



FICHE PARRAINAGE PASS 2025/2026 N° 49

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

NOM : BESSON

Prénom : Sacha

Filière : Médecine

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

Bac général mention très bien avec spécialités physique-chimie et SVT

Quelle était ta mineure l'année dernière ?

Sciences Infirmières

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 suis pas très sportive donc le max que je faisais c'était d'aller me balader tranquille quand je saturais mais c'était déjà assez pour reprendre le travail avec les idées claires :)

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

Au S1, quand il y avait cours le matin j'y allais donc souvent c'était de 8h à 12h ensuite je me prenais 1h de pause puis j'allais à la BU revoir mes cours du matin jusqu'à 17h et après j'allais aux colles jusqu'à 21h. Sinon quand les cours c'était l'après-midi je travaillais de 8 à 12 puis j'allais en cours. Le S2 c'était plus compliqué comme les cours sont placés aléatoirement dans la semaine et il y a notamment les e-learning de Pr. Seizeur qui sont très chronophages donc je me faisais mon emploi du temps de la semaine tous les dimanches soirs mais c'était + au feeling et beaucoup moins cadré qu'au S1 (ce qui m'a permis de rester organisée c'est les colles du tuto).

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...) ?

En gros j'étais autour des 11h de travail par jour au S1 et un peu moins au S2 (j'en avais marre lol). Ça paraît beaucoup dit comme ça mais dedans je compte les colles qui durent environ 3h et les cours à la fac qui te prennent jusqu'à 4h dans ta journée. Donc au final ça ne faisait que 4h de réel apprentissage des cours (bon peut-être un peu plus les jours où on avait pas cours.. mais ça le fait).

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

Le weekend c'était le même nombre d'heures mais pour le coup c'était vrmt que de l'apprentissage de cours comme il y avait ni tuto ni fac. Vous inquiétez pas le temps passe très vite quand on fait des choses qu'on aime :) J'avais par contre un peu plus de mal à rester concentrée donc je faisais bcp plus de pauses (une après chaque chapitre je pense).

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

Pour la semaine de révisions ça pouvait aller jusqu'à 13h mais la plupart du temps c'était 11h par jour. La journée type c'était : 7h-12h, 13h30-18h30 et 21h-22h. J'avais pris 1 semaine et demi pour réviser et comme je connaissais déjà bien mes cours, j'ai rapidement fait le tour donc ensuite j'ai passé environ 3 jours à faire des annales et revoir des petits détails. La veille de l'examen j'ai quasi rien fait du tout, je me suis réveillée à 10h (folie) et j'ai fait autre chose (meilleure chose à faire si vous vous sentez prêts).

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

Perso j'avais besoin de 8h de sommeil chaque nuit sinon j'étais trop fatiguée et j'étais plus du tout efficace. L'erreur à ne pas faire en PASS c'est de sacrifier son sommeil pour réviser donc dormez autant qu'il faut.

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'étais au même rythme que la fac donc c'était facile pour s'organiser. Je détestais apprendre par coeur bêtement donc je privilégiais la compréhension ++. Pour ça, je pouvais rester jusqu'à 4h sur un seul cours la première fois que je le voyais (certains cours d'anatomie par exemple) mais je passais pas à autre chose tant que j'avais pas tout compris. J'utilisais tous les types de mémoire, je parlais à voix haute chez moi ou j'écrivais sur ma tablette, refaisait des schémas à la BU mais je lisais jamais de manière passive (c'est une perte de temps). Pour savoir où j'en étais dans mes révisions j'avais fait un tableau et dès que je voyais un chapitre je notais la date et je mettais une couleur soit rouge, orange, jaune ou vert en fonction de si je connaissais bien ou pas. Je vous conseille vrmt cette méthode si vous voulez plus de flexibilité qu'avec la méthode des J (que je trouvais trop compliquée à suivre).

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 ?

On entend vraiment de tout sur l'année de PASS, donc je suis arrivée assez stressée à la pré-rentree. Comme les premiers classements étaient très bons j'ai pris confiance en moi et au final j'ai passé une trop bonne année qui est passée super vite. J'ai adoré le S1 (plus que le S2), j'ai même pas eu le temps de penser aux vacances qu'on y était déjà donc vraiment profitez de cette année. J'ai eu très peu de moments difficiles (bon forcément parfois j'en avais marre mais c'est normal on est pas des robots).

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

Bon courage pour cette année qui ne sera pas de tout repos !! Écoutez-vous et vos besoins mais surtout ne vous comparez pas aux autres. J'ai encore tellement de choses à dire sur cette année donc vraiment je serais trop contente d'être votre marraine pour vous donner mes meilleurs conseils. Bisouus <3