitée, c'est à dire que comme je travaille assez vite, et que je ne passe pas des heures sur un chapitre (c'est vraiment propre à chacun, je voyais le cours à J0, puis à J1 puis à J5/6 et après chaque semaine je refaisais l'intégralité des cours. Donc au final je revoyais tous les cours chaque semaine pour ne pas les oublier!!!

C'est important de trouver sa méthode pour bien débuter:)

### **Comment t'es-tu préparé aux oraux (si tu les as passé) pendant ton année ?**

Alors moi j'avais déjà passé les oraux en PASS, et c'était un bel avantage pour me préparer en LAS. Pour autant j'ai vraiment re-rédigé tout mon oral de motivation, j'en ai fait 10 versions je pense. Je l'ai fait relire à beaucoup de personnes que je connaissais en P2. Et puis après je me suis entraînée devant TOUT le monde, j'ai fait énormément d'oraux blancs face à des personnes inconnues, histoire d'avoir les conditions d'examens.

Pour la partie analyse de document, j'ai fait l'intégralité des textes présents sur la banque de textes du tutorats et même plusieurs fois. Le but c'est vraiment d'essayer sans avoir peur et de le faire en condition d'examen, se s'arrêter vraiment à 30 mn de préparation. C'est aussi super important de s'enregistrer pour s'entendre, rectifier nos tics de langage... Mais PAS DE STRESS pour l'instant, on verra ça en temps et en heure! C'est une épreuve pas facile, mais il faut avoir espoir!

### **Comment se sont déroulés tes oraux ? Quel était ton ressenti après ces derniers ?**

Mes oraux se sont super bien passés, les jurys étaient très attentifs à ce que je disais et rebondissaient directement. J'ai vraiment apprécié le moment, je leur ai prouvé de toutes les façons que j'avais ma place en santé!! Le jour de l'oral, j'étais très stressée mais je me suis forcée à sourire ++++. L'ambiance dans la salle était du coup détendue! Pour l'oral d'analyse, je suis passée sur un texte hors santé alors que je m'étais principalement entraînée sur la santé, mais j'ai suivi mon instinct qui m'a dit de prendre celui-la! Et encore une fois j'avais un jury vraiment détendu, à l'écoute. Et avec le sourire eux aussi passent un meilleur moment. Je ne voulais pas me faire de faux espoirs mais j'avais conscience que mes oraux s'étaient donc bien passés.

### **Comment as-tu ressenti ta L.AS en général ? As-tu vécu des moments difficiles ? Et une fois cette dernière finie, estimes-tu que cela t'apporte quelque chose ?**

La LAS au final a été une belle année, je la vivais comme un échec au début et finalement j'ai complètement changé d'avis. Certes c'est TOUT DE MEME une année où il faut s'investir à fond fond mais encore une fois le jeu en vaut la chandelle!!! Evidemment il y a des moments plus durs et dans ces moments là, le soutien des tuteurs est essentiel et m'a redonné confiance et envie. En tant que tutrices/tuteurs on est là pour vous aider, vous accompagner et vous rassurer dans le déroulement de votre année!!

Evidemment cette année a été extrêmement enrichissante sur plein d'aspects! On a tous beaucoup mûri après une année de PASS enfermés chez soi ou à la BU. Cette année était intense, mais en comparaison de la PASS, on a + le temps de voir du monde, de sortir...(évidemment en fonction des périodes)

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

Cette année c'est votre chance de prouver que vous méritez votre place! Si vous pensez avoir vécu un échec avec la PASS, je comprends j'avais le même ressenti mais ça n'est vraiment pas le cas, au contraire, vous avez déjà acquis une super méthode de travail, des capacités de concentration considérables!!

Alors on se motive pour tout donner, l'année passe si vite et c'est seulement le premier semestre qui compte dans le Z-score. Et après, on peut savourer la récompense, le fruit de ces deux années de travail acharné!!!

La plupart des étudiants qui rentrent en MMOPK, le font en deux fois, donc pourquoi pas vous!!!

C'est notre rôle de vous accompagner pendant cette année, donc au premier coup de mou, vous me dites pour que je vous remonte le moral!!!