



## FICHE PARRAINAGE PASS 2025/2026 N° 18

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

**NOM :** Fournet  
**Prénom :** Clémentine  
**Filière :** Médecine

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

Très bien, spécialités maths et 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 !

**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 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 ?**

Je faisais quelques resto avec des copines ou mes parents de temps en temps après 21h. Malheureusement je stressais trop pour garder un temps pour faire du sport.

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

Je n'allais pas en cours, n'ayant pas de mémoire auditive, donc je découvrais les chapitres seule. L'après-midi, de 14h à 17h50, j'apprenais les nouveaux cours, puis enchaînais avec des colles jusqu'à 21h30, avant de manger et dormir. Le matin, de 7h30 à 11h30, je révisais les cours de la veille, puis de 11h30 à 13h, ceux des semaines précédentes.

Je répétais ça 4 fois par semaine. Le reste du temps, je révisais les cours déjà vus, surtout ceux que je maîtrisais moins, en les répétant plusieurs fois.

Je prenais 1h pour manger et faisais des pauses courtes toutes les 1-2h. Je me couchais vers 23h et me levais à 7h.

**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...) ?**

Pour les colles, j'y suis allée presque tous les jours au premier semestre.

Au second semestre, j'en faisais un peu moins : environ 1 à 2 fois par semaine.

Les jours où je n'avais pas de colle, je terminais ma journée de travail vers 21h.

En moyenne, je travaillais environ 9 à 9h30 par jour sans compter les colles, et les jours sans colle, ça montait à environ 12h30 de travail.

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

Le week-end, mon emploi du temps restait globalement similaire à celui de la semaine, à la différence que je me réveillais à 8h et commençais à travailler vers 8h30, histoire de marquer une légère coupure. Je finissais généralement vers 21h, ce qui représentait environ 11h30 de travail sur la journée.

Il m'arrivait aussi de rentrer chez mes parents de temps en temps, selon mes envies.

Chaque aller-retour me faisait perdre environ deux heures, une heure pour l'aller et une pour le retour. Au début, je rentrais quasiment tous les week-ends, mais avec le temps, ces allers-retours sont devenus de plus en plus rares.

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

J'ai fait 2 semaines de révisions intensives au 1er semestre, et 3 au second. Pendant ces périodes, je ne sortais pas du tout, sauf pour aller aux examens blancs organisés par le tutorat.

Je commençais mes journées à 7h30, et je travaillais jusqu'à 22h la 1ère semaine, puis jusqu'à 23h les semaines suivantes. Je prenais une pause de 1h le midi et une autre de 30 minutes pour le goûter. Cela fait environ 13 à 14h de travail par jour.

Pendant ces semaines, je revoyais tous mes cours au moins une fois, et je repassais plusieurs fois sur ceux que je maîtrisais moins bien. Mais surtout, je faisais énormément d'annales.

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

Au premier semestre, je dormais en moyenne 8h30 par nuit (de 22h30 à 7h), et au second semestre, c'était plutôt 8h (de 23h à 7h). La différence vient du fait qu'au second semestre, j'avais plus de mal à terminer ma journée à 21h, donc je finissais souvent vers 21h30 et me couchais une demi-heure plus tard.

Quand j'avais des colles qui se terminaient à 22h, je me couchais vers 23h, mais c'était assez rare.

**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.**

Je suis allée en cours pendant un mois en suivant l'emploi du temps du tutorat, puis j'ai arrêté en octobre pour adopter ma propre méthode. Je faisais 4h de nouveaux cours, 4 fois par semaine, que je revoyais une seconde fois dans la même semaine. Ensuite, je choisissais les cours que je maîtrisais le moins et les ajoutais dans mon emploi du temps.

Je revoyais chaque cours au moins une fois par mois. Ma méthode reposait surtout sur la lecture et la répétition dans ma tête. J'avais besoin de revoir très souvent les cours.

Au début, je faisais 10 pages par heure, puis j'allais de plus en plus vite en les connaissant mieux.

**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 ?**

J'ai été très stressée d'octobre jusqu'à la fin de l'année. En octobre, j'ai eu envie d'abandonner : j'étais souvent seule, je ne voyais pas mes amis et j'avais rarement plus de 4/40 en colle. C'était une période très difficile, mais j'ai été bien classée à la colle classante d'octobre et cela m'a redonné espoir. La suite de mon année s'est un peu mieux déroulée, même si je stressais encore énormément.

Avec deux mois de recul, j'ai encore du mal à voir les points positifs de la PASS. Mais il faut garder en tête que ce sont 1 ou 2 années très dures pour réaliser un rêve : devenir médecin et sauver des vies.

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

Je pense qu'il faut se donner à fond pour n'avoir aucun regret. Chacun a une vitesse d'apprentissage différente, inutile de se comparer !

Mon conseil : s'écouter sur la méthode. Si on n'a pas de mémoire auditive, les cours en amphitheâtre ne sont pas toujours efficaces. Ce n'est pas inutile, mais il faut choisir son mode d'apprentissage. Arrêter d'y aller peut faire peur, surtout de ne pas avoir les modifs des profs, mais il faut oser s'adapter à ce qui nous convient le mieux.