



## FICHE PARRAINAGE PASS 2025/2026 N° 11

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

**NOM :** Neveu  
**Prénom :** Lucie  
**Filière :** Médecine

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

Mention bien avec Physique, Svt et maths complémentaires

### 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(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 ?*

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

Je travaillais environ 12h par jour, de 8h jusqu'à 22h (fin des colles). Le matin c'était petit déj rapide puis début des cours. Au S1 le lundi et mardi on avait cours le matin donc j'y allais et l'après-midi je reprenais les cours à la BU avant d'aller en colle. Jeudi et vendredi c'était travail à la maison le matin et l'après-midi les cours en amphithéâtre, ces cours-là je les revoyais le soir ou le lendemain.

S1 et S2 à 18h c'était colle tous les soirs jusqu'à la fin de la journée, après, repas du soir et douche puis repos de la journée.

Au S2 c'était plus compliqué, les cours étaient en distanciel en majorité et souvent calés sur plusieurs jours car ils étaient beaucoup plus long à voir/apprendre.

**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...) ?**

Souvent 12h/jours, de 8h jusqu'à la fin des colles, je travaillais très rarement en rentrant de colle.

Les pauses c'était en inter-cours, toujours 1h à midi et sinon juste 15mins vers 16h à la BU avant les colles.

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

En gros 9h le samedi et 11/12h le dimanche. J'avais 15mins de pause vers 10h, 1h à midi et 30 mins au goûter. Même chose pour les jours où j'étais à la maison toute la journée.

Le seul "gros" temps de pause que je prenais c'était le samedi soir, je prenais ma soirée à partir de 19h

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

Pendant ces périodes-là je travaillais 14h30 (mon max a été 15h)

Réveil 7h, début de révisions à 7h30 jusqu'à 12h (pause repas de 30mins plus 15mins douche (faut en prendre c'est super important :')) puis je reprenais jusqu'à l'heure de manger le soir ou j'avais 30mins, après manger, le soir, je ne faisais que des annales.

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

Dormir c'est super important ! Donc je dormais environ 7/8h (quand j'arrivais à dormir correctement) pour pouvoir rester concentrée toute la journée.

**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'allais en cours puis je retravaillais une fois le cours dans la semaine (souvent l'après-midi ou le lendemain).

Le mercredi je travaillais les cours des colles vu la semaine d'avant et je les recorrigeais.

Le jeudi matin je voyais les cours en e-learning (du S1).

Le samedi je refaisais tous les cours de la semaine.

Et le dimanche tous les cours de la semaine d'avant. (Ça me permettait de voir les cours 5 fois minimum)

Pour les revoir j'avais pleins de méthodes : réécriture, je fluotais mon cours plusieurs fois, mais le plus important c'était la compréhension, ça permet d'enregistrer beaucoup plus vite.

**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 ?**

Dans la généralité c'est évidemment une année super difficile. Le S1 s'est relativement bien passé par ce que j'avais une super organisation mais la fin du semestre était dure psychologiquement (avec l'arrivée des premiers examens et la période de révision) pour autant je l'ai bien vécu. Le S2 par contre était bien plus dur, parce que j'ai moins apprécié les cours en distantiel tout le semestre. Aller en cours me faisait beaucoup de bien et organiser mes jours donc le S2 c'était compliqué niveau mental et organisationnel.

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

Le PASS est une étape à passer qui semble infinie mais ça passe en réalité super vite ! Les semaines sont super rapides et les cours sont trop trop intéressants.

Ça forge une volonté de fer et on en ressort changé.

Il ne faut pas forcément être exceptionnellement intelligent pour cette année, la qualité la plus importante à avoir (à mon avis) c'est la discipline, et ça s'apprend !

Il faut de la volonté pour tout donner et surtout y aller à fond. Tout le monde en est capable.

Parfois ça va être dur mais c'est comme ça pour TOUT le monde, on a tous des moments difficiles, mais il ne faut pas lâcher. C'est une année d'endurance, qui peut être réussie grâce à du travail et de la volonté. Donc quand cette année va commencer, inutile d'essayer de tout retenir dès le début. Il faut réussir à prendre ses marques, à trouver une méthode de travail qui convient à sa personnalité et surtout penser à son objectif avant tout : réussir cette épreuve !