



FICHE PARRAINAGE PASS 2025/2026 N° 7

Cette fiche est à destination des étudiants engagés dans le parcours accès spécifique santé (PASS) au cours de l'année 2025/2026.

NOM : BOT-DEPAMBOUR

Prénom : Clotilde

Filière : Médecine

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

Très Bien avec les félicitations du jury Général SVT Physique Chimie

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(e)
 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
 Aucun des deux

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 !

Ettais-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 de l'examen
- 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 ?

J'allais marcher régulièrement, grimper de temps en temps et soirée série/film tous les we

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

Pauses variables en fonction du ressenti
Journée type premier semestre:
aller en amph
Manger au crous
Bosses à la BU
Gouter sur le chemin pour aller en colle
Colle du tuto of course
Manger à la casa
Dodo

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...)?

9-10h voir 11h de travail/jour (dans les bons jours, ça pouvait être moins quand j'étais plus kaput) avec de courtes pauses en fonction du ressenti (les micros siestes c'est toute ma vie) et grosse pause obligatoire pour manger midi et soir

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

9-10h, rythme ~pareil qu'en semaine

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

11h en moyenne, 12h quelques fois
Pauses en feeling, (prendre un goûté, faire un câlin au chien, aller marcher 5 minutes), toujours grosse pause (1h voir 1h30) pour le repas du midi

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

8h minimum!!! 9h le we. Le dodo c'est la CLÉ

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.

Méthode des J approximative au 1 semestre, plus au feeling au 2ème
Prise de note en cours puis revoir le jour même ou le lendemain
Relire les cours me prenait bcp de temps, du coup que 3 ou 4 revisions du cours ds le semestre. Bcp de récitation/oralisation des cours+ recopier sur brouillon

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 ?

Une année très stressante, mais surtout super intéressante et enrichissante! La Pass m'a apportée une grosse capacité de travail et d'organisation, et surtout le culte du SOMMEIL! C'est hyper important pour la mémorisation et pour tenir sur l'année!

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

Aller y à fond! Vous aller découvrir des cours super intéressant, des profs passionnant et une capacité de travail que vous ne soupçonniez pas ! Restez motivés en vous projetant dans votre futur métier, en vous rappelant pourquoi vous êtes là, et surtout en gardant à l'esprit que vous allez y arriver!!! Croyez en vous et restez passionnés! :D